

# Guía de Recursos y Servicios para los Recién Llegados a Columbia Británica



WelcomeBC



## **Catalogación en Publicación de la Biblioteca y Archivos de Canadá**

Entrada principal bajo el título:  
Guía de Recursos y Servicios para los Recién Llegados  
a Columbia Británica. Junio de 1999

Irregular.

“Asentamiento de inmigrantes”.

Publicado también en varias ediciones en otros idiomas.

Publicado también en internet.

La impresión varía.

ISSN 1493-8065 = British Columbia Newcomers' Guide  
to Resources and Services (Guía de Recursos y Servicios  
para los Recién Llegados a Columbia Británica)

1. Servicios humanos, Columbia Británica.

2. Inmigrantes, Servicios para, Columbia Británica.

I. Columbia Británica. Ministerio responsable del  
multiculturalismo e inmigración. II. Columbia Británica.

Ministerio de Servicios Comunitarios, Aborígenes  
y de la Mujer. III. Columbia Británica. Welcome BC.

HV4013.B74

361.9711

C00-801748-4

Guía de Recursos y Servicios para los

# Recién Llegados

a Columbia Británica

Edición 2021



WelcomeBC

## Importante

**Edición Provincial 2021:** La información de esta guía está actualizada al momento de la impresión. Los nombres, las direcciones y los números de teléfono pueden cambiar y las publicaciones se agotan sin previo aviso.

Esta guía ha sido redactada utilizando la puntuación 4 de la escala de Competencia Lingüística Canadiense (Canadian Language Benchmark 4, CLB 4) para satisfacer las necesidades de los hablantes no nativos del inglés.

## Para acceder a copias de esta guía

La *Guía para los Recién Llegados a Columbia Británica* está disponible en árabe, chino (simplificado y tradicional), inglés, francés, coreano, punyabí y tagalo. La puede encontrar en [welcomebc.ca](http://welcomebc.ca).

Las copias impresas también están disponibles de forma gratuita hasta agotar existencias. Para ordenarla, llene el formulario de pedido de recursos en [welcomebc.ca/newcomersguides](http://welcomebc.ca/newcomersguides).

## Agradecimientos

(Edición 2021)

- Astra Bullock, Administradora de Proyectos
- Barbara Carver, Baytree Communications, Coordinadora de Proyectos y Editora
- Reber Creative, Diseño y Maquetación
- Carrie Davies, Corrección

## Gracias

Esta edición de la *Guía de Recursos y Servicios para los Recién Llegados a Columbia Británica* no sería posible sin la ayuda de todas las personas, agencias y organizaciones gubernamentales que contribuyeron con este libro.

# TABLA DE CONTENIDOS



## **INICIO** ..... 1

Uso de la Guía para los Recién Llegados a B.C.  
Uso de aplicaciones para conseguir información sobre la Guía para los Recién Llegados a B.C.  
Fraude y estafas  
Agencias de asistencia para los recién llegados  
Servicios de traducción e interpretación  
Servicios para refugiados y solicitantes de refugio  
A dónde ir para obtener más información



## **ESTABLECERSE** ..... 9

Pueblos indígenas  
Costumbres sociales  
Teléfonos  
Protección personal  
Transporte  
Viaje entre comunidades  
Envío y recepción de correspondencia  
Bibliotecas públicas  
Centros comunitarios, recreativos y para personas mayores  
Voluntariado  
Lista de verificación de tareas por hacer de inmediato



## **ENCONTRAR UN LUGAR PARA VIVIR** ..... 31

Alquiler  
Hacer una lista de verificación antes de mudarse al lugar  
Hacer una lista de verificación antes de mudarse del lugar  
Asistencia para vivienda en B.C.  
Comprar una vivienda  
Convertirse en arrendador  
A dónde ir para buscar ayuda



## **DINERO Y BANCOS** ..... 45

Dinero canadiense  
Compras  
Bancos  
Hacer negocios con compañías privadas  
Dinero adeudado  
Pago de impuestos  
Asistencia financiera para personas mayores  
A dónde ir para obtener información  
Inversión de dinero



## **ATENCIÓN MÉDICA..... 55**

Salud en B.C.  
Registro en el MSP (Plan de Servicios Médicos)  
Obtener su tarjeta de servicios de BC  
HealthLink BC  
Encontrar un médico de familia o un enfermero profesional  
Emergencias médicas  
Asistencia lingüística  
Comprar medicamentos  
Dentistas  
Exámenes de la vista y anteojos  
Unidades de salud pública  
Clínicas privadas especializadas  
Salud mental, alcohol y otras drogas  
Recuperar la salud y mantenerse saludable  
A dónde ir para buscar ayuda



## **EDUCACIÓN..... 69**

Primeros años hasta 12.º grado  
Educación postsecundaria  
Educación continua para adultos



## **AYUDA PARA PERSONAS Y FAMILIAS..... 77**

BC211  
Centros para casos de crisis  
Violencia, maltrato y abandono  
Problemas con el alcohol, las drogas y las apuestas  
Desglose de patrocinio  
Programa de empleo y asistencia de B.C.  
Personas sin hogar  
Bancos de alimentos  
Ayuda para las familias  
Programas y beneficios para personas mayores  
Personas con discapacidades



## **CONducIR..... 93**

Seguro  
Licencia de conducir  
Leyes de tránsito  
Accidentes vehiculares  
Comprar un automóvil o un camión  
Vehículos fuera de B.C.  
Alquiler de automóviles y automóviles compartidos



## **EMPLEO Y ACTIVIDAD COMERCIAL..... 105**

Número de Seguro Social  
Buscar empleo  
Cómo postularse para un empleo  
Obtener un certificado para trabajar en B.C.  
Trabajo  
Pérdida del empleo  
Lesiones en el lugar de trabajo  
Discriminación y acoso  
Iniciar su propio negocio



## **SISTEMA LEGAL, GOBIERNO E INMIGRACIÓN ..... 125**

Sistema legal de Canadá  
Derechos humanos  
Ley de Libertad de Información y Protección de la Privacidad  
Identidad de género  
Crímenes de odio  
Ayuda para víctimas de delitos  
La policía  
Los tribunales  
Para obtener más información legal  
Gobierno  
Inmigración y ciudadanía

## **SIGLAS Y ABREVIATURAS ..... 137**

## **ÍNDICE..... 138**

# Columbia Británica





## INICIO

### Definiciones

#### Uso de la Guía para los Recién Llegados a B.C.

Videos de la Guía para los Recién Llegados

#### Uso de aplicaciones para conseguir información sobre la Guía para los Recién Llegados a B.C.

### Fraude y estafas

#### Agencias de asistencia para los recién llegados

Servicios de asentamiento para inmigrantes francoparlantes

### Servicios de traducción e interpretación

### Servicios para refugiados y solicitantes de refugio

Refugiados con asistencia del Gobierno

Refugiados con patrocinio privado

Solicitantes de refugio

Programa Federal Provisional de Salud

Programa de Ayuda al Reasentamiento

Información para refugiados

### A dónde ir para obtener más información

Buscar en línea

BC211

Acerca de su comunidad

Acerca de Columbia Británica

Acerca de Canadá



## Definiciones

**Agencia:** una organización que presta un servicio. Por ejemplo, las agencias gubernamentales prestan servicios a los ciudadanos. Las agencias inmobiliarias prestan servicios a las personas que compran y venden viviendas.

**Agencias de asentamiento:** organizaciones que ayudan a los recién llegados a Canadá a establecerse. Pueden ayudar a las personas a encontrar un lugar para vivir, un empleo o educación. Pueden explicar cómo funcionan las cosas en Canadá, ayudar a las personas a aprender inglés y ayudar a los nuevos residentes a establecerse en su nuevo hogar.

**Asistencia:** ayuda o prestación de un servicio a una persona. Puede ser con dinero o con programas especiales. Las personas reciben ayuda para encontrar trabajo, un lugar para vivir o dinero para comprar alimentos. La asistencia la puede brindar el Gobierno o agencias de servicio social.

**Beneficios:** dinero o programas para ayudar a las personas cuando están enfermas, no tienen empleo o no pueden cuidar de sí mismas. Los empleadores brindan beneficios a los trabajadores. Los Gobiernos brindan beneficios a los ciudadanos.

**Credenciales:** evidencia de que una persona tiene la educación, las habilidades y la experiencia para un empleo.

**Distrito Regional:** el nivel gubernamental que presta servicios a varias ciudades y pueblos de un área. Este podría incluir parques, centros de recreación, agua, alcantarillado y recolección de basura.

**Estafa:** mentira que dicen las personas para engañar a alguien para que entregue algo valioso, como dinero o información personal. Alguien puede decirle que le debe dinero al Gobierno o que necesita verificar su número de cuenta bancaria.

**Fraude:** cuando una persona miente, oculta, exagera u omite información intencionalmente para obtener algo valioso.

**Gobierno municipal (o local):** el Gobierno de un pueblo o una ciudad.

**Profesional:** persona con un empleo que tiene reglas y normas especiales. Por lo general, los profesionales necesitan una educación relacionada con la carrera. También pueden tener que unirse a un grupo o una organización profesional y deben comportarse de una manera aprobada por la organización. Si surgen denuncias contra el profesional, su organización investigará el caso.

**Proveedor de servicios:** agencia que recibe dinero del Gobierno para prestar servicios específicos a las personas. Por ejemplo, una agencia de asentamiento es un proveedor de servicios que ayuda a los nuevos inmigrantes a establecerse en Canadá.

**Tabla de contenidos e Índice:** una lista de la información disponible en un libro y dónde encontrarla. La Tabla de contenidos enumera los títulos de los capítulos y suele estar en la portada del libro. El índice desglosa toda la información que se contempla e indica el número de página. Se encuentra al final del libro.

**Tercero:** una persona u organización que es independiente de una organización. Por ejemplo, una compañía de software puede desarrollar una aplicación que funcione con un programa informático. Es independiente del programa informático, pero presta un servicio para él como tercero.



## Uso de la Guía para los Recién Llegados a B.C.

La *Guía de Recursos y Servicios para los Recién Llegados a Columbia Británica* tiene información para ayudarlo en sus primeros meses de estancia en la provincia.

- Hay una Tabla de contenidos al principio de esta guía y un índice al final. Úselos para encontrar información en la guía.
- Si encuentra palabras que no entiende, consulte las Definiciones al principio de cada capítulo.
- Hay una lista de abreviaturas en la página 137. Una abreviatura es una forma corta de referirse a algo que tiene un nombre largo. Por ejemplo, los canadienses a menudo se refieren al "Social Insurance Number" (Número de Seguro Social) como "SIN", lo cual es su sigla.
- Todos los sitios web están en inglés. Muchas organizaciones también ofrecen información en otros idiomas.

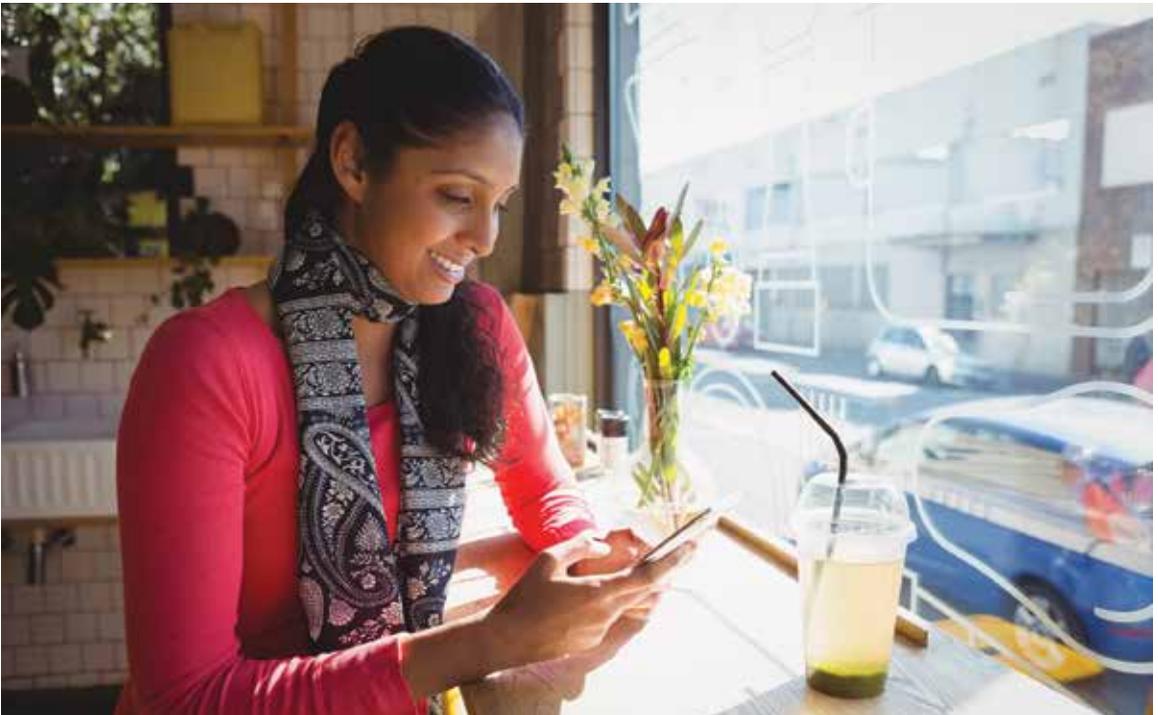
Nota: Algunos datos pueden haber cambiado desde la publicación de esta guía.

### Videos de la Guía para los Recién Llegados

El sitio web WelcomeBC tiene videos con información para las personas que son nuevas en B.C. Se encuentran disponibles en muchos idiomas. Puede verlos en el sitio web de WelcomeBC. [welcomebc.ca/newcomersvideos](http://welcomebc.ca/newcomersvideos)

### Uso de aplicaciones para conseguir información sobre la Guía para los Recién Llegados a B.C.

Puede consultar la información de la Guía para los Recién Llegados a B.C. en una aplicación para su teléfono móvil. Arrival Advisor es una aplicación de terceros. Es gratuita y está disponible en muchos idiomas. [arrivaladvisor.ca](http://arrivaladvisor.ca)





## Fraude y estafas

Los fraudes y las estafas se producen cuando personas le mienten para intentar hurtar su dinero o su información personal. El fraude también puede ocurrir cuando alguien miente, oculta, exagera u omite información de manera intencional. Muchos canadienses han recibido llamadas telefónicas o correos electrónicos de estafadores. A menudo, los nuevos inmigrantes son considerados objetivos fáciles para las estafas. Algunas estafas prometen que pueden ayudarlo a entrar a Canadá o a conseguir la residencia permanente rápidamente. Algunos estafadores intentarán asustarlo. Pueden decir que está haciendo algo ilegal o que tiene problemas con el Gobierno.

Puede ser difícil distinguir entre un sitio web, un correo electrónico o una carta del Gobierno real de unos falsos. Los estafadores pueden enviarle correos electrónicos y mensajes de texto y de voz. Es posible que le digan que le debe dinero al Gobierno canadiense o que le pidan información como su cuenta bancaria, los datos de su tarjeta de crédito o su Número de Seguro Social.

Los Gobiernos de Canadá y Columbia Británica nunca le pedirán información privada ni dinero por correo electrónico o por teléfono.

El Gobierno de B.C. también ofrece información sobre cómo reconocer y denunciar el fraude y las estafas en materia de inmigración.

[welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams](http://welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams)

Puede denunciar un correo electrónico, una llamada telefónica o una carta fraudulenta ante el Centro Canadiense de Lucha contra el Fraude (Canadian Anti-Fraud Centre).  
Llamada sin costo: 1 888 495-8501

Nota: Esta oficina está en la región del Centro de Canadá. El número de teléfono se atiende entre las 7:00 a. m. y 1:45 p. m., hora del Pacífico.

La Asociación de Banqueros Canadienses tiene información sobre cómo proteger sus cuentas bancarias. [cba.ca](http://cba.ca), busque "scam" (estafa).

Para obtener más información sobre cómo protegerse de las estafas, consulte la página 18.

## Agencias para ayudar a los recién llegados

La mayoría de las comunidades de B.C. tienen organizaciones para ayudar a los nuevos inmigrantes y residentes temporales a establecerse aquí. Son el mejor lugar al que acudir cuando tenga preguntas sobre cómo vivir y trabajar en B.C. Estos servicios son gratuitos y suelen ofrecerse en muchos idiomas.

La agencia de asentamiento de su comunidad puede ayudarlo con muchas cosas.

Pueden ayudarlo:

- encontrar un lugar para vivir
- encontrar un empleo
- informarse sobre cómo obtener reconocimiento de sus credenciales extranjeras
- mejorar sus competencias y cualificaciones laborales
- inscribir a sus hijos en la escuela
- obtener documentos oficiales y servicios gubernamentales
- encontrar información gubernamental como programas federales y provinciales de inmigración, visas y permisos
- encontrar clases de idiomas gratuitas para aprender y mejorar su inglés
- obtener ayuda legal o presentar una denuncia sobre una agencia o negocio



Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted:

- Residentes permanentes, incluidos refugiados [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado [welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Servicios de asentamiento para inmigrantes francoparlantes

La coopérative d'immigration Le Relais Francophone de la Colombie-Britannique ofrece servicios en francés a los recién llegados.

Área de Vancouver: 604 630-0316  
Llamada sin costo: 1 877 630-0316  
[vivreenbc.ca](http://vivreenbc.ca)

## Servicios de traducción e interpretación

Es posible que necesite ayuda para leer documentos en inglés. También puede necesitar traducir documentos de su propio idioma al inglés. Pida ayuda a su agencia de asentamiento. Ellos pueden:

- traducir documentos sencillos;
- ayudarlo a leer y escribir formularios y documentos;
- interpretar (hacer traducción oral);
- ayudarlo a encontrar traductores profesionales.

Las agencias de asentamiento **no pueden** ayudarlo a completar formularios legales.

Las empresas de traducción profesional cobran una tarifa. Es posible que tenga que contratar a un traductor o intérprete profesional si:

- está utilizando documentos legales;
- sus documentos requieren traducciones certificadas.

Para encontrar un traductor o intérprete, visite el sitio web de la Sociedad de Traductores e Intérpretes de B.C. Área de Vancouver: 604 684-2940 [stibc.org](http://stibc.org)

## Servicios para refugiados y solicitantes de refugio

### Refugiados con asistencia del Gobierno

El Programa de Refugiados Asistidos por el Gobierno recibe refugiados remitidos a Canadá para su reasentamiento mediante la Agencia de las Naciones Unidas para los Refugiados u otra organización de remisión. Los refugiados con asistencia del Gobierno reciben apoyo durante 1 año a partir de la fecha de llegada a Canadá o hasta que puedan mantenerse por sí mismos, lo que ocurra primero. Este puede incluir alojamiento, ropa, comida y ayuda para encontrar empleo. [canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program.html)

### Refugiados con patrocinio privado

Los grupos de voluntarios en Canadá pueden patrocinar a refugiados de forma privada. Ellos ayudarán a los recién llegados a adaptarse a la vida aquí. El grupo de patrocinadores:

- ayudará a encontrar un lugar para vivir;
- dará apoyo financiero;
- brindará apoyo social y emocional;
- dará comida y ropa.

Los grupos de patrocinio deben apoyar a un refugiado durante 1 año después de su llegada o hasta que pueda mantenerse a sí mismos, lo que ocurra primero. No es necesario pagarle al patrocinador por estos servicios. Los patrocinadores no pueden pedirle dinero para ayudarlo a reasentarse. [cic.gc.ca](http://cic.gc.ca), busque "Private sponsorship refugees information" (Información sobre el patrocinio privado para refugiados).



## Solicitantes de refugio

Si no tiene la condición de refugiado, pero quiere solicitar asilo en Canadá, deberá seguir unos pasos para presentar una solicitud de refugio y conseguir una audiencia.

Puede ponerse en contacto con Servicios de Orientación para el Asentamiento para obtener apoyo especializado para realizar el proceso de solicitud de refugio y obtener ayuda para sus necesidades inmediatas de vivienda, atención médica e ingresos.

- Servicios de Orientación para el Asentamiento en la Sociedad de Servicios para Inmigrantes de BC (Immigrant Services Society of BC, ISSofBC)  
[issbc.org/our-services/sos-settlement-orientation-services](http://issbc.org/our-services/sos-settlement-orientation-services)

También puede ponerse en contacto con su agencia de asentamiento.

- [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)

Para obtener información adicional:

- [canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/claim-protection-inside-canada.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/claim-protection-inside-canada.html)
- Asociación de Servicios de Orientación Multilingüe para Comunidades de Inmigrantes (Multi-Lingual Orientation Service Association for Immigrant Communities, MOSAIC).  
[mosaicbc.org](http://mosaicbc.org)

## Programa Federal Provisional de Salud

El Programa Federal Provisional de Salud ofrece beneficios de atención médica limitados y temporales a grupos específicos de personas en Canadá que no tienen cobertura de atención médica provincial, territorial o privada. Las personas protegidas, los refugiados reasentados y los solicitantes de refugio pueden presentar una solicitud para el programa.

Obtenga más información y presente su solicitud en el sitio web.

- Para personas  
[cic.gc.ca/english/refugees/outside/arriving-healthcare/individuals.asp](http://cic.gc.ca/english/refugees/outside/arriving-healthcare/individuals.asp)

- Para refugiados  
[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/services.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/services.html)

Para conseguir la cobertura, su proveedor de atención médica debe estar registrado en el Programa Federal Provisional de Salud. Encuentre un proveedor de atención médica registrado en B.C.

[ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers](http://ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers)

## Programa de Ayuda al Reasentamiento

Es posible que sea elegible para recibir ayuda en el marco del Programa de Ayuda al Reasentamiento. Los programas y servicios incluyen:

- préstamos para ayudar a viajar a Canadá;
- asistencia al entrar en Canadá;
- asesoramiento y orientación cultural;
- información general y orientación;
- remisión a recursos comunitarios;
- servicios de traducción e interpretación;
- formación lingüística;
- servicios relacionados con el empleo.

Cada programa y servicio tiene sus propios requisitos de elegibilidad. Si fue patrocinado como refugiado, póngase en contacto con su organización patrocinadora para informarse sobre la asistencia para el asentamiento. También puede obtener información sobre la asistencia para el asentamiento poniéndose en contacto directamente con una organización de servicios.

[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program/providers.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program/providers.html)

## Información para los refugiados

- Legal Aid BC  
[lss.bc.ca/publications/pub/refugee-hearing-preparation](http://lss.bc.ca/publications/pub/refugee-hearing-preparation)
- Refugee Readiness Hub  
[bcrefugeehub.ca](http://bcrefugeehub.ca)
- Refugee Health Vancouver  
[refugeehealth.ca](http://refugeehealth.ca)



## **i** A dónde ir para obtener más información

### **Buscar en línea**

Puede utilizar internet para buscar trabajo, encontrar vivienda, comprar artículos nuevos o usados, traducir frases sencillas y conocer gente nueva. La mayoría de los enlaces de esta guía corresponden a Gobiernos u organizaciones financiadas por el Gobierno.

Las bibliotecas y muchos lugares públicos disponen de conexión inalámbrica a internet (WiFi) gratuita. Muchas cafeterías también tienen WiFi para los clientes. Los hoteles y los moteles suelen tener WiFi gratuito para los huéspedes. Para obtener más información sobre los servicios de internet en casa, consulte la página 38.

Si no tiene una computadora, una tableta ni un teléfono inteligente, puede utilizar una computadora pública en la biblioteca. La mayoría de las bibliotecas públicas tienen computadoras que puede utilizar gratuitamente. Es posible que en su comunidad haya un cibercafé o un cibercafé enfocado hacia el juego donde pueda acceder a internet en computadoras públicas.

Visite su agencia de asentamiento. Sus servicios son gratuitos y pueden ayudarlo a conocer su nueva comunidad.

Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.

- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)

- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- Descargue la aplicación Arrival Advisor en su teléfono inteligente. Utilícela para encontrar información sobre asentamiento y recursos comunitarios. La aplicación está disponible en inglés, francés, árabe, chino (simplificado y tradicional), coreano, punyabí y tagalo.  
[arrivaladvisor.ca](http://arrivaladvisor.ca)

### **BC211**

BC211 puede ayudarlo a encontrar servicios gubernamentales y comunitarios que pueda necesitar. Entre ellos se encuentran asesoramiento, empleo, cuidado infantil, asistencia financiera, alimentación, servicios para personas mayores, vivienda, servicios jurídicos, servicios para inmigrantes, educación, arte y cultura, ocio, servicios médicos y grupos de apoyo. El servicio es gratuito, confidencial (privado) y está disponible en muchos idiomas.

Llamada sin costo: 2-1-1  
[bc211.ca](http://bc211.ca)



## **i** A dónde ir para obtener más información (continuación)

### **Acerca de su comunidad**

- Puede obtener mucha información gratuita en su biblioteca local. Hay libros sobre su comunidad, B.C. y Canadá. También puede encontrar mapas, periódicos, revistas y DVD. Las bibliotecas suelen organizar clases, charlas educativas y eventos sociales. NewToBC tiene información sobre bibliotecas públicas y servicios para recién llegados.  
[newtobc.ca](http://newtobc.ca)
- Vaya a la oficina del Gobierno municipal. Puede llamarse “town hall” (ayuntamiento) o “city hall” (alcaldía). Puede obtener información sobre parques, centros de ocio y actividades en su comunidad.  
[civinfo.bc.ca/municipalities](http://civinfo.bc.ca/municipalities)
- Los distritos regionales pueden tener información sobre parques y actividades recreativas.  
[civinfo.bc.ca/regionaldistricts](http://civinfo.bc.ca/regionaldistricts)
- Visite su centro de información turística local. Tiene mapas e información sobre cosas que puede hacer y ver en su comunidad.  
[hellobc.com/plan-your-trip/visitor-information-services](http://hellobc.com/plan-your-trip/visitor-information-services)

### **Acerca de Columbia Británica**

- WorkBC es un sitio web del Gobierno provincial con información sobre cómo encontrar un empleo y trabajar en B.C. Llamada sin costo: 1 877 952-6914  
[workbc.ca](http://workbc.ca)

- WelcomeBC tiene información sobre cómo trabajar, estudiar y establecerse en B.C. Es un sitio web del Gobierno provincial con información sobre la inmigración en B.C. y el Programa Provincial de Nominados de BC.  
[WelcomeBC.ca](http://WelcomeBC.ca)
- Service BC tiene información sobre los servicios del Gobierno provincial. Llamada sin costo: 1 800 663-7867  
[servicebc.gov.bc.ca](http://servicebc.gov.bc.ca)
- El sitio web del Gobierno provincial tiene información sobre servicios, programas y la vida en B.C.  
[gov.bc.ca/gov/content/home](http://gov.bc.ca/gov/content/home)
- BC Stats dispone de información sobre la economía y la población de B.C.  
[bcstats.gov.bc.ca](http://bcstats.gov.bc.ca)
- HelloBC tiene información sobre la exploración de Columbia Británica.  
[hellobc.com](http://hellobc.com)

### **Acerca de Canadá**

- Ministerio de Inmigración, Refugiados y Ciudadanía de Canadá tiene información sobre leyes canadienses, atención médica y servicios de asentamiento.  
[cic.gc.ca/english/resources/publications/welcome/index.asp](http://cic.gc.ca/english/resources/publications/welcome/index.asp)
- Service Canada ayuda a las personas a acceder a los servicios y beneficios del Gobierno federal.  
[servicecanada.gc.ca/eng/home.shtml](http://servicecanada.gc.ca/eng/home.shtml)



# ESTABLECERSE

## Definiciones

### Pueblos indígenas

Pueblos indígenas e Historia europea  
Historia reciente y reconciliación  
Los pueblos indígenas de hoy en día  
Para obtener información adicional

### Costumbres sociales

Matrimonio, divorcio y familia  
Fumar y vapear  
Alcohol y cannabis  
Títulos personales  
Citas y hora  
Privacidad personal

### Teléfonos

Llamadas de larga distancia  
Tarjetas telefónicas

### Protección personal

Fraude y estafas  
Emergencias  
Consejos para el 9-1-1  
Preparación para emergencias

### Transporte

Transporte público  
Transporte para personas  
con discapacidades  
Taxis

Ride hailing

Préstamo de automóviles  
y compartir un automóvil

Caminar

Ciclismo

Automóviles

### Viaje entre comunidades

Conducir

Autobuses

Aerolíneas

Ferris

Trenes

### Envío y recepción de correspondencia

Envío de cartas y paquetes

Otros servicios de correo y entrega

### Bibliotecas públicas

### Centros comunitarios, recreativos y para personas mayores

Centros comunitarios y recreativos

Programas para personas mayores

### Voluntariado

### Lista de verificación de cosas que hay que hacer de inmediato



## Definiciones

- Avalancha:** cuando una gran cantidad de nieve, hielo o rocas cae por la ladera de una montaña.
- Cannabis:** (marihuana) droga que se consume por razones médicas y por recreación. En 2020, el consumo de cannabis pasó a ser legal para los adultos canadienses.
- Casco:** es un sombrero duro que las personas usan para protegerse la cabeza en caso de que se caiga o se golpee en la cabeza. Las personas que conducen motocicletas, escúteres y bicicletas deben utilizar el casco. Suelen llamarse “cascos de bicicleta”.
- Cita:** una reunión que se ha fijado con antelación. Puede pedir una cita para ir al médico o al dentista, reparar algo en su casa, tomar una clase o asistir a una entrevista de empleo.
- Discapacidades:** afecciones físicas, mentales o de desarrollo que limitan la capacidad de una persona para trabajar, moverse o realizar actividades en su vida cotidiana.
- Dispositivos de ayuda a la movilidad:** elementos que pueden ayudar a una persona a desplazarse. Esto incluye sillas de ruedas, andadores y bastones.
- Emergencia:** una situación inesperada y peligrosa a la que hay que responder rápidamente. Las emergencias incluyen avalanchas, terremotos, incendios, inundaciones o condiciones meteorológicas adversas intensas.
- Estafa:** mentira que dicen las personas para engañar a alguien para que entregue algo valioso, como dinero o información personal. Alguien puede decir que debe dinero al Gobierno o que necesita verificar su número de cuenta bancaria.
- Familia monoparental:** familia en la que 1 solo adulto se hace cargo de sus hijos. En algunas familias, los padres pueden estar divorciados y 1 de ellos puede tener la custodia (responsabilidad) de los hijos. Puede que uno de los padres haya fallecido, o que un hombre o una mujer haya decidido tener un hijo por su cuenta, sin pareja.
- Fraude:** cuando una persona miente, oculta, exagera u omite información intencionalmente para obtener algo valioso.
- Multiculturalismo:** cuando un país valora muchas culturas. Las personas celebran muchas culturas diferentes. La diversidad étnica se valora en Canadá y es un beneficio para todos los ciudadanos.
- Preparación para emergencias:** estar listo para enfrentar una emergencia con antelación. Esto significa tener preparados alimentos, luces, baterías y suministros en caso de emergencia (por ejemplo, si se corta la electricidad durante varios días o semanas).
- Propina:** dinero adicional que se paga a los trabajadores que prestan servicios personales. Esto incluye a taxistas, camareros de restaurantes y bares, peluqueros, etc. Las propinas suelen oscilar entre el 10% y el 20% del total de la factura. Los canadienses suelen dar propinas cuando el servicio es bueno.
- Tsunami:** ola gigante en el océano normalmente causada por un terremoto. La ola puede inundar la costa y destruir pueblos, ciudades o carreteras cercanas.
- Voluntario:** persona que da su tiempo gratuitamente para ayudar a los demás. Muchas organizaciones utilizan voluntarios para ayudar a prestar el servicio. Los voluntarios no cobran por su trabajo.



## Pueblos indígenas

Hay más de 1,6 millones de indígenas en Canadá y más de 600 comunidades indígenas diferentes. Algo más de 200 de estas comunidades están en Columbia Británica. Alrededor del 80% de los pueblos indígenas de B.C. viven fuera de las comunidades indígenas, en pueblos y ciudades de toda la provincia.

Los indígenas de Canadá pertenecen a 3 grupos: Primeras Naciones, métis e inuit. Los pueblos de las Primeras Naciones han vivido en B.C. desde tiempos inmemoriales, es decir, antes de que haya memoria o registro. Decenas de miles de personas de las Primeras Naciones estaban aquí cuando los europeos llegaron y colonizaron B.C. a mediados del siglo XVIII. Los métis tienen una mezcla de ancestros europeos y de las Primeras Naciones. Son un pueblo y una Nación distintos. Los inuit proceden de las regiones septentrionales o del norte de Canadá.

Hay muchos estereotipos y prejuicios hacia los pueblos indígenas de Canadá. Esto viene de la historia de cómo los colonos europeos trataron a los pueblos indígenas.

### Pueblos indígenas e Historia europea

Mucho antes de que los primeros europeos llegaran a Norteamérica, los pueblos indígenas del país que ahora se llama Canadá gestionaban sus tierras con sus propios sistemas de gobierno, leyes, tradiciones y economías. Tenían (y siguen teniendo) sus propias lenguas, ceremonias, tradiciones, culturas y creencias espirituales.

Cuando los exploradores llegaron a Norteamérica, sus países luchaban por el poder y el control de la tierra en todo el mundo. Muchos de los colonos no reconocían en absoluto a los pueblos indígenas, ni sus leyes, gobiernos, culturas, creencias o relaciones.

En 1867 se formó el Gobierno de Canadá. El Gobierno creó la Ley relativa a los indígenas, que era una ley que regía a los pueblos indígenas. Controlaba todos los aspectos de sus vidas e intentaba borrar sus culturas y formas de vida. Los pueblos indígenas siempre han luchado contra la opresión de la Ley relativa a los indígenas y la colonización y por el reconocimiento de sus derechos. Amnistía Internacional, las Naciones Unidas y la Comisión Canadiense de Derechos Humanos han calificado la Ley relativa a los indígenas de abuso de los derechos humanos.

Uno de los períodos más oscuros de la historia de Canadá fue la creación de los internados, cuyo objetivo era destruir la cultura de las Primeras Naciones, los métis y los inuit. El Gobierno de Canadá alejó a miles de niños indígenas de sus hogares y familias. Los internó en escuelas alejadas de sus hogares. Tuvieron que aprender inglés y fueron despojados de su lengua, cultura e identidad indígena. La mayoría de los niños sufrieron terribles maltratos en las escuelas. El último internado oficial cerró en 1996.

Los daños y traumas duraderos causados por los internados y muchos otros ejemplos de injusticia y racismo en la historia de Canadá siguen afectando negativamente a pueblos, familias y comunidades indígenas en la actualidad, así como al país en su conjunto.

### Historia reciente y reconciliación

En los años recientes, los Gobiernos de todo Canadá han reconocido que sus acciones han lastimado a las Primeras Naciones, a los métis y a los inuits. En 2008, el Gobierno de Canadá creó la Comisión de Verdad y Reconciliación de Canadá para empezar a examinar y reconocer las injusticias cometidas contra los pueblos indígenas en todo el país. Para obtener más información, visite el sitio web de la comisión.

[trc.ca](http://trc.ca)



En 2007, la Asamblea General de las Naciones Unidas adoptó la Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas (DNUDPI), también conocida como Declaración de la ONU. 148 naciones han adoptado la Declaración de la ONU. Hace hincapié en el derecho de los pueblos indígenas a vivir con dignidad; a mantener y fortalecer las instituciones, culturas y tradiciones indígenas, y a llevar adelante un desarrollo autodeterminado acorde con las necesidades y aspiraciones indígenas. [un.org/development/desa/indigenouseoples/declaration-on-the-rights-of-indigenous-peoples.html](http://un.org/development/desa/indigenouseoples/declaration-on-the-rights-of-indigenous-peoples.html)

En noviembre de 2019, el Gobierno de B.C. aprobó una ley para aplicar la Declaración de la ONU, que, según la Comisión de Verdad y Reconciliación de Canadá, los Gobiernos de Canadá deberían adoptar y aplicar plenamente como marco para la reconciliación con los pueblos indígenas.

La Ley de la Declaración sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas significa que el Gobierno de B.C. tiene que reconocer y respetar los derechos humanos de los pueblos indígenas. Con esta ley, el Gobierno ha prometido trabajar con los pueblos indígenas para crear un plan de acción que ayude a construir un futuro mejor para los pueblos indígenas y para todos en B.C. [declaration.gov.bc.ca](http://declaration.gov.bc.ca)

## Los pueblos indígenas en la actualidad

Aunque los Gobiernos coloniales de Canadá intentaron destruir las conexiones de los pueblos indígenas con la cultura, las tradiciones, las economías, las leyes y los derechos a la tierra, esas conexiones siguen siendo fuertes hoy en día. Los pueblos indígenas están recuperando la cultura y las lenguas que casi se perdieron porque el Gobierno intentó borrarlas mediante el sistema de internados escolares y la política del Gobierno colonial. Los pueblos indígenas han luchado por mantener vivas sus culturas y hoy educan a sus hijos para que estén orgullosos de sus culturas

e identidades. Hay muchas celebraciones y festivales en las comunidades que acogen a los que no son indígenas.

Tradicionalmente, algunos liderazgos de las Primeras Naciones se transmitían por vía familiar (hereditaria). En virtud de la Ley relativa a los indígenas, el Gobierno canadiense creó “bandas”, una forma diferente de gobierno que se impuso a las Primeras Naciones. El Gobierno de Canadá define quién puede ser miembro de la banda y no la Primera Nación. Muchas bandas tienen ahora un consejo electo, llamado “consejo de banda” y un jefe electo. Hoy en día, el liderazgo hereditario sigue existiendo en muchas Naciones, y algunas bandas tienen jefes, líderes y matriarcas tanto hereditarios como electos. Muchos consejos de banda electos gestionan la educación, las escuelas de la banda, la vivienda, los sistemas de agua y alcantarillado, las carreteras y otros negocios y servicios comunitarios.

Algunas comunidades de las Primeras Naciones tienen ahora acuerdos de autonomía. El gobierno autónomo significa que las Primeras Naciones pueden asumir el control y la responsabilidad de las decisiones que las afectan. Estas pueden incluir la elaboración de leyes, la decisión de cómo gastar el dinero, la recaudación de dinero a través de los impuestos, la ejecución de programas y la creación de oportunidades económicas.

En muchas partes de Canadá, las Primeras Naciones firmaron tratados (contratos con el Gobierno) que otorgaban a los nuevos colonos derechos sobre la tierra. En B.C., se firmaron muy pocos tratados. De hecho, el 95% de B.C. está en tierras de las Primeras Naciones que nunca tuvieron un acuerdo de tratado. Hoy en día, las personas reconocen este asunto. Por ejemplo, se puede oír a alguien comenzar un acto en la B.C. diciendo: “Nos gustaría reconocer el territorio no cedido del pueblo de Coast Salish”. Así se reconoce que los pueblos de las Primeras Naciones no renunciaron a sus tierras ni las cedieron legalmente a Gran Bretaña o Canadá.



Sorprendentemente, la mayoría de los que no son indígenas que viven en Canadá no saben mucho sobre los pueblos indígenas, su historia, su cultura y su forma de vida. Aunque esto está empezando a cambiar, hay muchos motivos para esta falta de conocimiento.

- Durante muchos años, la política del Gobierno fue la de asimilar (absorber) a los pueblos indígenas en la sociedad canadiense, por lo que perderían su identidad única como Primeras Naciones, métis o inuit.
- Muchas personas de las Primeras Naciones han vivido en reservas (comunidades) alejadas de las ciudades canadienses.
- El sistema escolar canadiense no ha enseñado a los estudiantes sobre los pueblos indígenas y su verdadera historia.
- A menudo los canadienses solo oyen hablar de los pueblos indígenas a través de los medios de comunicación. La mayoría de estas historias son sobre pueblos indígenas que protestan por sus derechos. A menudo se describen como acciones “negativas”. Con frecuencia, los medios de comunicación no intentan reflejar la verdad tal y como la conocen los pueblos indígenas.

El lenguaje que utilizamos al hablar de los temas indígenas en Canadá es importante. Algunos pueblos indígenas solían llamarse “indios” o “nativos”. Hoy en día, la mayoría de los pueblos indígenas identifican estas palabras con la opresión del Gobierno. No es una forma aceptable de referirse a los pueblos indígenas por parte de los que no son indígenas. Lo mejor es preguntarle a un indígena qué términos prefiere.

La apropiación cultural ocurre cuando alguien toma algo de otra cultura para utilizarlo en su propio beneficio, perdiendo o cambiando el significado original o la importancia cultural. Los que no son indígenas han tomado importantes símbolos y tradiciones sagradas para los pueblos indígenas y los han utilizado para vender productos y ganar dinero. Esto se considera hurto y no se debería hacer.

### Para obtener más información

- Pueblos indígenas de la Columbia Británica. [gov.bc.ca/gov/content/governments/indigenous-people](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/indigenous-people)
- La ciudad de Vancouver ha redactado una Guía para los Recién Llegados. [vancouver.ca/files/cov/First-Peoples-A-Guide-for-Newcomers.pdf](http://vancouver.ca/files/cov/First-Peoples-A-Guide-for-Newcomers.pdf)
- Indigenous Tourism BC tiene información sobre viajes, eventos e ideas. Puede planear unas vacaciones culturalmente ricas que apoyen a la industria turística indígena de B.C. [indigenoustravel.com](http://indigenoustravel.com)
- La Red de Televisión de los Pueblos Aborígenes (Aboriginal People’s Television Network, APTN) es una cadena de televisión por cable de Canadá que produce y emite programas por y para los aborígenes. [aptn.ca](http://aptn.ca)
- El Gobierno de Canadá, Ministerio de Relaciones Corona-Indígenas y Asuntos del Norte de Canadá. [rcaanc-cirnac.gc.ca](http://rcaanc-cirnac.gc.ca)



## Costumbres sociales

Canadá es un país multicultural. Los canadienses proceden de muchos países diferentes, y las personas están orgullosas de sus tradiciones e historia. Todas las culturas pertenecen a Canadá y todos los ciudadanos canadienses son iguales.

En Canadá, es posible que las personas hablen y se comporten de forma diferente a la del país del que usted procede. Puede que no entienda por qué las personas dicen o hacen algunas cosas. Puede que no esté de acuerdo. Puede sentirse confundido o avergonzado. Puede sentir que la otra persona no es amable o educada. Esto puede deberse a que aún no entiende la sociedad canadiense, o a que los canadienses no entienden la suya.

Intente aprender más sobre las costumbres sociales canadienses. Puede aprender observando cómo se comportan las personas. Hable con las personas, haga nuevos amigos y pregunte. La mayoría de los canadienses estarán encantados de responder sus preguntas y conocer las costumbres de su país de origen.

También puede hablar con las personas de su agencia de asentamiento. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.

- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Matrimonio, divorcio y familia

El matrimonio es un acuerdo legal entre 2 personas. En Canadá, el matrimonio también puede tener un significado religioso, pero no siempre. Las leyes sobre el matrimonio rigen para todos los que viven en Canadá. Ante la ley, las dos personas de un matrimonio son iguales. Los matrimonios entre 2 hombres, 2 mujeres y transgéneros son legales en Canadá.

Muchas personas deciden vivir juntas sin casarse. Esto se llama relación de “unión de hecho”. Las parejas de hecho tienen los mismos derechos y responsabilidades que las parejas casadas. Las parejas reciben el estatus de “unión de hecho” después de vivir juntas durante un determinado período de tiempo.

No es necesario ser ciudadano canadiense para divorciarse en Canadá. Cualquiera de los dos miembros de la pareja puede solicitar el divorcio. Las personas en Canadá suelen hablar con un abogado para iniciar un divorcio.

Para obtener información sobre la búsqueda de un abogado en Canadá, consulte la sección Uso de un abogado en la página 113. También puede acudir a un Centro de Acceso a la Justicia (Justice Access Centre) para obtener información jurídica gratuita sobre cómo iniciar un divorcio.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac)

Muchos canadienses forman parte de familias monoparentales. Los niños viven con su madre o con su padre. Algunos niños pueden vivir con otros familiares, como los abuelos. A veces esto se debe a que los padres se han separado o divorciado. A veces es porque 1 de los padres murió. Los padres solteros pueden casarse o tener una relación con otros padres solteros. Viven con sus hijos en la misma casa. Esto se llama “familias mixtas”. Las familias mixtas tienen hijos de diferentes familias que viven juntos.

## Fumar y vapear

En B.C., está prohibido fumar en edificios públicos. En muchas comunidades, también está prohibido fumar cerca de las puertas y ventanas de un edificio público. Esto incluye edificios de oficinas, tiendas, restaurantes y bares. En algunas comunidades de B.C. también es ilegal fumar en espacios públicos como los parques.

[gov.bc.ca/gov/content/health/keeping-bc-healthy-safe/tobacco-vapour](http://gov.bc.ca/gov/content/health/keeping-bc-healthy-safe/tobacco-vapour)



Las leyes de B.C. sobre el hábito de fumar también rigen para el vapeo (uso de cigarrillos electrónicos). Debe tener 19 años para comprar productos de vapeo y no está permitido utilizarlos en edificios públicos, en lugares de trabajo o cerca de puertas y ventanas. [gov.bc.ca/gov/content/vaping](http://gov.bc.ca/gov/content/vaping)

## Alcohol y cannabis

Solo puede beber alcohol (licor) en público en determinados lugares, como el bar o el restaurante donde lo ha comprado. La mayoría de los pueblos y ciudades de B.C., no permiten el consumo de alcohol en los parques públicos. En B.C., debe tener al menos 19 años para comprar alcohol. También hay reglas muy estrictas sobre el consumo de alcohol y la conducción de vehículos. Para obtener más información sobre el consumo de alcohol y la conducción de vehículos, consulte la página 99.

El cannabis (marihuana) es legal en Canadá desde octubre de 2018. Las personas pueden consumir cannabis si lo obtienen de fuentes

legales. Debe seguir las leyes para comprar y consumir cannabis legalmente. En B.C. no está permitido fumar dentro de edificios públicos, ni cerca de puertas y ventanas. Tampoco está permitido consumir cannabis en parques infantiles, campos deportivos, parques para patinaje y otros lugares donde juegan los niños. Al igual que el alcohol, existen reglas muy estrictas sobre el consumo de cannabis y la conducción de vehículos.

[cannabis.gov.bc.ca](http://cannabis.gov.bc.ca)

## Títulos personales

La mayoría de las veces, los canadienses son casuales, informales y educados. Ser informal no se considera grosero o irrespetuoso. Las personas suelen llamarse por su nombre. Esto puede cambiar según la situación social. Por ejemplo, debe llamar a los empleadores, clientes o médicos por su título ("Sr." para un hombre, "Srta." para una mujer, "Sra." para una mujer casada, "Dr." para un médico). Si se siente cómodo con la persona, puede preguntarle si puede usar su nombre.





## Citas y hora

Los canadienses creen que es de mala educación llegar tarde. Nunca se debe llegar tarde a una cita profesional (por ejemplo, con un médico). Puede perder su cita y tener que pagar una cuota.

A veces, puede tener retrasos o problemas de horario. Es posible que no pueda llegar a tiempo a una cita. Si esto ocurre, debe cancelar la cita lo antes posible. Llame a la oficina y diga que necesita cancelar y encontrar una nueva hora para la cita. Algunas oficinas tienen reglas estrictas para la cancelación. Debe cancelar al menos 1 o 2 días antes de la cita. Si no cancela antes de ese plazo, pueden cobrarle una cuota. Pregunte por las reglas de cancelación cuando pida la cita.



## Privacidad personal

Los canadienses suelen respetar la privacidad. Algunas personas creen que es de mala educación hacer preguntas sobre el dinero que ganan, la religión, la orientación sexual, la edad, lo que poseen o con quién viven. Sin embargo, no es lo mismo para todos los canadienses. Muchos canadienses son muy abiertos con respecto a esta información. La mejor manera de aprender es observar cómo otros canadienses se hablan entre sí.

## Teléfonos

Hay 2 tipos de teléfonos: los fijos y los móviles (también llamados teléfonos celulares).

- Los teléfonos fijos están conectados a un cable en su casa. Se paga una cuota mensual fija por todas las llamadas locales. Muchos planes incluyen llamadas de larga distancia dentro de Canadá. Las llamadas de larga distancia (llamadas a teléfonos fuera de B.C. o Canadá) pueden tener un costo adicional. Estas tarifas pueden ser muy elevadas. Algunas compañías telefónicas tienen planes especiales de llamadas internacionales. Con el plan, no hay ninguna tarifa adicional para las llamadas internacionales a determinados países. Los teléfonos inalámbricos son lo mismo que un teléfono fijo. No tienen cable, pero solo se pueden usar dentro de la casa. No son lo mismo que un teléfono móvil.
- Los teléfonos móviles son teléfonos pequeños que se pueden utilizar en cualquier lugar. Los teléfonos móviles utilizan redes telefónicas. Los “teléfonos inteligentes” también tienen datos móviles. Puede utilizar internet y mensajes de texto. Los planes de telefonía móvil en Canadá pueden ser costosos. Hay muchos planes de telefonía móvil diferentes. Cada plan incluye diferentes servicios y tarifas.
  - Planes prepago (también llamados de “pago por uso”)
    - ♦ Usted no firma un contrato. Usted paga por el servicio antes de utilizarlo.
    - ♦ Usted compra un determinado número de minutos de llamadas y datos de internet. Cuando se agotan, se compran más.



- ♦ Si utiliza todos sus minutos y datos móviles, su teléfono dejará de funcionar. Deberá pagar para más minutos y datos móviles para que vuelva a funcionar.
- ♦ Después de comprar minutos y datos móviles, usted debe utilizarlos antes de una fecha determinada. Si no los utiliza antes de que finalice el plazo, caducarán (se cancelarán). Los minutos y los datos móviles suelen caducar 1 año después de la compra.
- Contrato mensual
  - ♦ Usted puede cancelar su contrato después de 2 años sin cargos por cancelación, incluso si usted ha acordado un plazo más largo. <https://crtc.gc.ca/eng/phone/mobile/code.htm>
  - ♦ Usted paga por utilizar un determinado número de minutos y datos de internet cada mes. Si utiliza más, se le cobrará un recargo.
  - ♦ La compañía comprobará que tiene una buena calificación crediticia (un historial de pago puntual de sus facturas). Si es nuevo en Canadá, es posible que no tenga un historial de crédito aquí. Eso podría afectar su calificación crediticia. Para obtener información sobre las calificaciones crediticias, visite el sitio web de Equifax. [consumer.equifax.ca/personal/education/](http://consumer.equifax.ca/personal/education/)
  - ♦ Muchas compañías le ofrecerán un teléfono nuevo si firma un contrato. El costo del teléfono está incluido en su factura mensual. Puede ser más barato comprar su propio teléfono o utilizar un teléfono que ya tenga.
  - ♦ Muchos contratos ofrecen un precio especial para familias con varios teléfonos móviles.
  - ♦ Es posible que haya visto publicidad que diga que puede ahorrar dinero si cambia de compañía telefónica. Esto puede ser cierto, pero debe tener cuidado. La mayoría de las compañías cobran una comisión por cancelar el contrato antes de tiempo. La tarifa puede ser muy alta.

- ♦ Asegúrese de revisar cuidadosamente todos los costos antes de firmar un contrato con una compañía de telefonía móvil.
- ♦ Elegir un plan de telefonía puede ser confuso. Debe tomarse su tiempo y comparar los planes para encontrar el más adecuado para usted. Hable con las personas y pida recomendaciones. También puede buscar planes y opiniones en internet.

## Llamadas de larga distancia

Algunos contratos de telefonía (tanto fija como móvil) incluyen llamadas de larga distancia gratuitas a otros países. Es posible que necesite un plan si hace muchas llamadas de larga distancia. Consulte con diferentes compañías telefónicas para ver quién le ofrece la mejor oferta. Es posible que pueda hacer llamadas de larga distancia utilizando aplicaciones de llamadas por internet.

Algunos números de teléfono son gratuitos. No tiene que pagar para llamar a estos números. Los números de teléfono gratuitos suelen empezar por 1 800, 1 855, 1 866, 1 877 o 1 888.

Los números que empiezan por 1 900 no son gratuitos. Debe pagar para llamar a estos números. Suelen ser muy costosos.

## Tarjetas telefónicas

Las tarjetas telefónicas le permiten comprar minutos para llamadas. Puede comprar una tarjeta para hacer llamadas locales en un teléfono móvil o para hacer llamadas internacionales en teléfonos móviles y fijos. Las tarjetas telefónicas suelen costar \$5, \$10 o \$20. El precio depende del número de minutos que compre y de si llama dentro de Canadá o a otro país. Cada compañía cobra diferentes tarifas por sus tarjetas telefónicas.

En Canadá no existe ninguna normativa sobre las tarjetas telefónicas. Antes de comprar una tarjeta, asegúrese de entender los términos.

- ¿Hay gastos adicionales por conectar su tarjeta?



- ¿Hay un precio mínimo por cada llamada (independientemente de los minutos que se hable)?
- ¿Existe una fecha de caducidad (cuando la tarjeta deja de funcionar)?
- ¿Hay momentos del día en los que no se puede utilizar la tarjeta?
- ¿Existe un número de teléfono de atención al cliente, en caso de que tenga problemas con la tarjeta?

Puede comprar tarjetas telefónicas en muchas farmacias, supermercados y tiendas de conveniencia. Cuando haya utilizado todos los minutos, deberá comprar una nueva tarjeta.

## Protección personal

Canadá no tiene un alto índice de criminalidad. Sin embargo, sigue siendo importante protegerse y cuidar sus pertenencias. Los ladrones pueden hurtar pertenencias físicas, como una cartera o una bicicleta. Los ladrones también pueden hurtar su información personal. Pueden utilizar su información personal para cometer un delito o hurtar su dinero. Esto se llama robo de identidad. Guarde en un lugar seguro los documentos e información importantes, como el pasaporte, el Número de Seguro Social, las tarjetas de crédito y el número de la cuenta bancaria.

Cierre con llave su casa, su auto o su bicicleta. No esconda llaves adicionales fuera de su casa. No deje los objetos de valor donde alguien pueda verlos.

## Fraude y estafas

Engañar a las personas para que den dinero se llama "fraude" o "estafa". Los estafadores pueden fingir que venden algo. Después de darles el dinero, no le dan lo que ha pagado. Las personas pueden intentar asustarlo haciéndole creer que debe dinero al Gobierno y que tendrá problemas si no les paga. Algunos estafadores pueden intentar hacer que se compadezca de alguien y lo ayude dándole dinero.

Si cree que alguien puede estar intentando estafarlo, llame a la policía. Muchas organizaciones publican información sobre estafas que utilizan sus nombres. Por ejemplo, si alguien dice ser del Gobierno federal y usted debe dinero, visite el sitio web de la Agencia Canadiense de Ingresos. Publicarán información sobre estafas. [canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html](https://canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html)

Los estafadores utilizan internet, mensajes de texto y teléfonos para encontrar personas. También utilizarán situaciones de emergencia, como una catástrofe natural o una pandemia, para engañar o asustar a las personas para que les den dinero.

Cuando usted es nuevo en Canadá o está tratando de inmigrar aquí, las personas pueden tratar de engañarlo con fraudes y estafas en materia de inmigración. El Gobierno de B.C. tiene información sobre cómo reconocer y denunciar el fraude y las estafas en materia de inmigración. [welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams](https://welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams)

## Fraude y estafas en línea

La mayoría de las personas en Canadá utilizan internet para buscar empleo y vivienda, hacer compras, realizar operaciones bancarias en línea, tomar prestados libros de la biblioteca, comunicarse con otras personas, encontrar información y participar en actividades. Pero puede haber problemas con internet. Los ladrones intentan hurtar su dinero o su información personal. Algunos delincuentes utilizan internet para conectarse con los niños y hacerles daño.

Es importante protegerse, así como cuidar su familia, su dinero y su información cuando está en línea. El sitio web de la Real Policía Montada de Canadá (RCMP, por sus siglas en inglés) tiene información sobre la delincuencia en línea. [rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/index-eng.htm](https://rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/index-eng.htm)

Hable con sus hijos sobre la seguridad en internet. Para la mayoría de los niños, las redes sociales son una parte importante



de sus vidas. Es posible que desee evitar que sus hijos lo usen. Sin embargo, esto es difícil de controlar para los padres. Puede ser más fácil hablar con los niños y enseñarles sobre seguridad. La Real Policía Montada de Canadá (RCMP) tiene información para ayudar a los padres a mantener la seguridad de los niños en internet.

[rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/io-cl-eng.htm](http://rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/io-cl-eng.htm)

Puede ser muy fácil dar información personal por error. El Gobierno de Canadá tiene información sobre cómo proteger su información personal.

[priv.gc.ca/en/for-individuals/](http://priv.gc.ca/en/for-individuals/)

El Consejo de Protección de Canadá (Canada Safety Council) también tiene información para ayudarlo a protegerse y cuidar a su familia contra el ciberacoso y las estafas en línea.

[canadasafetycouncil.org/category/online-safety/](http://canadasafetycouncil.org/category/online-safety/)

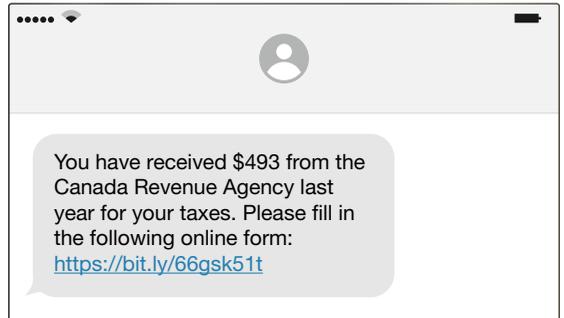
### Fraude y estafas telefónicas

Los delincuentes también pueden utilizar el teléfono para engañar a las personas y hacer que den dinero. Los estafadores telefónicos pueden llamarlo para pedirle información, como su número de cuenta bancaria o de tarjeta de crédito. Los estafadores frecuentemente se hacen pasar por el Gobierno. Es posible que reciba una llamada de alguien que le diga que es del Gobierno de Canadá o la Agencia Canadiense de Ingresos. Pueden decir que le debe dinero o que necesitan comprobar su cuenta bancaria o el número de su tarjeta de crédito. Cuelgue inmediatamente. Los Gobiernos de Canadá nunca harán una llamada así.

[canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html](http://canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html)

Los estafadores también pueden hacerse pasar por una compañía privada. Estos estafadores pueden decir que usted tiene una factura o que les debe dinero. Pueden pedir el pago inmediatamente. Algunos envían un mensaje de texto a su teléfono móvil. No haga clic en los enlaces de los mensajes de texto de números desconocidos.

### Ejemplo de mensaje de texto de estafa



Nunca compre nada por teléfono de alguien que no conozca. Si alguien lo llama para venderle algo, le pide dinero o le dice que le va a cortar el servicio de algo (como la calefacción, el agua o el teléfono), cuelgue inmediatamente. Llame a la policía y cuénteles lo sucedido.

No todas las llamadas de números desconocidos son estafas. Algunos son de negocios reales que intentan venderle su producto. Se denominan "llamadas en frío o llamadas no solicitadas". Si no desea recibir este tipo de llamadas, puede registrarse en la lista "Do Not Call" (No me llamen) del Gobierno de Canadá. Recibirá menos llamadas de compañías reales. Sin embargo, esta lista no impide que los estafadores lo llamen.

[lnnte-dncl.gc.ca/en](http://lnnte-dncl.gc.ca/en)

### Emergencias

En la mayoría de los lugares de B.C., el número de teléfono de emergencia para los bomberos, la policía y la ambulancia es el 9-1-1. La llamada al 9-1-1 es gratuita. Cuando llame al 9-1-1, un operador responderá al teléfono. El operador le preguntará si necesita a la policía, a los bomberos o a la ambulancia.

En la mayoría de las comunidades, puede pedir ayuda en su propio idioma si no habla inglés. Aprenda la palabra en inglés para el idioma que habla (por ejemplo, aprenda a decir "mandarín") para poder encontrar un intérprete. Aprenda también las palabras "police" (policía), "fire" (incendio) y "ambulance" (ambulancia). Si puede hablar un poco de inglés, será más fácil que el operador del 9-1-1 lo ayude.



En algunas comunidades muy pequeñas, el número de teléfono de emergencia no es el 9-1-1. Pida el número de teléfono de emergencia en cuanto llegue. Su agencia de asentamiento, el ayuntamiento o el departamento de policía pueden indicarle el número. También puede encontrarlo en línea. Busque “emergency number” (número de emergencia) y el nombre de su comunidad.

### Consejos para el 9-1-1

- Conozca su ubicación (desde dónde llama). Indique al 9-1-1 la ciudad, la dirección, las calles cercanas u otros puntos de referencia (como una gasolinera, una escuela o una tienda).
- Si llama al 9-1-1 por error, **no cuelgue**. Permanezca en el teléfono y dígame al operador que fue un error. Si usted cuelga, pueden pensar que está en peligro y enviar a la policía. No habrá problemas por marcar el 9-1-1 por error.
- Enséñeles a sus hijos a llamar al 9-1-1 y a pedir ayuda. Enséñeles a decir su dirección y el tipo de ayuda que necesitan (bomberos, policía o ambulancia).
- No programe su teléfono para que marque 9-1-1 automáticamente.
- No envíe mensajes de texto ni tuits al 9-1-1. En caso de emergencia, marque el número de teléfono.
- Visite [ecomm911.ca](http://ecomm911.ca) para obtener información en varios idiomas.

### Preparación para emergencias

Los residentes de Columbia Británica deben estar preparados para muchas emergencias. Por ejemplo, aquí se producen unos 3.000 terremotos al año. La mayoría son demasiados pequeños para sentirlos, pero los expertos prevén que un gran terremoto puede ocurrir en cualquier momento. A veces, las personas tienen que evacuar (dejar sus casas muy rápidamente) a causa de los incendios forestales. Hay riesgos de avalanchas en las montañas, de tsunamis en la costa y de inundaciones o fenómenos meteorológicos extremos (tormentas) en toda la provincia. Otras emergencias son las epidemias y los derrames de materiales peligrosos.

Todos los hogares en B.C. deben tener un Plan de Emergencia Doméstica. Este lo ayudará a:

- encontrar información oficial;
- estar conectados entre sí;
- mantenerse a salvo;
- mantener la calma y la concentración.

Todos los hogares deben tener también un kit de emergencia y bolsas preelaboradas listas para usar.

Un kit de emergencia tiene herramientas y suministros para ayudar a las personas de su casa a mantenerse cómodas y seguras durante al menos 7 días. Prepare su kit antes de una emergencia para estar listo. Mantenga todos los kits juntos en un lugar donde pueda conseguirlos fácilmente. Una bolsa preelaborada es un pequeño kit de emergencia que cada persona puede llevar si necesita salir de su casa.

Visite [PreparedBC](http://PreparedBC) para saber cómo prepararse para una emergencia, hacer un plan de emergencia y preparar su kit de emergencia y su bolsa preelaborada. [preparedbc.ca](http://preparedbc.ca)



# Transporte

## Transporte público

### TransLink (Área de Vancouver)

TransLink opera autobuses, SkyTrains, el ferry SeaBus y el West Coast Express.

- Hay autobuses en toda la región.
- Hay 3 líneas de SkyTrain.
  - La Expo Line conecta el centro de la ciudad con Burnaby, New Westminster y Surrey.
  - La Millennium Line conecta el centro de la ciudad con Burnaby y Coquitlam.
  - La Canada Line conecta el centro de Vancouver con el Aeropuerto Internacional de Vancouver y Richmond.
- El SeaBus es un ferry (barco) que lleva a los pasajeros cruzando por Vancouver Harbour. Conecta el centro de Vancouver con North Shore (costa norte).
- El West Coast Express es una línea ferroviaria entre el centro de Vancouver y Mission. Funciona de lunes a viernes.

Compre un boleto de ida para viajar en diferentes servicios de TransLink durante 90 minutos. Podrá hacer transbordo entre autobuses, SkyTrains o el SeaBus sin tener que volver a pagar. El precio de su boleto depende del número de zonas tarifarias por las que viaje. Los viajes más largos (más de una zona) cuestan más en horas pico.

[translink.ca/fares](https://translink.ca/fares)

Puede comprar las Compass Cards en las máquinas expendedoras de las estaciones de SkyTrain y en algunas tiendas. También puede pedir una tarjeta por internet o por teléfono. Greater Vancouver (Área Metropolitana de Vancouver o Metro Vancouver): 604 398-2042 [compasscard.ca](https://compasscard.ca)

Todos los vehículos de TransLink son accesibles. Esto significa que las personas pueden viajar en el autobús en una silla de ruedas o en un escúter. Para obtener más información, consulte Transporte para personas con discapacidades en la página 22.

Algunos pasajeros pagan tarifas más bajas. Esto incluye a las personas mayores (65 años o más), a los titulares de HandyCard y a los menores de 18 años de edad. Los niños menores de 5 años viajan gratis. Los niños deben ir acompañados de alguien que haya pagado un pasaje. Un pasajero puede llevar hasta 4 niños sin costo.

[new.translink.ca/transit-fares](https://new.translink.ca/transit-fares), busque “fare pricing” (precio de los pasajes).

El sitio web de TransLink tiene información útil. También cuenta con una herramienta de planificación de viajes que lo ayudará a encontrar el autobús adecuado para su viaje. Greater Vancouver: 604 953-3333

[new.translink.ca](https://new.translink.ca)





### **BC Transit (Todo B.C. excepto el área de Vancouver)**

BC Transit proporciona servicio de autobús a las comunidades fuera del área de Vancouver. Puede descargar un mapa de la red de autobuses locales y los horarios en el sitio web de BC Transit. También puede obtener copias impresas de la Guía del Pasajero en la oficina del Gobierno local o en el centro de tránsito local, haga clic en el enlace Contact Us (Contáctenos) en el sitio web de BC Transit. [bctransit.com](http://bctransit.com)

Si toma el autobús con frecuencia, es más barato comprar un pase o boleto de autobús. Puede comprarlos en tiendas de comestibles, farmacias y tiendas de conveniencia. Puede encontrar información sobre dónde comprar boletos y pases en [bctransit.com](http://bctransit.com) o en la Guía del Pasajero de su localidad. En la mayoría de las comunidades hay un precio más bajo para los estudiantes a tiempo completo (hasta 12.º grado) y las personas mayores (65 años o más). Para pagar un precio más bajo, es posible que tenga que mostrar una identificación, como una tarjeta de estudiante o una licencia de conducir. Algunas comunidades ofrecen viajes gratuitos en autobús para los niños.

Los autobuses recogen a las personas en las paradas. Las personas se suben al autobús por la puerta principal y se bajan por la puerta trasera. Es posible que el autobús no se detenga en todas las paradas. Si desea bajarse del autobús, debe tocar

primero el timbre para indicar al conductor que se detenga. Algunos autobuses tienen un cordón en la pared por encima de los asientos. Algunos autobuses tienen botones rojos en los postes.

Cuando se suba al autobús, tiene que pagar el precio exacto del pasaje. El autobús no da cambio. Si paga en efectivo, debe llevar monedas. Si paga con boletos, 1 boleto le da 1 viaje en autobús. Si adquiere un pase mensual, puede viajar tantas veces quiera durante 1 mes. Si necesita hacer más de 1 viaje en autobús en 1 día, puede comprar un DayPASS. Esto le permite tomar todos los autobuses que quiera en 1 día. En las comunidades sin DayPASS, puede pedir un transbordo. Un transbordo es un billete que le permite tomar otro autobús en el plazo de 1 hora sin tener que volver a pagar. Después de pagar su tarifa, dígame al conductor del autobús que necesita un transbordo. El conductor del autobús le dará un boleto de transbordo para demostrar que ya pagó. En algunas comunidades no se utilizan los boletos de transbordo. Consulte el sitio web de BC Transit o pregunte al conductor del autobús.

Infórmese sobre las reglas de su comunidad en el sitio web de BC Transit. [bctransit.com](http://bctransit.com)

### **Transporte para personas con discapacidades**

En B.C., las personas con dispositivos de ayuda a la movilidad (como sillas de ruedas o escúteres) pueden viajar en todos los autobuses de transporte público. Hay un espacio adicional en la parte delantera del autobús, cerca de la puerta. Este espacio es para las personas con dispositivos de ayuda a la movilidad.

Hay autobuses especiales para personas con dispositivos de ayuda a la movilidad que necesitan ayuda adicional. Estos autobuses ofrecen un servicio de puerta a puerta: pueden recogerlo en su casa y llevarlo a su destino. Los operadores del autobús lo ayudarán a subirse y bajarse del autobús. Usted comparte el viaje con otros pasajeros. Para utilizar este servicio, debe registrarse primero. Debe llamar antes para reservar su viaje. Debe intentar reservar una semana antes.



### Área de Vancouver: TransLink

Los clientes que tienen una HandyCard pueden llevar un ayudante en cualquier transporte público (incluyendo autobús, SkyTrain y SeaBus). El ayudante no tiene que pagar. Al entrar en el SkyTrain, los titulares del pase HandyCard y sus ayudantes pueden pasar juntos por las puertas. Los clientes que tienen una HandyCard pueden obtener cupones de Taxi Saver. Estos cupones le dan un 50% de descuento en su tarifa de taxi. TransLink HandyDART: 604 953-3680 [new.translink.ca/rider-guide/transit-accessibility/handydart](http://new.translink.ca/rider-guide/transit-accessibility/handydart)

### Fuera de Greater Vancouver: BC Transit

Si está registrado como cliente de HandyDART y tiene un HandyPASS, o si es ciego y tiene un pase de la Fundación CNIB (Instituto Nacional Canadiense para Ciegos), puede llevar un ayudante cuando viaja en los autobuses. El ayudante no tiene que pagar. Indíquelo al operador de transporte si la persona que viaja con usted es su ayudante. Muchas comunidades tienen programas para mostrarles a las personas cómo utilizar los dispositivos de ayuda a la movilidad en los autobuses. Llame a la oficina local de BC Transit para reservar una cita y aprender a utilizar los dispositivos de ayuda a la movilidad.

Visite el sitio web de BC Transit para ver si su comunidad tiene un servicio HandyDART. Busque el nombre de su comunidad y haga clic en "Rider Information" (Información sobre el pasajero). Busque el enlace HandyDART. [bctransit.com](http://bctransit.com)

En algunas comunidades, los clientes de HandyPASS (BC Transit) pueden obtener vales de Taxi Saver. Estos vales le dan un 50% de descuento en su tarifa de taxi.

### Para personas con deficiencias visuales

Si necesita ayuda para encontrar su parada, siéntese cerca de la parte delantera del autobús. También puede pedirle al conductor que le avise cuando llegue a su parada.

**Greater Vancouver:** la mayoría de los autobuses de TransLink tienen anuncios visuales y sonoros de la próxima parada. Todos los vagones del SkyTrain anuncian la próxima parada. Si tiene una discapacidad y necesita asistencia en una estación de SkyTrain, llame al 604 520-5518.

**Fuera de Greater Vancouver:** las próximas paradas se anuncian en los autobuses de BC Transit. En algunas comunidades, los autobuses tienen un anuncio grabado para cada parada. En algunas comunidades, el conductor dice el nombre de cada parada.

### Taxis

Los taxis son rápidos y fáciles, pero pueden ser costosos. La mayoría de las ciudades y pueblos tienen compañías de taxis. Puede pedir un taxi por teléfono. Algunas compañías también tienen un sitio web o una aplicación para teléfonos inteligentes. Al final del viaje, el taxímetro indica cuánto hay que pagar. En Canadá, las personas suelen dar una propina a los taxistas (dinero adicional). La propina es de entre 10% y 15% de la tarifa. [gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/buses-taxis-limos](http://gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/buses-taxis-limos)

### Ride hailing

El servicio de ride hailing (traslados mediante aplicaciones y plataformas en línea) funciona como un taxi. Usted pide un viaje en línea a través de una aplicación para teléfono inteligente. Un conductor le recoge en su vehículo personal. Es posible que el servicio de ride hailing no esté disponible en todas las comunidades de B.C.

### Préstamo de automóviles y compartir un automóvil

En algunas comunidades de B.C. existen compañías y cooperativas de préstamo de vehículos (grupos de miembros). Usted se hace miembro y paga para que le presten un automóvil. A veces, esto cuesta menos que utilizar una compañía privada de alquiler de automóviles.

Compartir un automóvil es cuando otras personas lo acompañan en el suyo porque van en su misma ruta. Algunas personas comparten el automóvil con colegas para viajar de ida y vuelta al trabajo. Algunas personas comparten el automóvil para viajar a otras ciudades. Compartir un automóvil permite dividirse los gastos de viaje (como la gasolina).

[new.translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing](http://new.translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing)



## **Caminar**

Debe cruzar las calles solo en una esquina o en un cruce peatonal. Debe obedecer siempre los semáforos. Muchas esquinas de las calles tienen cruces peatonales. Son líneas pintadas en la calle o una señal. Es ilegal cruzar la calle en medio de una cuadra. A esto se le llama cruzar de forma imprudente. Si la policía lo ve cruzando de forma imprudente, es posible que tenga que pagar una multa. Los automóviles deberían detenerse en los cruces peatonales para dejar que las personas crucen. La ley de B.C. dice que los automóviles siempre tienen que detenerse para dejar pasar a las personas, pero siempre debe tener cuidado. Mire primero a la izquierda y luego a la derecha.

## **Ciclismo**

Muchas personas en B.C. van al trabajo, a la escuela o a las tiendas en bicicleta. Algunas personas andan en bicicleta solo por diversión. Es una forma segura, saludable y menos costosa de viajar.

También es mejor para el medio ambiente. En B.C., hay leyes y normas sobre el uso de las bicicletas. Están en la Ley sobre los vehículos de motor.

No es necesario una licencia para conducir una bicicleta en B.C.

Es obligatorio llevar un casco cuando anda en bicicleta. Si no lo lleva, la policía puede multarlo (recibe una multa). Hay algunas excepciones a esta ley. Estas excepciones son principalmente por razones religiosas. Por ejemplo, las personas que llevan turbante no tienen que llevar casco.

Algunas leyes son iguales en toda B.C. Otras solo pertenecen a determinadas ciudades o pueblos. Las leyes no son iguales en todas partes. Para conocer las leyes locales sobre el uso de la bicicleta, visite el sitio web de su Gobierno local.



Las personas circulan en bicicleta por las carreteras. En la mayoría de los lugares, no está permitido ir en bicicleta por la acera. Muchas carreteras de B.C. tienen carriles especiales para bicicletas. Las líneas pintadas y los dibujos le indican por dónde debe circular. Puede haber un muro bajo para separar los carriles para bicicletas de los vehículos de motor (automóviles y camiones).

A veces, hay algo que bloquea el carril para bicicletas. Por ejemplo, un automóvil puede estar estacionado en el carril para bicicletas. Si hay algo que bloquea el carril para bicicletas, puede circular por la carretera.

Cuando se conduce una bicicleta, debe seguir muchas de las mismas reglas de tránsito que un vehículo de motor. Debe detenerse en las señales de alto. Debe obedecer los semáforos. La mayoría de las bicicletas solo pueden trasladar a 1 persona. Los adultos pueden llevar niños pequeños en la bicicleta, pero el niño debe ir en un asiento especial para bicicletas. Algunas bicicletas están especialmente construidas para más de 1 persona.

Todas las bicicletas deben llevar una luz blanca delante y una luz roja detrás. Debe utilizar las luces si va a montar en bicicleta en la oscuridad. La mayoría de las ciudades y pueblos también exigen que las bicicletas tengan un timbre. El timbre se utiliza para advertir a las personas que se encuentran delante de usted.

Revise su bicicleta regularmente para asegurarse de que está en buenas condiciones de funcionamiento. Esto incluye las luces, el timbre, los frenos, la cadena y los neumáticos/lantas.

Algunos centros comunitarios y tiendas de bicicletas ofrecen cursos de seguridad para andar en bicicleta. Puede aprender a conducir de forma segura en el tráfico. También puede aprender a arreglar su bicicleta. La Coalición Ciclista de Columbia Británica (British Columbia Cycling Coalition) publica *Bike Sense*, un libro gratuito sobre la seguridad al andar en bicicleta.

[bikesense.bc.ca](http://bikesense.bc.ca)

## Compartir la bicicleta

Algunas ciudades de Columbia Británica ofrecen bicicletas de alquiler a corto plazo. Esto se llama bicicleta pública (bici) compartida. Debe registrarse antes de poder usar una bicicleta compartida. Normalmente debe pagar una cuota para registrarse y también puede haber una cuota cada vez que se alquila la bicicleta compartida.

Todas las bicicletas compartidas tienen un casco. Debe llevar el casco puesto cuando circule con la bicicleta por carreteras y calles.

Averigüe si hay una bicicleta compartida en su comunidad. Visite el sitio web de su pueblo o ciudad y busque “bike share” (compartir bicicleta).

## Automóviles

En toda Norteamérica se conduce por el lado derecho de la carretera. Para conducir un automóvil en B.C., es necesario tener una licencia y un seguro. Para obtener información sobre licencias, comprar un automóvil y la contratación de un seguro de automóvil, consulte las páginas de la 93 a la 104.

## Viaje entre comunidades

### Conducir

Columbia Británica tiene buenas autopistas. Sin embargo, las montañas y las condiciones meteorológicas cambiantes pueden dificultar la conducción. Las distancias cortas pueden tomar más tiempo de lo que se espera. En algunos lugares habrá nieve en los meses más fríos. Puede ser peligroso conducir sobre la nieve y el hielo. Es posible que tenga que comprar “neumáticos/lantas de nieve” especiales. Antes de un viaje largo, verifique las condiciones meteorológicas y prepare su automóvil.

DriveBC tiene mucha información, la cual abarca tiempos estimados de conducción, avisos meteorológicos, requisitos para los neumáticos/lantas de nieve y el estado de las carreteras. Puede ver videos en tiempo real de algunas autopistas. También puede encontrar rutas de conducción e imprimir indicaciones.

[drivebc.ca](http://drivebc.ca)



## Autobuses

Los autobuses viajan entre pueblos y ciudades de toda Columbia Británica. Hay varias compañías de autobuses que viajan entre Vancouver, el Aeropuerto Internacional de Vancouver y Victoria. Se pueden tomar autobuses por toda B.C. y hacia otras provincias. También hay autobuses que van a Estados Unidos.

Encuentre información sobre los autobuses en B.C.

[travel-british-columbia.com/travel-resources/transportation/bus/](http://travel-british-columbia.com/travel-resources/transportation/bus/)  
[bcferries.com](http://bcferries.com), busque “bus service” (servicio de autobús).

## Aerolíneas

Puede viajar en avión a la mayoría de las ciudades de Columbia Británica. Busque en línea las rutas y los horarios de los vuelos. También puede reservar vuelos en línea o hablar con una agencia de viajes. Visite este sitio web para ver una lista de aeropuertos en B.C.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “certified airports” (aeropuertos certificados).

## Ferris

Los ferris costeros conectan el área de Vancouver con la isla de Vancouver, las islas del Golfo y Sunshine Coast. Para tomar un ferri desde Greater Vancouver tendrá que viajar a Tsawwassen o Horseshoe Bay. Hay ferris entre las siguientes comunidades:

- Greater Vancouver, Victoria y las islas del Golfo del Sur.
- Greater Vancouver y Nanaimo.
- Greater Vancouver, la isla de Vancouver y Sunshine Coast.
- Isla de Vancouver y las islas del Golfo del Norte.
- La isla de Vancouver, Prince Rupert, la Costa Central de B.C. y Haida Gwaii.

Los ferris tienen espacio limitado. También pueden estar muy ocupados a ciertas horas del día y en los fines de semana festivos. En los días de mayor afluencia, es posible que tenga que llamar con antelación o conectarse a internet para reservar un espacio para su vehículo. Si no reserva un espacio, es posible

que tenga que hacer fila y esperar a que llegue un ferri con espacio para su vehículo. Llamada sin costo: 1 888 223-3779 (1 888 BC FERRY)  
[bcferries.com](http://bcferries.com)

También hay ferris en los lagos del Interior de B.C. El uso de estos ferris es gratuito. Para obtener información, incluyendo una lista de rutas y números de teléfono, visite el sitio web.  
[gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/water-travel/inland-ferris](http://gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/water-travel/inland-ferris)

## Trenes

- Via Rail opera el servicio de trenes en Columbia Británica y en todo Canadá. Llamada sin costo: 1 888 842-7245 (1 888 VIA-RAIL)  
[viarail.ca](http://viarail.ca)
- Amtrak opera el servicio de trenes entre Vancouver y Seattle, Washington y en todo Estados Unidos. Llamada sin costo: 1 800 872-7245 (1 800 USA-RAIL)  
[amtrak.com](http://amtrak.com)

## Enviar y recibir correspondencia

Canada Post reparte la correspondencia a hogares y negocios de lunes a viernes. No es necesario pagar para recibir la correspondencia. Las cartas y los documentos se depositan en su buzón. No es necesario estar en casa para recibir la correspondencia. Para recibir paquetes grandes es necesario mostrar una identificación. Si no está en casa, el transportista le dejará una nota. La nota le indica cuándo y dónde puede recoger el paquete. Suele ser en una oficina de correos o punto de venta cercano. Lleve su identificación con foto para recoger el paquete.

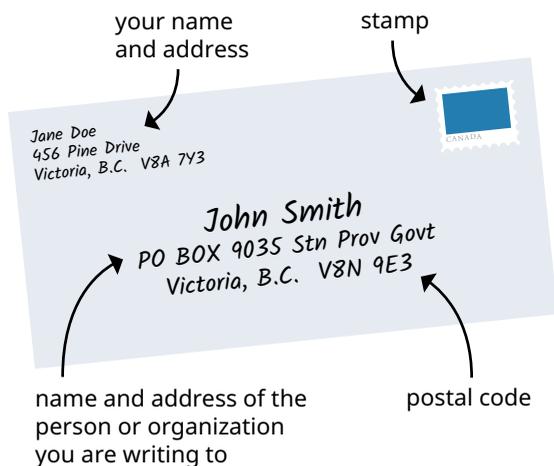
## Envío de cartas y paquetes

Puede enviar correspondencia desde una oficina de correos de Canada Post o desde un buzón de correos de Canada Post. Algunas tiendas tienen un punto de venta de Canada Post.

Todas las cartas enviadas a direcciones en Canadá deben tener un código postal. Un código postal tiene 3 números y 3 letras. Este indica en qué calle, ciudad y provincia vive.



Si no conoce el código postal de una dirección, puede buscarlo en el sitio web de Canada Post. Visite [canadapost.ca](http://canadapost.ca) y haga clic en "Find a Postal Code" (Buscar un código postal).



Es posible que se le pida el código postal por otros motivos. Algunos negocios y organizaciones quieren saber dónde viven sus clientes. Los sitios web pueden pedirle su código postal para poder indicarle cómo llegar a la tienda o servicio más cercano a su domicilio.

Para enviar cartas y paquetes debe pagar gastos de franqueo. El franqueo se paga a través de la compra de estampillas. Debe poner estampillas en la carta o paquete para demostrar que ha pagado el franqueo. Las tarifas postales varían según el tamaño, el peso y el destino (el lugar al que se envía). Los paquetes y las cartas pesadas cuestan más. El franqueo internacional puede ser costoso. Las tarifas postales y de bultos también pueden ser diferentes entre los distintos puntos de venta. Debe verificar la tarifa antes de enviar un paquete. Visite [canadapost.ca](http://canadapost.ca) y haga clic en "Find a Rate" (Buscar una tarifa).

Las tarifas postales a veces suben. Puede comprar estampillas permanentes. Estas estampillas llevan la letra "P". Las estampillas permanentes son iguales a la tarifa postal vigente. Si la tarifa postal sube, el valor de la estampilla también sube. De este modo, no tendrá que pagar más. Las estampillas permanentes solo sirven para enviar cartas dentro de Canadá.

Para obtener más información sobre Canada

Post, visite el sitio web.  
[canadapost.ca](http://canadapost.ca)

## Otros servicios de correo y entrega

Hay diferentes formas de enviar cartas y paquetes. Por ejemplo, se puede pagar un adicional para entregar artículos más rápidamente. Puede hacer seguimiento de los paquetes para saber cuándo se entregan. También puede contratar un seguro para cartas y paquetes valiosos. El seguro pagará los paquetes que se pierdan o se dañen.

Las compañías privadas de mensajería entregan los paquetes rápidamente, pero suelen ser más costosas.

## Bibliotecas públicas

La mayoría de las comunidades tienen bibliotecas públicas y acceso público a internet. Puede pedir prestados libros, revistas, CD, DVD, libros electrónicos y mucho más. Muchas bibliotecas también tienen libros, revistas y periódicos en diferentes idiomas. También pueden tener libros para aprendices de inglés.

Las bibliotecas públicas son para adultos y niños. Su uso es gratuito. Se necesita un carné de la biblioteca para tomar prestados libros y otros artículos. Puede solicitarlo en su biblioteca local. Lleve una identificación (ID) que contenga su nombre y dirección. Algunas bibliotecas tienen un formulario en línea que lo ayudará a inscribirse o a contactarlas desde casa. Las bibliotecas también pueden tomar prestados artículos de otras bibliotecas. Si su biblioteca local no tiene un artículo que quiere, pregunte si pueden ayudarlo a tomarlo prestado de otra biblioteca.

La mayoría de las bibliotecas tienen actividades para niños, como narración de cuentos, programas de lectura e informática y manualidades. También hay eventos, talleres y programas para adultos y jóvenes.

El personal de la biblioteca puede ayudarlo a conocer la vida en B.C. y a encontrar información gubernamental o legal. El personal también puede conocer los programas comunitarios y otros servicios para ayudar a los recién llegados. Las bibliotecas tienen computadoras públicas que puede utilizar. Se necesita una carné de la biblioteca para utilizar las computadoras.



Algunas bibliotecas pueden prestar equipos especiales, como computadoras, cámaras y otras herramientas.

Muchas bibliotecas tienen servicios especiales para personas con discapacidades. Por ejemplo, una biblioteca puede tener audiolibros o libros en letra grande para personas que no ven bien. Puede utilizar el sitio web de la biblioteca para reservar libros. Puede utilizar el sitio web de la biblioteca para renovar los libros y conservarlos durante más tiempo. También puede tomar prestados y descargar libros electrónicos, audiolibros y películas en línea, revistas o periódicos. Hable con el personal de la biblioteca sobre lo que busca. Ellos pueden ayudarle a encontrarlo.

Las bibliotecas son un buen lugar para conocer nuevas personas. Puede encontrar ayuda para integrarse en la comunidad. NewToBC es un sitio web que ayuda a los recién llegados a conocer las bibliotecas públicas y sus programas, recursos y servicios. También hay otros enlaces útiles a programas de asentamiento y alfabetización [newtobc.ca](http://newtobc.ca)

## Centros comunitarios, recreativos y para personas mayores

### Centros comunitarios y recreativos

La mayoría de las ciudades y pueblos tienen centros comunitarios o recreativos. Suelen tener piscinas, pistas de hielo, canchas de tenis y parques infantiles. Los centros comunitarios pueden tener clases de arte y artesanía, baile, acondicionamiento físico, informática e Inglés como Segunda Lengua (ESL, por sus siglas en inglés).

La mayoría de los centros comunitarios y recreativos publican guías de programas, en las que se enumeran las clases y los grupos de personas pueden unirse. Puede saber a qué hora son los programas y cuánto cuestan. Los programas de los centros comunitarios no suelen ser costosos.

Para encontrar un centro en su área, busque en el sitio web de su Gobierno local. También puede buscar en internet “recreation centre” (centro recreativo) y el nombre de su comunidad.

### Programas para personas mayores

Muchas organizaciones y Gobiernos ofrecen programas o precios especiales para personas mayores. No existe una definición legal de “persona mayor”, por lo que cada organización decide por sí misma quién puede utilizar el programa. Algunos son para personas mayores de 55 años, otros para personas mayores de 60 y otros (incluidos la mayoría de los programas gubernamentales) para personas mayores de 65 años.

Los servicios gubernamentales para personas mayores incluyen pensiones y la atención domiciliaria (personas que acuden a su casa para ayudarlo). Muchos negocios y atracciones tienen entradas baratas o gratuitas para las personas mayores: por ejemplo, parques provinciales, galerías de arte, museos, cines, teatros, hoteles y restaurantes. Las personas mayores también pueden obtener precios especiales a bajo precio en autobuses, ferris y trenes. Para obtener un descuento, las personas mayores deben presentar una identificación oficial, como la licencia de conducir, la tarjeta de servicios de BC o el pasaporte.

La mayoría de las comunidades en B.C. tienen grupos de personas mayores. Tienen programas y actividades sociales y de bienestar físico especialmente para las personas mayores. Para obtener información, busque en internet, llame a su Gobierno local o póngase en contacto con su centro comunitario local.



## Voluntariado

El voluntariado es una parte importante de la vida canadiense. Es una buena manera de conocer a nuevas personas, aprender nuevas habilidades, obtener experiencia laboral en Canadá y formar parte de la comunidad. La mayoría de las comunidades necesitan voluntarios. A menudo hay oportunidades de voluntariado en hospitales, bibliotecas y organizaciones comunitarias.

Si encuentra una organización a la que quiera ayudar, póngase en contacto con ella directamente y pregunte si necesitan voluntarios. También puede ponerse en contacto con Volunteer BC. Tiene su sede en Vancouver y presta servicio en toda la provincia.

Área de Vancouver: 604 379-2311  
Larga distancia: 1 604 379-2311  
Correo electrónico: [info@volunteerbc.bc.ca](mailto:info@volunteerbc.bc.ca)  
[volunteerbc.bc.ca](http://volunteerbc.bc.ca)

También gestionan Volunteer Now, un sitio web que recoge las organizaciones que buscan voluntarios.  
[volbc.bcvolunteer.ca](http://volbc.bcvolunteer.ca)

Govolunteer.ca pone en contacto voluntarios con organizaciones sin fines de lucro y benéficas en el área de Vancouver y Sunshine Coast.

Correo electrónico: [info@govolunteer.ca](mailto:info@govolunteer.ca)  
[GoVolunteer.ca](http://GoVolunteer.ca)





## Lista de cosas que hay que hacer de inmediato

- Póngase en contacto con los trabajadores de su agencia local de asentamiento. Puede obtener información sobre su comunidad, empleos, encontrar un lugar para vivir y formación lingüística. Los trabajadores pueden ayudarlo a completar los formularios y a registrarse en los servicios. Los servicios de asentamiento suelen estar disponibles en muchos idiomas Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
  - Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- Solicitar un Número de Seguro Social (SIN, por sus siglas en inglés). Consulte la página 106.
- Registrarse en el Plan de Servicios Médicos (MSP, por sus siglas en inglés). Puede no tener el MSP hasta 3 meses (este período puede ser eximido para algunas personas, como los refugiados). Asegúrese de contratar un seguro médico privado para ese tiempo. Consulte la página 57.
- Abrir una cuenta bancaria. Consulte la página 48.
- Encontrar un lugar para vivir. Consulte la página 34.
- Solicitar la Prestación Canadiense por Hijos para niños menores de 18 años. Consulte la página 53.
- Inscríbase a sus hijos en la escuela. Consulte la página 71.
- Solicitar la licencia de conducir de B.C. Consulte la página 96.
- Inscríbase en clases de inglés. Consulte la página 76.
- Si es residente permanente, indique su dirección en Canadá al Ministerio de Inmigración, Refugiados y Ciudadanía de Canadá. Recibirá su tarjeta de residente permanente por correo.





# ENCONTRAR UN LUGAR PARA VIVIR

## Definiciones

### Alquiler

- Oficina de Arrendamientos Residenciales
- Tipos de vivienda
- Dónde buscar una vivienda
- Discriminación
- Referencias
- Verificación de solvencia
- Los depósitos para la solicitud son ilegales
- Contrato de Arrendamiento Residencial
- Antes de firmar un contrato de alquiler
- Hacer una lista de verificación antes de mudarse al lugar
- Teléfonos e internet
- Basura y reciclaje
- Reparaciones
- Dejar entrar al arrendador

Desacuerdos

Mudanza

Desalojo

Haga una lista de verificación antes de mudarse del lugar

## Asistencia para vivienda en B.C.

Viviendas subsidiadas

Programa de asistencia para pagar el alquiler

Asistencia de refugio para arrendatarios mayores

The Housing Registry (el Registro de Vivienda)

## Cooperativas de vivienda

¿Qué es una cooperativa de viviendas?

## Comprar una vivienda

## Convertirse en arrendador

## Dónde acudir en busca de ayuda



### Definiciones

**Arrendador:** la persona que es propietaria de un apartamento o casa y lo alquila a alguien.

**Arrendamiento o contrato de alquiler:** contrato escrito entre el arrendador y el arrendatario. El acuerdo incluirá aspectos como el monto del alquiler que paga el arrendatario, la fecha de vencimiento, la duración del contrato y si el arrendatario puede tener una mascota.

**Casa unifamiliar:** una casa que fue construida originalmente para 1 familia. Muchas casas unifamiliares tienen ahora apartamentos o estudios. Aunque varias familias vivan en la casa, se sigue describiendo como una casa “unifamiliar”.

**Discriminación:** cuando alguien no deja que una persona haga o tenga algo por su raza, color de piel, ascendencia, lugar de nacimiento, religión, sexo, estado civil, situación familiar, orientación sexual, discapacidad física o mental o fuente de ingresos legal.

**Inquilino o arrendatario:** persona que alquila un apartamento o una casa.

**Recibo:** papel o correo electrónico que entrega una tienda o un negocio que demuestra que ha pagado un artículo. También muestra lo que ha comprado y cuándo lo ha pagado.

**Referencias:** personas que lo conocen y pueden recomendarlo como buen arrendatario o empleado.

**Seguro:** pagar dinero para proteger o sustituir algo valioso en caso de que le ocurra algo malo. El seguro de hogar puede pagar daños causados por un incendio. El seguro de automóvil puede pagar reparaciones de un automóvil o de una propiedad si se daña en un accidente. El seguro de viaje puede pagar cuentas médicas si se enferma en otro país.

**Subsidiado:** cuando el Gobierno ayuda a pagar un servicio importante para los ciudadanos, como el alquiler.

**Unidad:** una “unidad de alquiler” es un espacio habitable que se alquila a un arrendatario. Puede ser un apartamento, un estudio en un sótano, una casa u otro tipo de alojamiento.

**Verificación de solvencia:** cuando alguien quiere asegurarse de que usted tiene suficiente dinero para pagarle algo. Es posible que le pidan una verificación de solvencia si quiere alquilar un apartamento o solicitar una tarjeta de crédito.



# Alquiler

## Oficina de Arrendamientos Residenciales

La Oficina de Arrendamientos Residenciales forma parte del Gobierno provincial. Proporciona información útil sobre los derechos y las responsabilidades de los arrendadores y de los arrendatarios (inquilinos). También resuelve los desacuerdos entre arrendadores y arrendatarios.

Póngase en contacto con la Oficina de Arrendamientos Residenciales si tiene preguntas sobre el alquiler de una vivienda en B.C. o si tiene un problema con el arrendador. Disponen de información en varios idiomas. Llamada sin costo: 1 800 665-8779

[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)

## Tipos de vivienda

- Una vivienda unifamiliar es una construcción con cocina, baño, sala y habitaciones. Puede haber más habitaciones para comer, ver la televisión o lavar la ropa. Suele haber un patio y un lugar para estacionar el automóvil.
- Un dúplex es una construcción dividida en 2 casas.
- Una casa adosada (townhouse) es un grupo de casas unidas.
- Un edificio de apartamentos tiene muchos apartamentos y 1 dueño. El dueño es el arrendador de todos los apartamentos del edificio.
- Un edificio de viviendas (condominio o urbanización) tiene muchos apartamentos. Las personas pueden ser propietarias de un apartamento en el edificio.
- Los apartamentos y los estudios pueden estar en un edificio de apartamentos o condominios o en una casa unifamiliar.
  - La mayoría de los apartamentos y estudios tienen 1 o 2 dormitorios.
  - La mayoría de los apartamentos y estudios tienen una cocina, un baño y una sala.
  - Los estudios o estudios para una persona tienen 1 habitación con área de cocina y un baño.

- Una “habitación de alquiler” suele ser un dormitorio en una casa o apartamento compartido. A veces tiene un baño privado. Todos comparten la cocina.
- Alojamiento y comida significa que la habitación, los muebles y las comidas están incluidos en el alquiler.

Cada casa de alquiler tiene una persona encargada. Esta persona es el arrendador, el dueño o un administrador. Tiene que hablar con esta persona sobre el alquiler, las reparaciones y otras necesidades.

Para obtener más información sobre el alquiler, visite el sitio web WelcomeBC del Gobierno de B.C.

[Welcomebc.ca](http://Welcomebc.ca), busque “Find a place to live” (Encontrar un lugar para vivir).



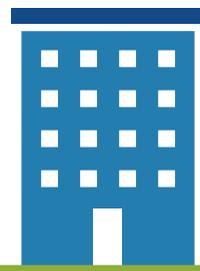
casa unifamiliar



dúplex



casa adosada



edificio de apartamentos o condominios



### Dónde buscar vivienda

- Llame primero a su agencia de asentamiento. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
  - Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- [Canada.ca](http://Canada.ca), busque “Newcomer services” (Servicios para recién llegados).
- Busque viviendas de alquiler en línea, en los sitios web comunitarios de “Buy & Sell” (Compra y Venta) y en los periódicos.
- Busque carteles de “Vacancy” (Disponible) o “For Rent” (Se alquila) colocados cerca de casas y edificios de apartamentos.
- Busque anuncios de “For Rent” en su biblioteca, centro comunitario o lugar de culto (iglesia, mezquita, etc.).
- Es posible que pueda optar a una vivienda subsidiada. Para obtener más información, consulte *Asistencia para vivienda* en la página 41.
- Consulte los anuncios para cooperativa de viviendas. Para obtener más información, consulte *Cooperativas de vivienda* en la página 42.

Estos son algunos consejos para revisar los anuncios o la información.

- Tenga cuidado al mirar los anuncios de lugares para alquilar. Algunas personas utilizan anuncios falsos para engañarlo y quedarse con su dinero.
- Tenga cuidado con los alquileres que parecen demasiado buenos o demasiado baratos.
- Lea siempre con atención el contrato de alquiler y pida a alguien de confianza que lo revise.

### Discriminación

Un arrendador no puede negarse a alquilar una vivienda a personas por su raza, color de

piel, ascendencia, lugar de nacimiento, religión, sexo, estado civil, situación familiar, orientación sexual, discapacidad física o mental o fuente de ingresos legal. Esto es discriminación y es ilegal. Hay excepciones especiales. Algunos edificios son para personas de 55 años o más. Algunas unidades son para personas con discapacidad. El arrendador puede establecer reglas para que las personas no puedan tener mascotas o fumar en el edificio.

Si tiene un problema de discriminación, llame a la Oficina especializada en los derechos humanos de BC (BC Human Rights Clinic) o al Centro de Asesoramiento y Recursos para Arrendatarios (Tenant Resource and Advisory Centre).

BC Human Rights Clinic  
Área de Vancouver: 604 622-1100  
Llamada sin costo: 1 855 685-6222  
Correo electrónico: [infobchrc@clasbc.net](mailto:infobchrc@clasbc.net)  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

Centro de Recursos y Asesoramiento para Arrendatarios (Tenant Resource & Advisory Centre, TRAC) Línea de información sobre derechos de los arrendatarios del área de Lower Mainland/ Línea directa para arrendatarios  
Área de Vancouver: 604 255-0546  
Llamada sin costo: 1 800 665-1185  
[tenants.bc.ca](http://tenants.bc.ca)

Si quiere presentar una denuncia oficial, diríjase al Tribunal de Derechos Humanos de BC (BC Human Rights Tribunal) o a la Comisión Canadiense de Derechos Humanos.

BC Human Rights Tribunal  
Área de Vancouver: 604 775-2000  
Llamada sin costo: 1 888 440-8844  
Correo electrónico:  
[BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca](mailto:BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca)  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Comisión Canadiense de Derechos Humanos  
Llamada sin costo: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.ca](http://chrc-ccdp.ca)

### Referencias

Las referencias son personas que pueden recomendarlo como buen arrendatario o empleado. Un arrendador puede pedirle referencias antes de alquilar el apartamento. Puede dar un número de teléfono como referencia. También puede



dar una carta escrita de su referencia. Intente tener las referencias listas antes de buscar una vivienda para alquilar.

### Verificación de solvencia

Antes de alquilarle, los arrendadores necesitan saber si puede pagar el alquiler. Se les permiten a los arrendadores verificar su historial de crédito.

Los arrendadores pueden pedirle una prueba de sus ingresos (como un talón de ingreso). También pueden pedirle otros datos personales, como su nombre completo y su fecha de nacimiento. Pueden pedir otros datos como el Número de Seguro Social, los datos de la tarjeta de crédito, el número de licencia de conducir o la información bancaria. No es necesario que dé esta información y puede rechazar esta solicitud. Sin embargo, si se niega a dar la información, el arrendador también puede negarse a alquilarle la vivienda.

Si tiene preguntas sobre cómo compartir su información personal, póngase en contacto con la Oficina del Comisionado de Información y Privacidad de Columbia Británica.

Victoria: [250 387-5629](tel:250-387-5629)

Fuera de Victoria: Llame a Enquiry BC y pida que le transfieran la llamada.

Enquiry BC

Área de Vancouver: [604 660-2421](tel:604-660-2421)

Llamada sin costo: [1 800 663-7867](tel:1-800-663-7867)

[oipc.bc.ca](http://oipc.bc.ca)

### Los depósitos para la solicitud son ilegales

Algunos arrendadores piden a los arrendatarios que paguen un depósito cuando solicitan el alquiler de una vivienda. Esto es contrario a la ley. Los arrendatarios no pueden aceptar su dinero hasta que ambos hayan firmado un Contrato de Arrendamiento Residencial.

Si paga un depósito para la solicitud, el arrendador podría aún negarse a alquilarle. Es posible que no pueda recuperar su dinero.

Visite el sitio web de Arrendamientos Residenciales para saber qué depósitos puede cobrar un arrendador.

[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees)

### Contrato de Arrendamiento Residencial

Si decide que quiere alquilar una vivienda, usted y el arrendador tendrán que firmar un Contrato de Arrendamiento Residencial. También se conoce como contrato de alquiler. Es posible que tenga que pagar un depósito de garantía. Algunos arrendadores prefieren efectivo o cheque. Es aconsejable que lleve un cheque cuando vea lugares para alquilar.

Cuando pague el depósito, asegúrese de obtener un recibo. También debe obtener un recibo de los pagos del alquiler. Esto es muy importante si paga en efectivo. Esto demuestra que ha pagado. No pague un depósito de garantía sin haber firmado antes un contrato de arrendamiento.

El contrato de arrendamiento le indica las reglas de arrendamiento. Por ejemplo, debe pagar el alquiler a tiempo y mantener el lugar limpio y no debe molestar a otros arrendatarios ni al arrendador.

### Antes de firmar un contrato de alquiler

Cuando encuentre un lugar que le guste, haga estas preguntas.

- **¿Cuánto cuesta el alquiler?**  
**¿Cuándo tengo que pagarlo?**  
Por lo general, el alquiler se paga el primer día de cada mes. El arrendador solo puede aumentar el alquiler una vez al año. No puede aumentarlo en una cantidad importante. El arrendador debe comunicarle que le va a subir el alquiler 3 meses antes de que tenga que pagarlo. Tiene que comunicárselo por escrito.
- **¿Los servicios públicos están incluidos en el alquiler o tengo que pagarlos?**  
Los servicios públicos son electricidad (energía hidráulica), gas o fuelóleo, agua y alcantarillado. A veces, los servicios públicos están incluidos en el alquiler. Otras veces no. Pregunte al arrendador si los servicios públicos están incluidos en el alquiler. Si no están incluidos, pagará un adicional por ellos cada mes.



- **¿El estacionamiento y el depósito están incluidos en el alquiler?**

Algunos edificios tienen estacionamiento y depósito. A veces están incluidos en el alquiler. Si no están incluidos, pagará un adicional por ellos cada mes. Pregunte a su arrendador si el estacionamiento y el depósito están incluidos.

- **¿Cuánto es el depósito de garantía (por daños)?**

Un depósito es el dinero que se paga para cerrar el contrato. En B.C., tiene que pagar un depósito de garantía en caso de daños cuando se muda a una unidad de alquiler. El depósito no puede ser superior a la mitad de 1 mes de alquiler. Si tiene una mascota, el arrendador también puede pedirle un depósito por daños que pudiera ocasionar la mascota. El arrendador se queda con este depósito hasta que usted se muda. Si daña la unidad de alquiler, el arrendador utilizará el depósito para repararla. Si no limpia la unidad de alquiler,

el arrendador puede utilizar el dinero para pagar gastos de limpieza.

[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees](https://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees)

Asegúrese de limpiar la unidad de alquiler antes de mudarse. Si no hay daños en la unidad y el arrendador no tiene que limpiar después de que se vaya, debe devolverle todo el dinero del depósito. El arrendador debe hacerlo en un plazo de 15 días después de que usted se mude. Si hay algún daño o limpieza, el arrendador puede querer quedarse con una parte o la totalidad del dinero. Si no está de acuerdo con el depósito, puede presentar un recurso ante la Oficina de Arrendamientos Residenciales.

[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems/dispute-resolution?keyword=dispute&keyword=resolution](https://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems/dispute-resolution?keyword=dispute&keyword=resolution)



## Haga una lista de verificación antes de mudarse al lugar

- Asegúrese de tener un Contrato de Arrendamiento Residencial firmado**

Cuando usted acepta alquilar una casa o apartamento, usted y el arrendador están haciendo un contrato. Se llama contrato de arrendamiento. El acuerdo debe ser por escrito. El contrato de arrendamiento establece las reglas de alquiler de la vivienda. La ley dice que tanto los arrendadores como los arrendatarios tienen ciertos derechos y ciertas cosas que deben hacer (responsabilidades). Un contrato de arrendamiento debe ajustarse a la ley. Asegúrese de que entiende todo lo que contiene el contrato de arrendamiento antes de firmarlo. Si no está seguro, pregunte a alguien que pueda ayudarlo. Es posible que tenga que traducir el acuerdo a su idioma. Para obtener más información, visite el sitio web del Centro de Recursos y Asesoramiento para Arrendatarios (Tenant Resource and Advisory Centre, TRAC).  
[tenants.bc.ca/tenancy-agreements](https://tenants.bc.ca/tenancy-agreements)
- Compruebe si hay daños**

Antes de mudarse, revise la unidad de alquiler para ver si hay daños. Pida al arrendador que lo verifique con usted. Tome fotografías de cualquier daño que vea, como un agujero o un suelo manchado. Complete un *Informe de inspección sobre el estado de la unidad de alquiler* con el arrendador. Este formulario demuestra que los daños estaban allí cuando usted se mudó a la unidad de alquiler. Tanto usted como el arrendador deben firmar el informe. Cuando se mude, puede utilizar el formulario para pedir que le devuelvan el depósito de garantía por daños.  
[tenants.bc.ca/condition-inspection-reports](https://tenants.bc.ca/condition-inspection-reports)
- Gestionar los servicios públicos y otros servicios**

A veces, los servicios (teléfono e internet) y servicios públicos (agua, electricidad y gas) están incluidos en su alquiler. Revise su contrato de alquiler. Si no están incluidos, tendrá que pagarlos por separado. Póngase en contacto con la compañía de teléfono e internet para solicitar el servicio.
- Compre un seguro de arrendatario**

Tanto los dueños como los arrendatarios pueden comprar un seguro. Si usted es arrendatario, debe comprar un seguro de arrendatario o de inquilino. Este seguro cubre los daños a sus pertenencias (las cosas que tiene) en la unidad de alquiler, por ejemplo, en caso de incendio, inundación, terremoto o robo.



### Teléfonos e internet

Hay muchas compañías de teléfono e internet en B.C. Algunas compañías ofrecen ambos servicios. Es posible que vea publicidad que dice que puede ahorrar dinero u obtener un mejor servicio si cambia de compañía. Esto puede ser cierto, pero debe tener cuidado. Algunas compañías le hacen pagar una multa para cancelar un contrato. Algunos contratos tienen un precio inicial muy barato, pero el precio se encarece después de un tiempo. No firme un contrato si no sabe qué servicios va a recibir, cuánto cuestan y cuánto dura el contrato.

### Basura y reciclaje

Muchas ciudades y pueblos tienen servicios de recogida de residuos. Los residuos incluyen basura, alimentos viejos y artículos reciclables (papel, plástico y vidrio). Un camión irá a su casa a recoger los residuos. Algunas comunidades recogen los residuos de comida vieja y los recortes del jardín. Los convierten en abono para utilizarlos en los jardines. Algunas comunidades pequeñas no tienen servicios de recogida de residuos. Es posible que tenga que llevar la basura y el reciclaje a una estación de transferencia de residuos.

Es posible que existan reglas sobre la cantidad de basura y reciclaje que se puede poner afuera para su recogida. También puede haber reglas sobre el momento en que se ponen los residuos y el tipo de contenedor que se puede utilizar. En muchos lugares, la ciudad le da bolsas o cajas especiales para los residuos. Si la ciudad le da contenedores de residuos especiales, debe utilizarlos. [recyclebc.ca/what-can-i-recycle](http://recyclebc.ca/what-can-i-recycle)

Cuando compre artículos que vienen en envases como botellas y latas, usted paga un pequeño depósito. Puede devolver los envases vacíos a un centro de reciclaje o a una tienda de comestibles. Le devolverán el dinero del depósito (un reembolso). [return-it.c](http://return-it.c)

Los residentes de Columbia Británica intentan reducir los residuos. Su Gobierno local tiene información sobre la basura y el reciclaje en su comunidad. Puede ver el calendario de recogida de residuos. También puede ver las reglas sobre qué artículos se deben depositarse en los contenedores de basura, reciclaje y residuos de alimentos. Consulte el sitio web de su pueblo o distrito. También puede ponerse en contacto con el Consejo de Reciclaje de BC (Recycling Council of BC). Área de Vancouver: 604 732-9253 Llamada sin costo: 1 800 667-4321 [rbc.ca](http://rbc.ca)

### Reparaciones

A veces, la casa o el apartamento que alquila puede tener algunos problemas. Por ejemplo, el techo tiene goteras, el inodoro no funciona o no hay agua caliente. El arrendador es responsable de las reparaciones (arreglar objetos rotos). Si su unidad de alquiler necesita reparaciones, hable con el arrendador lo antes posible. La ley dice que el arrendador debe hacer estas reparaciones rápidamente. En caso de una emergencia, el arrendador le debe dar el nombre y el número de teléfono de alguien que pueda ir rápidamente. Si el arrendador no soluciona el problema rápidamente, puede llamar usted mismo a la compañía de reparaciones.

Si usted o sus invitados dañan su unidad de alquiler, deberá pagar las reparaciones. A veces, el arrendador no permite pintar las paredes o hacer agujeros para los cuadros. Si hace estas cosas, el arrendador puede pedirle que pague los daños y las reparaciones. Antes de realizar cualquier cambio en la unidad, pida permiso al arrendador. Obtenga el permiso por escrito.

Si su unidad de alquiler tiene problemas que el arrendador no arregla, póngase en contacto con la Oficina de Arrendamientos Residenciales.

Área de Vancouver: 604 660-1020  
Llamada sin costo: 1 800 665-8779  
Correo electrónico: [HSRTO@gov.bc.ca](mailto:HSRTO@gov.bc.ca)  
[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)



## Dejar que el arrendador entre

El arrendador puede querer ir (entrar en) a su unidad de alquiler, pero debe pedirselo a usted primero. Puede decir que no. Sin embargo, si hay una buen motivo, deberá dejar entrar al arrendador. El arrendador debe avisarle por escrito al menos 24 horas antes de la visita. El aviso debe incluir la fecha, la hora y el motivo de la visita.

Las emergencias son diferentes. Si hay una emergencia, como un incendio o una tubería de agua rota, el arrendador puede entrar sin su permiso.

## Desacuerdos

Si usted y su arrendador no están de acuerdo sobre un asunto, póngase en contacto con la Oficina de Arrendamientos Residenciales. Pueden informarle sobre los derechos y responsabilidades de arrendadores y arrendatarios. También pueden ayudar a resolver desacuerdos.

Si le pide a la Oficina de Arrendamientos Residenciales que resuelva su desacuerdo, tendrá que asistir a una audiencia.

Normalmente puede hacerlo por teléfono. Dispondrá de un mediador (una persona que ayuda a resolver los desacuerdos). El mediador hablará con usted y con el arrendador. Le ayudarán a encontrar una solución. Durante la audiencia, deberá contar su historia y aportar evidencia (pruebas). Es importante estar preparado. El sitio web de la Oficina de Arrendamientos Residenciales contiene información sobre cómo prepararse para el proceso de resolución de conflictos. Para obtener más información sobre la resolución de desacuerdos, visite el sitio web de Arrendamientos Residenciales. [gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems)

## Mudanza

Cuando piense en mudarse de una casa o apartamento alquilado, debe comunicárselo al arrendador por escrito. Esto se llama dar aviso. Si usted alquila mes a mes, debe dar el aviso por escrito al arrendador 1 mes completo antes de mudarse. Por ejemplo, si piensa mudarse el 31 de diciembre, debe avisar antes del 30 de noviembre.

## Desalojo

En ciertos casos, el arrendador puede decirle al arrendatario que se mude. Esto se llama desalojo.

El arrendador debe comunicárselo por escrito. Deben dar buenas razones para el desalojo. Esto se llama dar aviso. Por lo general, el arrendador debe darle aviso, al menos, 1 mes antes de la fecha en que se tenga que mudar. A veces, las reglas son diferentes. Las reglas dependen del motivo por el que se le desaloje. Infórmese sobre las leyes de desalojo en el sitio web de la Oficina de Arrendamientos Residenciales.

[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/ending-a-tenancy/landlord-notice](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/ending-a-tenancy/landlord-notice)

Si su arrendatario lo desaloja y no está de acuerdo con el motivo, puede pedir ayuda. Llame a la Oficina de Arrendamientos Residenciales o al Centro de Asesoramiento y Recursos para Arrendatarios (Tenant Resource and Advisory Centre).

Oficina de Arrendamientos Residenciales  
Área de Vancouver: 604 660-1020  
Llamada sin costo: 1 800 665-8779  
Correo electrónico: [HSRTO@gov.bc.ca](mailto:HSRTO@gov.bc.ca)  
[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)

Centro de Recursos y Asesoramiento para Arrendatarios (Tenant Resource & Advisory Centre, TRAC)  
Línea de información sobre derechos de los arrendatarios del área de Lower Mainland/ Línea directa para arrendatarios  
Área de Vancouver: 604 255-0546  
Llamada sin costo: 1 800 665-1185  
[tenants.bc.ca](http://tenants.bc.ca)



### Haga una lista de verificación antes de mudarse del lugar

#### Avisar con antelación

#### Limpiar

Debe limpiar su unidad de alquiler antes de mudarse del lugar. Debe limpiar las habitaciones y los pisos. También debe limpiar los electrodomésticos (estufa, refrigerador, baños y accesorios de iluminación). Si tiene alfombras o cortinas, es posible que también tenga que limpiarlas. Revise su contrato de alquiler.

#### Cancelar el teléfono y los servicios públicos

Comuníquese con la compañía telefónica y dígalas que se va a mudar. Ellos pueden cancelar su servicio telefónico. También pueden transferir (mudar) el servicio a su nueva dirección. Si no lo hace, es posible que tenga que pagar las facturas del teléfono después de mudarse. Si paga la electricidad, el gas o el fuelóleo, también debe cancelarlos. Llame por teléfono a las compañías y pida que le desconecten el servicio el día que se mude.

#### Cambiar su dirección

La oficina de correos necesita saber dónde entregar su correspondencia. Tiene que ponerse en contacto con ellos y cambiar su dirección postal. Puede hacerlo en el sitio web de Canada Post. Hay que pagar por este servicio.

[canadapost.ca/cpc/en/personal/receiving/manage-mail/mail-forwarding.page](https://canadapost.ca/cpc/en/personal/receiving/manage-mail/mail-forwarding.page)

Comuniqué su nueva dirección al banco, a su empleador, a la escuela, al plan de seguro médico, a la oficina de licencias de conducir, a las compañías de tarjetas de crédito, a la Agencia Canadiense de Ingresos, a la compañía de televisión por cable y a otros contactos. Visite sus sitios web. Es posible que pueda cambiar su dirección en línea.

#### Contratar una compañía de mudanzas o alquilar un camión

Puede pagarle a una compañía de mudanzas para que envíe un camión y personal para mudar sus cosas. También puede alquilar un camión o una furgoneta y mudar las cosas usted mismo.





## Asistencia para vivienda en B.C.

BC Housing es una agencia del Gobierno provincial. BC Housing proporciona viviendas de alquiler asequibles para personas con bajos ingresos. También ayuda a las personas que son elegibles para pagar su alquiler. BC Housing también tiene una lista de recursos de asistencia para vivienda en B.C. Se llama Registro de Vivienda (Housing Registry).

Averigüe si puede obtener asistencia para vivienda. Visite el sitio web o póngase en contacto con BC Housing para obtener información sobre los programas.

Área de Vancouver: 604 433-2218

Llamada sin costo: 1 800 257-7756

[bchousing.org/housing-assistance/program-finder](http://bchousing.org/housing-assistance/program-finder)

### Viviendas subsidiadas

El Gobierno de B.C. puede proporcionar ayuda financiera o ayudas para el alquiler a personas elegibles. Esto se denomina vivienda subsidiada. BC Housing ofrece viviendas subsidiadas a personas con bajos ingresos. El costo del alquiler se basa en el tamaño de la familia y sus ingresos totales.

Para poder calificar para asistencia para vivienda, usted y su familia deben:

- haber vivido en B.C. durante un año completo antes de solicitar una vivienda;
- vivir permanentemente en B.C.;
- tener unos ingresos familiares inferiores al límite de B.C. para su área;
- ser uno de los siguientes:
  - ciudadanos canadienses no patrocinados;
  - personas admitidas legalmente en Canadá para la residencia permanente que no estén patrocinados;
  - personas que hayan solicitado el estatus de refugiado;
  - personas cuyo patrocinio privado se haya cancelado.

[bchousing.org](http://bchousing.org), busque “Subsidized housing” (“Viviendas subsidiadas”)

### Programa de Asistencia para Alquiler

El Programa de Asistencia para Alquiler ofrece a las familias trabajadoras con bajos ingresos una ayuda para pagar el alquiler mensual.

Para participar, las familias deben:

- haber vivido en B.C. durante un año completo (12 meses) antes de presentar la solicitud;
- tener al menos 1 hijo dependiente en casa;
- haber tenido un empleo en algún momento del año anterior;
- tener unos ingresos familiares inferiores al límite de BC Housing para su área;

Cada miembro del hogar debe ser uno de los siguientes:

- ciudadanos canadienses no patrocinados;
- personas admitidas legalmente en Canadá para la residencia permanente que no estén patrocinados;
- personas que hayan solicitado el estatus de refugiado;
- personas cuyo patrocinio privado se haya cancelado.

[bchousing.org](http://bchousing.org), busque “Rental Assistance Program” (Programa de Asistencia para Alquiler).

### Asistencia de refugio para arrendatarios mayores

La Asistencia de Refugio para Arrendatarios Mayores (Shelter Aid for Elderly Renters, SAFER) ofrece pagos mensuales a personas mayores para ayudarlos a pagar el alquiler.

Para calificar, usted debe tener:

- 60 años o más;
- tener unos ingresos familiares inferiores al límite de BC Housing para su área;

Cada miembro del hogar debe ser uno de los siguientes:

- ciudadanos canadienses no patrocinados;
- personas admitidas legalmente en Canadá para la residencia permanente que no estén patrocinados;
- personas que hayan solicitado el estatus de refugiado;



- personas cuyo patrocinio privado se haya cancelado;
- haber vivido en B.C. durante un año completo (12 meses) antes de presentar la solicitud;

[bchousing.org](http://bchousing.org), busque "SAFER"

### Registro de Vivienda

El Registro de Vivienda contiene una lista de los alquileres de BC Housing en toda la provincia. Visite el sitio web para encontrar edificios en su área. La lista le indica cómo hacer una solicitud para cada edificio.

[bchousing.org/housinglistings](http://bchousing.org/housinglistings)

## Cooperativas de vivienda

### ¿Qué es una cooperativa de vivienda?

Formar parte de una cooperativa de viviendas (co-op) es diferente a alquilar. En una unidad alquilada, usted es un arrendatario. Otra persona es la dueña de la unidad y usted le paga dinero por usarla. En una cooperativa, los residentes comparten la propiedad del edificio. La cooperativa es una organización sin fines de lucro. Recoge dinero para pagar los costos de construcción. Los residentes son miembros de la cooperativa. La cooperativa está gestionada por un consejo de administración. Los miembros eligen a las personas del consejo de administración. Todos los miembros pagan cuotas mensuales por la vivienda. La cooperativa tiene reglas de grupo, pero no tiene arrendador. Los miembros pueden permanecer en la cooperativa siempre que respeten las reglas. Una cooperativa no puede desalojar a los residentes para renovar (arreglar) o vender el edificio. Vivir en una cooperativa puede ser más seguro que alquilar.

La Federación de Viviendas Cooperativas de BC tiene un video explicativo de las viviendas cooperativas.

[chf.bc.ca/what-is-a-co-op](http://chf.bc.ca/what-is-a-co-op)

Algunas cooperativas de vivienda también ofrecen unidades especiales con alquileres más bajos para personas con bajos ingresos. Es lo que se denomina Alquiler compatible para ingresos bajos (Rent-Geared-to-Income, RGI). Las personas con mayores ingresos pagan más alquiler y las de menores ingresos, menos. Es necesario presentar una solicitud

para las unidades cooperativas de RGI. Es posible que haya una lista de espera y que tenga que esperar mucho tiempo.

### Afiliación a una cooperativa

Debe solicitar su ingreso en una cooperativa de viviendas. Visite el sitio web de la Federación de Viviendas Cooperativas de BC y busque "Find a Co-op" (Encontrar una cooperativa) para ver una lista de todas las cooperativas. No puede solicitar la afiliación a una cooperativa en este sitio web, ya que cada cooperativa tiene su propio proceso de solicitud. Puede leer la información en línea sobre cómo presentar la solicitud y luego ponerse en contacto con la cooperativa directamente.

También puede realizar búsquedas especiales de cooperativas que se ajusten a sus necesidades. Puede buscar cooperativas que estén aceptando solicitudes en este momento. También puede buscar cooperativas "rent-geared-to-income" (RGI) (Alquiler compatible para ingresos bajos).

Federación de Viviendas Cooperativas de BC.  
Greater Vancouver: 604 879-5111

Llamada sin costo: 1 866 879-5111

Isla de Vancouver: 250 384-9444

Llamada sin costo: 1 877 384-9444

[chf.bc.ca](http://chf.bc.ca)

## Comprar una vivienda

Comprar una vivienda es una gran decisión. Muchas personas llaman a una compañía inmobiliaria para pedir ayuda. Un agente inmobiliario puede ayudarlo a buscar casas, apartamentos o condominios. Pueden ayudarlo a negociar un mejor precio y explicarle los papeles legales. Un abogado también puede ayudarlo con los papeles legales. Encuentre casas en venta y vea cuánto cuestan.

[realtor.ca](http://realtor.ca)

La mayoría de las personas piden un préstamo para comprar una casa. Esto se llama una hipoteca. Puede obtener una hipoteca de un banco, una cooperativa de crédito o una compañía fiduciaria. Tiene que pagar tasas sobre el dinero que debe. Cada prestamista tiene diferentes tasas hipotecarias. Compare las tasas de interés de las hipotecas en diferentes bancos y compañías para obtener la mejor tasa de interés.



El sitio web de la Corporación Canadiense Hipotecaria y de Vivienda tiene información sobre la compra de una vivienda y la obtención de una hipoteca.

[cmhc-schl.gc.ca](http://cmhc-schl.gc.ca)

Si es dueño de su casa, debe contratar un seguro para su casa. También debe tener un seguro para sus pertenencias (las cosas que posee). Si su casa o sus pertenencias sufren daños o se pierden (por ejemplo, en un incendio, una inundación, un terremoto o un robo), la compañía de seguros pagará la mayor parte del costo.

También tendrá que pagar todos los servicios del hogar. Entre ellos se encuentran agua, electricidad, teléfono, internet, calefacción, alcantarillado (baño) y desecho de residuos. El Gobierno local proporciona los servicios de agua y alcantarillado. Le darán una factura cada 1 o 2 meses. Otros servicios públicos los suministran compañías privadas. Deberá ponerse en contacto con ellos usted mismo para contratar el servicio y pagar las facturas.

Para obtener más información sobre comprar una casa, visite el sitio web WelcomeBC del Gobierno de B.C.

[Welcomebc.ca](http://Welcomebc.ca), busque "Find a place to live" (Encontrar un lugar para vivir).

## Convertirse en arrendador

Si es dueño de una casa o un condominio, tal vez quiera alquilarlo. Los arrendadores tienen derechos y responsabilidades. Debe entenderlos claramente.

La Oficina de Arrendamientos Residenciales tiene información para los arrendadores. Encontrará herramientas e información útiles para los nuevos arrendadores. Puede ver videos, leer consejos, descargar hojas informativas y ver enlaces a otros sitios web. [gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)





### **i** Dónde acudir en busca de ayuda

Para obtener más información sobre el arrendamiento o la compra de una vivienda, visite el sitio web WelcomeBC del Gobierno de B.C.

[welcomebc.ca/Start-Your-Life-in-B-C/First-Few-Days/Find-a-Place-to-Live](http://welcomebc.ca/Start-Your-Life-in-B-C/First-Few-Days/Find-a-Place-to-Live)

Las personas que trabajan en su agencia local de asentamiento pueden ayudar con información sobre la búsqueda de un lugar para vivir. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.

- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

Oficina de Arrendamientos Residenciales Greater Vancouver: 604 660-1020  
Llamada sin costo: 1 800 665-8779  
Correo electrónico: [HSRTO@gov.bc.ca](mailto:HSRTO@gov.bc.ca)  
[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)

Centro de Recursos y Asesoramiento para Arrendatarios (Tenant Resource & Advisory Centre, TRAC)

Línea de información sobre derechos de los arrendatarios de Lower Mainland / Línea directa para arrendatarios Greater Vancouver: 604 255-0546  
Llamada sin costo: 1 800 665-1185  
[tenants.bc.ca](http://tenants.bc.ca)

Oficina especializada en los derechos humanos de BC (BC Human Rights Clinic) Greater Vancouver: 604 622-1100  
Llamada sin costo: 1 855 685-6222  
Correo electrónico: [infobchrc@clasbc.net](mailto:infobchrc@clasbc.net)  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

Tribunal de Derechos Humanos de BC (BC Human Rights Tribunal) Greater Vancouver: 604 775-2000  
Llamada sin costo: 1 888 440-8844  
Correo electrónico: [BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca](mailto:BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca)  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Comisión Canadiense de Derechos Humanos Llamada sin costo: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.ca](http://chrc-ccdp.ca)





# DINERO Y BANCOS

## Definiciones

### Dinero canadiense

### Compras

- Depósitos, reembolsos y cambios
- Tiendas de segunda mano y ventas de garaje
- Sistemas métrico e imperial

### Bancos

- Abrir una cuenta bancaria
- Tipos de cuentas
- Pagar en efectivo o con tarjeta de débito, tarjeta de crédito o cheque
- Máquinas bancarias
- Operaciones bancarias por teléfono, internet y teléfono inteligente
- Enviar dinero a otros países
- Para obtener más información sobre asuntos bancarios

### Hacer negocios con compañías privadas

### Dinero adeudado

- Préstamos e hipotecas

### Pago de impuestos

- Impuesto sobre la renta
- Impuestos sobre las ventas y créditos
- Prestación Canadiense por Hijos
- Impuestos sobre la propiedad
- Impuesto a la Transferencia de Bienes Inmuebles

### Asistencia financiera para personas mayores

- Programa de Seguro de Vejez
- Suplemento de Ingreso Garantizado
- Suplemento para personas mayores

### Inversión de dinero

### Para obtener más información



### Definiciones

**Cheque:** un papel que promete el pago de dinero. Un cheque indica al banco la cantidad de dinero que debe entregar a la persona a nombre de quien está el cheque.

**Crédito:** dinero que se debe. La palabra también se utiliza para describir lo siguiente:

- **Tarjetas de crédito:** tarjetas que se utilizan para comprar cosas o servicios. El propietario de la tarjeta de crédito pide prestado dinero al banco o a la compañía de tarjetas de crédito para comprar algo ahora y pagarlo después. Si los pagos se retrasan, al propietario de la tarjeta de crédito se le cobrará más dinero (intereses).
- **Calificación crediticia:** los canadienses que piden dinero prestado tienen una calificación crediticia. Si tiene una “buena” calificación crediticia, los negocios y los arrendadores sabrán que pagará el dinero que debe. Si tiene una “mala” calificación crediticia, significa que tiene un historial de no pagar el dinero que adeuda. Algunos arrendadores no alquilan a personas con una mala calificación crediticia.
- **Verificación de solvencia:** cuando alguien quiere asegurarse de que tiene suficiente dinero para pagarle algo. Una verificación de solvencia está relacionada con su calificación crediticia. Es posible que le pidan una verificación de solvencia si quiere alquilar un apartamento o solicitar una tarjeta de crédito.
- **Crédito a cuenta:** es cuando ha pagado más dinero del que debe por algo que utiliza continuamente, como la luz o el agua de su casa. No se le devolverá el dinero. En cambio, el crédito (pago en exceso) se utilizará para pagar su próxima factura.

**Deuda:** cuando usted debe dinero a un banco, a otra organización financiera o a una persona. Esto incluye préstamos, hipotecas y deudas de tarjetas de crédito.

**Elegible:** cuando califica para algo. Para poder solicitar un préstamo, debe tener suficiente dinero o ingresos para poder pagarlo. Para ser elegible para un programa de ayudas del Gobierno, debe cumplir los requisitos. Estos pueden ser la cantidad de dinero que gana, su edad o su estatus de ciudadanía.

**Interés:** el costo de pedir dinero prestado. Es lo que el banco le cobra por utilizar su dinero. Por ejemplo, si usted pide prestados \$1.000, le pueden cobrar un 1% de interés. Esto significa que devolverá \$10 además de los \$1.000 que pidió prestados.

**Principal:** la cantidad exacta de dinero que pidió prestada. Si pide prestados \$1.000, pagará el principal (\$1.000) más los intereses (el cargo por pedir prestado el dinero).

**Programa de protección / software de seguridad:** programas y software para su computadora que protegen su computadora y su información privada.

**Recibo:** papel o correo electrónico que entrega una tienda o un negocio que demuestra que ha pagado un artículo. También muestra lo que ha comprado y cuándo lo ha pagado.

**Transacción:** un registro de cualquier dinero que se agrega o se retira de su cuenta bancaria o tarjeta de crédito.



## Dinero canadiense

El dinero utilizado en Canadá es el dólar canadiense. 1 dólar (\$) tiene 100 centavos (¢). El dinero también se llama efectivo. El dinero en efectivo son monedas y billetes. Los billetes (papel moneda) son de \$5, \$10, \$20, \$50 y \$100. Canadá utiliza 5 tipos de monedas.



nickel = 5 centavos (\$0,05)



dime = 10 centavos (\$0,10)



quarter = 25 centavos (\$0,25)



loonie = 1 dólar (\$1,00)



toonie = 2 dólares (\$2,00)

Las monedas de un centavo (\$0,01) se llaman centavos. El Gobierno canadiense ya no fabrica centavos. La cantidad más pequeña de dinero en efectivo es 1 níquel (5 centavos).

Muchos precios siguen incluyendo centavos en el precio (por ejemplo, \$1,99). Si usted paga en efectivo, las tiendas "round up" (redondear a la alta) o "round down" (redondear a la baja) a los 5 centavos más cercanos. Esto se debe a que no hay moneda de 1 centavo.

- Si el costo es de \$1,01 o \$1,02, usted pagará \$1,00.
- Si el costo está entre \$1,03 y \$1,07, usted pagará \$1,05.
- Si el costo es de \$1,08 o \$1,09, usted pagará \$1,10.

Si paga con tarjeta de crédito o débito, pagará el costo exacto.

## Compras

La mayoría de las tiendas abren alrededor de las 9:00 a. m. o 10:00 a. m. (en la mañana) y cierran a las 5:30 p. m. o 6:00 p. m. (en la tarde). Algunas tiendas, centros comerciales o centros de compras pueden permanecer abiertos hasta tarde en la noche. Muchas tiendas cierran los domingos. La mayoría de las tiendas de comestibles y las grandes tiendas por departamentos están abiertas los 7 días de la semana.

En B.C., hay que pagar impuestos por la mayoría de los productos y servicios que se compran. Hay dos tipos de impuestos: Impuesto de Venta Provincial (PST, por sus siglas en inglés) y el Impuesto sobre Bienes y Servicios (GST, por sus siglas en inglés). El PST es del 7% y el GST es del 5%. A veces, solo hay que pagar 1 impuesto. A veces, hay que pagar ambos. La mayoría de los productos y servicios muestran el precio sin incluir impuestos. Los impuestos se añaden al precio del artículo cuando lo paga. El precio del artículo puede ser de \$10, pero la persona en el mostrador de pago le pedirá que pague \$11,20. Los \$1,20 adicionales son el impuesto: 50 centavos para el PST y 70 centavos para el GST. El precio en la tienda es fijo. Las personas no piden (regatean) un precio más bajo en las tiendas.

Algunos artículos especiales tienen más impuestos añadidos. Hay impuestos adicionales para alcohol, tabaco, cigarrillos electrónicos y líquido de vapeo (vapeadores), gasolina y vehículos.

## Depósitos, reembolsos y cambios

Cuando se compran bebidas en botellas y latas, se paga una pequeña cantidad de dinero (un depósito). Cuando devuelva las botellas y latas vacías, se le devolverá el depósito. Puede devolver las botellas y latas vacías a la tienda donde las compró. También puede llevarlas a los depósitos de reciclaje para obtener un reembolso (que le devuelvan el dinero).

A veces, puede comprar algo y descubrir que no le queda bien, o que no funciona. Puede decidir no conservarlo. Si no ha utilizado el artículo, puede devolverlo a la tienda. Pregunte por la política de devoluciones antes de comprar un artículo. No todas las tiendas tienen las mismas reglas. Algunas tiendas no aceptan la devolución de las cosas.



Algunas le harán un reembolso (le devolverán el dinero). Otras le darán un crédito en la tienda y podrá cambiar el artículo por otro.

Conserve siempre el recibo. Demuestra cuándo y dónde compró el artículo. La mayoría de las tiendas no le permitirán devolver o cambiar su artículo sin el recibo.

### Tiendas de segunda mano y ventas de garaje

Algunas personas venden su ropa, muebles y otros artículos domésticos usados. Suelen ser muy baratos. Algunas personas llevan artículos usados a una tienda. Las tiendas de segunda mano (o tiendas de descuentos) aceptan artículos usados de forma gratuita y los venden a bajo precio. A menudo, las tiendas utilizan el dinero para ayudar a personas de la comunidad. También puede comprar o vender artículos usados en una tienda de artículos en consignación. Las tiendas de artículos en consignación son más costosas que las de descuentos. Dan al propietario algo de dinero por sus artículos usados después de que estos se hayan vendido. Si tiene cosas que no necesita, puede llevarlas a una tienda de descuentos o de artículos en consignación.

A veces, las personas venden sus artículos usados delante de su casa. Se llaman ventas de "garaje". Las ventas de garage suelen llevarse a cabo los fines de semana. Puede encontrarlos buscando en los anuncios clasificados de los periódicos. También puede buscar en internet. La mayoría de las personas pone carteles de venta de garage en la carretera cerca de su casa. Los precios de las ventas de garage suelen ser más baratos que los de las tiendas de descuentos. Puede pedir un precio más bajo al propietario.

Muchas personas compran y venden artículos usados en internet. Hay muchos sitios web en los que se pueden comprar y vender artículos usados. Son los llamados sitios web de "buy-sell-trade" (compra-venta-intercambio). La mayoría de las ciudades y pueblos los tienen. Busque en línea "buy-sell-trade" (compra-venta-intercambio) y el nombre de su comunidad.

### Sistemas métrico e imperial

Canadá utiliza oficialmente el sistema métrico para medir:

- distancia y velocidad (kilómetros o km);
- gasolina (litros o l);
- temperatura (grados Celsius o °C).

Sin embargo, los canadienses también utilizan el sistema imperial para pesar (onzas y libras). Los precios de los alimentos se pueden calcular en gramos y kilogramos o en onzas y libras.

## Bancos

### Abrir una cuenta bancaria

Puede abrir una cuenta en un banco, una cooperativa de crédito o una compañía fiduciaria. Infórmese sobre las diferentes cuentas bancarias y las diferentes compañías antes de elegir. Infórmese sobre los tipos de cuentas y las comisiones. A veces, se le puede cobrar cuando ingresa (depósito), mueve (transferencia) o saca (retira) su dinero. Algunas cuentas pagan intereses sobre el dinero en sus cuentas. Pregunte sobre las comisiones bancarias y las tasas de interés.

### Tipos de cuentas

#### *Cuentas corrientes*

Una cuenta corriente le permite utilizar un papel especial (cheque) para pagarle a alguien. La mayoría de los canadienses ya no emiten cheques. La mayoría de los canadienses utilizan la banca en línea y las tarjetas de débito para las transacciones y compras cotidianas. Algunas cuentas corrientes cobran comisiones de servicio mensuales. Algunos cobran por diferentes transacciones. La mayoría de las cuentas corrientes no pagan intereses.

#### *Cuentas de ahorros*

Todas las cuentas de ahorro pagan intereses. Los diferentes bancos dan diferentes tasas de interés. La mayoría de las cuentas de ahorro no permiten emitir cheques.



### *Cuentas corrientes de ahorros*

Estas cuentas pagan intereses. También se puede emitir cheques. Los distintos bancos tienen diferentes comisiones y tasas de interés.

### *Depósitos a plazo y Certificados de Inversión Garantizada (GIC, por sus siglas en inglés)*

Estas cuentas suelen pagar más intereses que las cuentas de ahorro. Sin embargo, debe dejar su dinero durante un tiempo determinado (un plazo). Una vez que se ingresa el dinero, debe esperar hasta el final del plazo para retirarlo. Si retira su dinero antes de tiempo, perderá una parte o la totalidad de los intereses.

### **Pagar en efectivo o con tarjeta de débito, tarjeta de crédito o cheque**

Muchos canadienses utilizan el dinero en efectivo para pagar cosas. Sin embargo, ahora la mayoría utiliza tarjetas de débito y crédito. Las tarjetas de débito le permiten pagar directamente de su cuenta bancaria. La mayoría de las tiendas y restaurantes aceptan tarjetas de débito. Puede obtener tarjetas de débito en su banco o cooperativa de crédito.

Las tarjetas de crédito le permiten comprar cosas ahora y pagarlas después. Puede obtener tarjetas de crédito de bancos, tiendas por departamentos y compañías

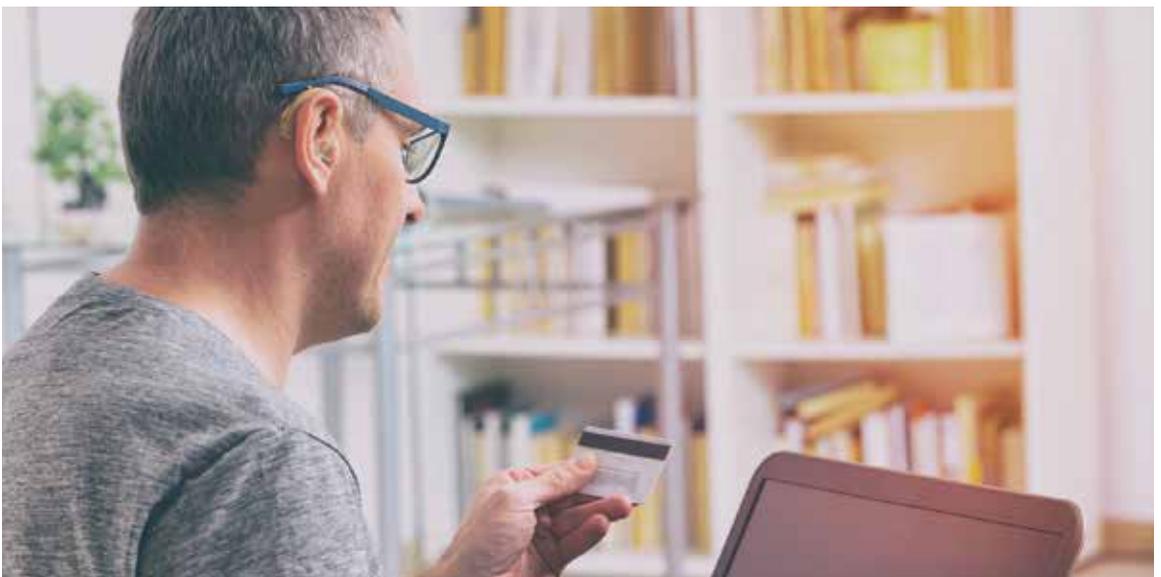
de gas. Si no paga el monto total de la factura mensual de su tarjeta de crédito, tendrá que pagar intereses. Las diferentes compañías de tarjetas de crédito cobran diferentes tarifas. Revise los intereses que cobran. Esto puede suponer una gran diferencia en la cantidad que tenga que pagar. Consulte la sección Dinero adeudado en la página 51.

Debe proteger sus tarjetas de débito y crédito del mismo modo que protege su dinero. Guárdelas en un lugar seguro.

Necesita un número secreto (número de identificación personal, [PIN, por sus siglas en inglés]) para utilizar sus tarjetas de débito y crédito. Asegúrese de proteger su PIN.

Algunos canadienses utilizan sus tarjetas de débito o crédito a través de su teléfono inteligente y en algunos lugares pueden pagar artículos mediante el escaneo de la pantalla del teléfono. También puede pasar sus tarjetas de crédito o débito sobre una terminal de pago para pagar artículos. Al pasar la tarjeta sobre una terminal de pago, no tiene que introducir su PIN.

A veces, se utilizan cheques en vez de efectivo. Muchas tiendas no aceptan cheques. Antes de comprar, deberá preguntar al cajero si aceptan cheques. Necesitará una identificación (ID) para pagar con un cheque.





### Máquinas bancarias

Los bancos, las cooperativas de crédito y algunas compañías fiduciarias tienen máquinas bancarias. Se llaman cajeros automáticos (ATM, por sus siglas en inglés).

Para utilizar las máquinas bancarias necesita una tarjeta de débito de su banco o cooperativa de crédito. También puede retirar dinero en efectivo utilizando su tarjeta de crédito, pero pagará una tasa de interés alta.

Los ATM están abiertos las 24 horas del día. Puede encontrar ATM en tiendas de conveniencia y otros lugares públicos. Puede retirar dinero o consultar su cuenta en cualquier ATM. Si el ATM pertenece a otro banco o compañía, es posible que tenga que pagar una pequeña comisión. Pregunte a su banco cuándo y dónde le cobran comisiones adicionales. Para pagar facturas y depositar o transferir dinero, es posible que tenga que utilizar un ATM que pertenezca a su banco.

### Banca por teléfono, internet y teléfono inteligente

Muchos canadienses hacen sus operaciones bancarias en línea desde la computadora de su casa o desde su teléfono inteligente. Puede consultar el saldo de su cuenta, enviar o recibir dinero, transferir dinero entre cuentas y pagar sus facturas. Algunos bancos pueden tener servicios en diferentes idiomas.

También puede realizar sus operaciones bancarias por teléfono. En este caso, tiene que llamar al banco y responder las preguntas de seguridad.

Algunos bancos tienen aplicaciones para teléfonos móviles para la banca en línea. Algunas aplicaciones le permiten tomar una foto de un cheque y depositarlo en su cuenta utilizando su teléfono inteligente. Pregunte a su banco o cooperativa de crédito por sus servicios de banca electrónica y móvil.

La seguridad es importante si realiza operaciones bancarias en línea. Los delincuentes pueden hurtar su información y dinero en línea. Cuando se conecte a su cuenta bancaria, debe utilizar únicamente una computadora privada. No utilice una computadora pública (por ejemplo, en una biblioteca). Instale un programa de

protección (software de seguridad) en su computadora. Utilice una conexión a internet privada y segura. No use el WiFi público para acceder a su cuenta bancaria. No responda ningún correo electrónico que le pida información sobre su cuenta. No haga clic en ningún enlace dentro de los correos electrónicos o mensajes de texto de remitentes desconocidos. Pueden ser correos electrónicos o mensajes de estafa. Los estafadores le envían virus que les permiten hurtar su información.

El sitio web de la Asociación de Banqueros Canadienses tiene información para ayudarlo a identificar las estafas bancarias. [cba.ca/staying-safe-online](http://cba.ca/staying-safe-online)

### Enviar dinero a otros países

Puede enviar dinero a personas de otros países a través de un banco o una compañía de cambio de divisas. También puede enviar un giro postal por correo (también llamado giro). Los giros postales se pueden enviar desde un banco, una compañía de cambio de divisas o una oficina de correos. Antes de enviar dinero, asegúrese de que el pago puede ser aceptado en el país al que lo envía. Algunas instituciones no pueden aceptar ciertos tipos de pago.

Es posible que tenga que pagar una tasa adicional para enviar dinero a otro país. Las distintas compañías cobran diferentes tasas. Verifique las tarifas de las distintas compañías.

### Para obtener más información sobre asuntos bancarios

El sitio web de la Asociación de Banqueros Canadienses puede responder muchas preguntas sobre asuntos bancarios en Canadá.

[bankingquestions.cba.ca/bankingfornewcomerstocanada](http://bankingquestions.cba.ca/bankingfornewcomerstocanada)

Encuentre información sobre elección de la cuenta bancaria adecuada, tarjetas de crédito y débito, pagos por teléfono móvil, cheques, hipotecas, seguridad en línea y muchos otros temas bancarios.

[bankingquestions.cba.ca](http://bankingquestions.cba.ca)



## Hacer negocios con compañías privadas

A veces, las compañías privadas quieren que usted pague por el servicio antes de que el trabajo esté terminado; por ejemplo, cuando usted le paga a una compañía para renovar su casa. Puede ser difícil saber si puede confiar en que la compañía realice el trabajo por el que ha pagado.

El Better Business Bureau (BBB) es una organización sin fines de lucro que ayuda a las personas a encontrar negocios en los que puedan confiar. Las compañías que se unen al BBB deben cumplir ciertas normas comerciales. Si los clientes tienen problemas con las compañías, pueden comunicarlo al BBB. Cuando haga negocios con una compañía privada, comuníquese primero con el BBB. También pueden ayudarlo si tiene problemas con una compañía privada. Área de Vancouver: 604 682-2711 Llamada sin costo: 1 888 803-1222 [bbb.org/mbc](http://bbb.org/mbc)

Isla de Vancouver, Islas del Golfo, Powell River y Haida Gwaii: 250 386-6348 Llamada sin costo: 1 877 826-4222 [bbb.org/en/ca/local-bbb/bbb-serving-vancouver-island](http://bbb.org/en/ca/local-bbb/bbb-serving-vancouver-island)

## Dinero adeudado

A veces, las personas piden dinero prestado para comprar cosas ahora y piensa pagarlo más adelante. Sin embargo, es posible que se encuentren con que no pueden costear los pagos. Si le ocurre esto, debe ponerse en contacto con las personas a las que debe dinero. A veces, es posible hacer pagos más pequeños.

No se sienta avergonzado o apenado si tiene problemas con el dinero. Les pasa a muchos canadienses. Si usted espera, su deuda crecerá muy rápidamente. A medida que la deuda aumenta, es más difícil hacer los pagos.

Si no tiene suficiente dinero para hacer sus pagos a tiempo, póngase en contacto con la Sociedad de Asesoramiento Crediticio. Pueden ayudar a las personas con problemas de deuda y crédito. También

ofrecen asesoramiento y educación gratuitos. Llamada sin costo: 1 888 527-8999 [nomoredebts.org](http://nomoredebts.org)

Hay otras compañías que asesoran a las personas sobre cómo pagar sus deudas. Cobran una cuota por estos servicios.

## Préstamos e hipotecas

Un préstamo es el dinero que se pide prestado a un banco, una cooperativa de crédito u otros prestamistas. Por ejemplo, algunas personas piden un préstamo para comprar un automóvil. Cada mes, deberá pagar una parte del dinero que le prestaron (el principal) y una cuota adicional (los intereses). Cuando solicite un préstamo, deberá demostrar que tiene suficientes ingresos para pagarlo a tiempo.

Una hipoteca es el dinero que se pide prestado para comprar una casa o un apartamento. Los bancos, las cooperativas de crédito y las compañías hipotecarias conceden hipotecas. Para obtener más información, consulte la página 42.

## Pago de impuestos

Los canadienses pagan impuestos por el dinero que ganan y por la mayoría de las cosas que compran. Los Gobiernos utilizan estos impuestos para pagar servicios como carreteras, parques, centros comunitarios, atención médica, prestaciones sociales, escuelas y universidades.

## Impuesto sobre la renta

Todos los adultos que viven en B.C. deben presentar (llenar y enviar) una declaración de impuesto sobre la renta (formulario) cada año. Debe enviar el formulario al Gobierno federal. El formulario indica la cantidad de impuestos que debe pagar por sus ingresos. Si sus ingresos son elevados, es posible que pague más impuestos. Si sus ingresos son bajos, puede pagar menos impuestos. El formulario del impuesto sobre la renta también lo ayuda a saber si puede solicitar créditos fiscales y otros beneficios.

Los empleadores deducen (retiran) el impuesto sobre la renta de los cheques de los empleados y lo pagan al Gobierno.



Si su empleador deduce demasiados impuestos, el Gobierno federal se los devolverá. Si su empleador no dedujo suficientes impuestos, es posible que tenga que pagar más.

Tiene que declarar cualquier ingreso procedente de inversiones. También tiene que declarar los ingresos procedentes de fuera de Canadá.

Aunque no haya ganado dinero en Canadá, debe declarar sus impuestos sobre la renta federales.

Puede presentar su declaración de impuesto sobre la renta de diferentes maneras. Puede llenar e imprimir un formulario de impuestos y enviarlo por correo. También puede presentar su formulario de impuestos a través de internet. La primera vez que presente su formulario de impuesto sobre la renta en B.C., deberá enviar un formulario impreso por correo. Para obtener más información, visite el sitio web de la Agencia Canadiense de Ingresos.  
[cra.gc.ca](http://cra.gc.ca)

Cada año, el Programa comunitario de voluntarios en impuestos ayuda a más de medio millón de canadienses a presentar su declaración de impuesto sobre la renta.  
[canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/community-volunteer-income-tax-program.html](http://canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/community-volunteer-income-tax-program.html)

También puede pagar a alguien para que le ayude, como un contador o una compañía de preparación de impuestos.

### Impuestos sobre las ventas y créditos

Los Gobiernos de B.C. y Canadá cobran impuestos sobre muchas de las cosas que usted compra. Esto se llama “impuesto sobre las ventas”. El impuesto sobre las ventas no está incluido en el precio de la mayoría de los artículos. Se añade a su factura cuando paga los artículos. No hay impuesto sobre las ventas en artículos de primera necesidad como alimentos y ropa.

Las personas con bajos ingresos son elegibles para créditos fiscales (pagos) de los Gobiernos de B.C. y Canadá.

Crédito fiscal del impuesto sobre las ventas de B.C.

[gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/credits/sales-tax](http://gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/credits/sales-tax)

Crédito fiscal del impuesto sobre bienes y servicios (GST) de la Agencia Canadiense de Ingresos (CRA, por sus siglas en inglés)  
[canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html](http://canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html)





## Prestación Canadiense por Hijos

La Prestación Canadiense por Hijos es un pago mensual para ayudar a las familias con hijos menores de 18 años.

[cra-arc.gc.ca/bnfts/ccb/menu-eng.html](http://cra-arc.gc.ca/bnfts/ccb/menu-eng.html)

## Impuestos sobre la propiedad

Si es propietario de una vivienda, tiene que pagar el impuesto sobre la propiedad. La casa en la que vive la mayor parte del tiempo se llama residencia principal. El Programa de Subvenciones para Propietarios de Viviendas reduce el monto del impuesto sobre la propiedad residencial que los habitantes elegibles de Columbia Británica pagan por su residencia principal.

Si sus ingresos son bajos y el valor de su vivienda es alto, su subvención de propietario se puede reducir. En este caso, puede solicitar un suplemento por bajos ingresos. Este suplemento compensará la reducción de la subvención causada por el alto valor de su vivienda.

Obtenga más información y averigüe si es elegible para subvenciones para propietarios de viviendas.

[gov.bc.ca/homeownergrant](http://gov.bc.ca/homeownergrant)

## Programas de aplazamiento del impuesto sobre la propiedad

Si no puede pagar sus impuestos ahora, puede solicitar el aplazamiento de los pagos (pagarlos más adelante). Los programas de aplazamiento del impuesto sobre la propiedad son préstamos a bajo interés. Los propietarios que califican pueden aplazar la totalidad o parte de sus impuestos sobre la propiedad hasta que puedan pagarlos, o hasta que vendan su casa, la transfieran a otra persona o después de su muerte.

[gov.bc.ca/propertytaxdeferment](http://gov.bc.ca/propertytaxdeferment)

## Impuesto a la Transferencia de Bienes Inmuebles

Cuando se registra un cambio de titularidad de una propiedad en B.C., usted debe pagar el Impuesto a la Transferencia de Bienes Inmuebles. Algunos compradores de viviendas pueden solicitar una exención (no pagar el impuesto).

[gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax/exemptions](http://gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax/exemptions)

# Asistencia financiera para personas mayores

## Programa de Seguro de Vejez

La Pensión de Seguro de Vejez (OAS, por sus siglas en inglés) es un pago mensual para las personas mayores de 65 años que cumplen con los requisitos de estatus legal y residencia en Canadá. Es posible que tenga que solicitarla para recibirla. El Programa de Seguro de Vejez la proporciona el Gobierno canadiense.

[Canada.ca](http://Canada.ca), busque "Old Age Security" (Programa de Seguro de Vejez).

## Suplemento de Ingreso Garantizado

El Suplemento de Ingreso Garantizado (GIS, por sus siglas en inglés) es un beneficio mensual para personas que reciben la Pensión de Seguro de Vejez, tienen unos ingresos bajos y viven en Canadá. El Suplemento de Ingreso Garantizado lo proporciona el Gobierno canadiense.

[Canada.ca](http://Canada.ca), busque "Guaranteed Income Supplement" (Suplemento de Ingreso Garantizado).

## Suplemento para personas mayores

Las personas mayores que reciben la OAS y el GIS también pueden tener derecho al suplemento para personas mayores. Si es elegible, recibirá automáticamente el suplemento para personas mayores. Se paga a todas las personas que califican. Si califica, no es necesario que presente una solicitud. La cantidad se calcula según sus ingresos. El Suplemento para personas mayores lo proporciona el Gobierno de B.C. Llamada sin costo: 1 866 866-0800 [gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque "Senior's Supplement Program" (Programa de Suplemento para Personas Mayores).



### Inversión de dinero

Hay muchas formas de invertir el dinero. Los bancos y otras compañías financieras venden inversiones como depósitos a plazo, fondos mutuos, Certificados de Inversión Garantizada (Guaranteed Investment Certificates, GIC) y bonos del Tesoro. Hable con alguien de su banco, cooperativa de crédito o compañía fiduciaria. También puede hablar con un consejero en inversiones o un asesor financiero.

Tenga cuidado con las personas que intentan engañarlo y hurtarle su dinero. Los estafadores pueden decir que su inversión está “libre de riesgo” o “garantizada”. Pueden intentar asustarlo diciendo que perderá una buena oportunidad de ganar dinero. Nunca dé su dinero a nadie sin confirmar que es seguro. Aprenda a identificar el fraude de inversiones.

[investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud/](https://investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud/)

### **i** Dónde acudir para informarse

- La banca en Canadá [cba.ca](https://cba.ca), busque “Banking basics” (Conceptos básicos de la banca).
- Prosper Canada: seminarios web y guías de educación financiera [prospercanada.org](https://prospercanada.org) Haga clic en “Resources” (Recursos) en el menú
- Herramientas de gestión del dinero para los recién llegados (Prosper Canada) [moneymanagement.prospercanada.org](https://moneymanagement.prospercanada.org)
- Financial Consumer Agency of Canada (Agencia Financiera del Consumidor de Canadá), kit de herramientas financieras [Canada.ca](https://Canada.ca), busque “Your financial toolkit” (Su kit de herramientas financieras).
- Gobierno de Canadá, gestione su dinero [Canada.ca](https://Canada.ca), busque “Financial Consumer Agency” (Agencia Financiera del Consumidor).
- Office of Consumer Affairs (Oficina de Asuntos del Consumidor) [ic.gc.ca/eic/site/oca-bc.nsf/eng/ca02154.html](https://ic.gc.ca/eic/site/oca-bc.nsf/eng/ca02154.html)
- La BC Securities Commission (Comisión de Valores de BC) es un organismo independiente del Gobierno provincial. [investright.org](https://investright.org)
- La Sociedad de Asesoramiento Crediticio ofrece talleres y herramientas de educación financiera [nomoredebts.org/resources](https://nomoredebts.org/resources)



# ATENCIÓN MÉDICA

## Definiciones

### B.C. Health

### Registro en el MSP

### Obtener su tarjeta de servicios de BC

Programa Federal Provisional de Salud:  
refugiados y solicitantes de refugio  
Seguros privados  
Cobertura fuera de la provincia

### HealthLink BC

### Médicos

Encontrar un médico de familia  
Programar una cita  
Clínicas de atención sin cita previa,  
centros de atención primaria  
y urgente y atención virtual  
Atención virtual

### Emergencias médicas

Hospitales y departamentos  
de emergencia  
Llamar a una ambulancia

### Asistencia lingüística

## Comprar medicinas

Pagar medicamentos con receta:  
PharmaCare y Fair PharmaCare

## Dentistas

Programa Healthy Kids

## Exámenes de la vista y anteojos

## Unidades de salud pública

## Clínicas privadas especializadas

## Salud mental, alcohol y otras drogas

## Recuperar la salud y mantenerse saludable

Dejar de fumar  
Vapeo y cigarrillos electrónicos  
Actividad física y  
acondicionamiento físico  
Un corazón sano  
Protéjase contra la gripe

## Para obtener más información

Ayudas para niños y jóvenes



### Definiciones

**Atención virtual:** uso de tecnología como las videollamadas para ayudar a los pacientes a reunirse con los proveedores de atención médica.

**Beneficios:** dinero o programas para ayudar a las personas cuando están enfermas, no tienen empleo o no pueden cuidar de sí mismas. Los empleadores brindan beneficios a los trabajadores. Los Gobiernos proporcionan beneficios a los ciudadanos.

**Farmacia:** una tienda donde los pacientes obtienen medicamentos (fármacos) que un médico o un enfermero especializado les indicó. Una farmacia también se puede llamar “droguería”.

**Inmunización:** cuando se administra a las personas una pequeña cantidad de un virus para ayudarlas a mantenerse sanas y no enfermarse.

**Proveedor de atención médica:** persona que atiende a los pacientes en el sistema de atención médica. Esto incluye médicos, enfermeros, dentistas, trabajadores de atención domiciliaria, farmacéutas y muchos más.

- **Audiólogo:** persona que trabaja con pacientes que tienen problemas de audición.
- **Dentista:** un médico que examina los dientes para detectar caries (agujeros), enfermedades y otros problemas dentales.
- **Enfermero especializado:** un enfermero con educación especial para trabajar de cerca con los pacientes. Pueden diagnosticar enfermedades, pedir e interpretar pruebas de laboratorio y recomendar tratamientos. Muchas personas de Columbia Británica tienen un enfermero especializado en vez de un médico de familia.
- **Especialistas:** médicos que se dedican a enfermedades específicas, trastornos médicos o determinadas partes del cuerpo. Por ejemplo, hay especialistas que se centran en afecciones de la piel, pérdida de audición, enfermedades del corazón, cáncer, embarazo y el tratamiento de niños pequeños o adultos mayores.
- **Farmacéuta:** alguien que surte un medicamento con receta que le indicó el médico. Le da el medicamento correcto en la cantidad adecuada y le indica cómo usarlo correctamente. También responderá preguntas sobre cualquier medicamento que esté tomando.
- **Médico de cabecera (GP, por sus siglas en inglés):** los GP también son conocidos como médicos de familia. Se ocupan de la mayoría de los problemas médicos. También puede hablar con su médico de familia sobre problemas emocionales, salud mental, nutrición y planificación familiar (control de la natalidad y embarazo). Su médico de familia lo remitirá a un especialista si necesita más atención médica.
- **Optometrista:** médico que examina los ojos para ver cómo está la visión y si hay enfermedades y lesiones.
- **Otorrinolaringólogo:** médico especializado en enfermedades del oído, la nariz y la garganta.
- **Partera:** persona que tiene una educación especial para ayudar a las mujeres a dar a luz.

**Receta médica:** orden escrita de un médico o enfermero especializado para obtener un medicamento. Se le indica a la farmacia qué medicamento necesita el paciente y qué cantidad deben suministrarle.

**Vacuna:** el líquido que se utiliza para inmunizar o vacunar a las personas. Puede administrarse a través de una aguja (inyectada), tomarse por vía oral o rociarse en la nariz.

**Vacunación:** la aguja y el líquido que se utilizan para inmunizar a las personas.



## B.C. Health

El plan de salud del Gobierno de B.C. se llama Plan de Servicios Médicos (MSP, por sus siglas en inglés). Paga servicios de salud básicos y médicamente necesarios. Estos incluyen algunas consultas con el médico, pruebas médicas y tratamientos. No todos los gastos médicos están cubiertos por el MSP. Por ejemplo, usted tiene que pagar por los servicios de dentistas, optometristas y fisioterapeutas.

El MSP es para:

- residentes de B.C. que sean ciudadanos canadienses o residentes permanentes;
- residentes de B.C. que sean refugiados asistidos por el Gobierno;
- estudiantes internacionales con permiso de estudios;
- algunas personas con permisos de trabajo de 6 meses o más.

Averigüe si es elegible para el MSP

[gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/eligibility-and-enrolment](http://gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/eligibility-and-enrolment)

## Registro en el MSP

Todos los residentes de B.C. deben estar registrados en el MSP. Tiene que presentar una solicitud para registrarse en el MSP. En su solicitud, asegúrese de escribir su nombre exactamente como aparece en otros documentos oficiales.

Debe registrarse en el MSP en cuanto llegue a B.C. Es posible que tenga que esperar hasta 3 meses para que se tramite su solicitud. Si no tiene MSP, debe contratar un seguro médico privado. Si necesita atención médica en B.C. y no tiene MSP ni un seguro médico privado, tendrá que pagar todos sus gastos médicos. Estos costos pueden ser muy elevados.

Para obtener más información y para registrarse en el MSP, póngase en contacto con Health Insurance BC.

Área de Vancouver: 604 683-7151

Llamada sin costo: 1 800 663-7100

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “MSP for residents” (MSP para residentes).

## Beneficios complementarios

Si sus ingresos son bajos, puede ser elegible para beneficios complementarios. Los beneficios complementarios del MSP pagarán parte de algunos servicios médicos. Estos incluyen:

- acupuntura
- tratamientos quiroprácticos
- terapia de masaje
- naturopatía/medicina natural
- fisioterapia
- podología no quirúrgica

Puede optar a los beneficios complementarios si ha vivido en Canadá durante los 12 meses (un año) pasados como ciudadano canadiense o residente permanente. Para hacer una solicitud, complete un formulario y envíelo a Health Insurance BC

[gov.bc.ca/MSP/supplementary\\_benefits](http://gov.bc.ca/MSP/supplementary_benefits)

## Tarifa por servicios de atención médica para estudiantes internacionales

Los estudiantes internacionales deben pagar una tarifa mensual por servicios de atención médica. Esta tarifa es para:

- estudiantes internacionales desde kínder hasta 12.º grado;
- estudiantes internacionales de pregrado con permisos de estudio que estén inscritos en el MSP.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “Health fee international students” (Tarifa por servicios de atención médica para estudiantes internacionales).

## Obtener su tarjeta de servicios de BC

Necesitará una tarjeta de servicios de BC para acceder a servicios de atención médica. [gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card)

Siga estos pasos para obtener su tarjeta de servicios de BC.

1. Presente una solicitud para el MSP.
  - Complete y envíe el formulario de inscripción del MSP de BC. [gov.bc.ca/mspbccresidentforms](http://gov.bc.ca/mspbccresidentforms)
  - También puede presentar su solicitud en línea. [gov.bc.ca/MSP/applyforhealthcare](http://gov.bc.ca/MSP/applyforhealthcare)



2. Visite una oficina de licencias de conducir de la Corporación de Seguros de Columbia Británica (Insurance Corporation of British Columbia, ICBC). Después de enviar los documentos y el formulario de inscripción, recibirá una carta por correo. Lleve la carta a una oficina de licencias de conducir de la ICBC. Deberá llevar también 2 identificaciones.

- Averigüe qué tipo de identificación necesitará.  
[icbc.com](http://icbc.com), busque "Service card accepted ID" (ID aceptada para tarjeta de servicio).
- Encuentre una oficina de la ICBC cerca de usted.  
[icbc.com/locators](http://icbc.com/locators)

Los menores de 19 años, los mayores de 75 años y las personas con permiso de estudio y trabajo no tienen que acudir a una oficina de la ICBC. Recibirá una tarjeta de servicios de BC sin foto.

[gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card/types-of-cards/non-photo](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card/types-of-cards/non-photo)

Una tarjeta de servicios de BC con foto es más segura. Si le roban la tarjeta, nadie más podrá utilizarla. Si usted es una persona mayor o tiene un permiso de trabajo o de estudio y quiere una tarjeta de servicios de BC con foto, acuda a una oficina de licencias de conducir de la ICBC.

### Programa Federal Provisional de Salud: refugiados y solicitantes de refugio

El Programa Federal Provisional de Salud ofrece una cobertura médica limitada y temporal a refugiados reasentados, personas protegidas y solicitantes de refugio y sus dependientes. El programa cubre a las personas que no son elegibles para una cobertura médica provincial o privada. Incluye servicios de atención médica básica como consultas con el médico, ir al hospital, medicina de emergencia y atención odontológica (dientes) y atención oftalmológica de emergencia.

[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program.html)

Las personas que califican para acogerse al Programa Federal Provisional de Salud deben acudir a proveedores de atención médica registrados. Consulte la lista de proveedores de atención médica registrados en el programa.  
[ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers/](http://ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers/)

### Seguros privados

El MSP no cubre todos los gastos médicos. Por ejemplo, el MSP no cubre la atención dental. Si quiere que le cubran más gastos médicos, puede contratar un seguro de una compañía privada.  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque "MSP not covered" (No cubiertos por el MSP).

Algunos de los servicios no cubiertos por el MSP tendrá que pagarlos usted cuando llegue a su consulta. Pida el recibo y envíelo a su compañía de seguros. Ellos le enviarán una parte o la totalidad del dinero que haya pagado. Otras oficinas enviarán la factura directamente a su compañía de seguros. Esto se llama "facturación directa". Haga preguntas y asegúrese de entender cómo se pagará la factura.

### Cobertura fuera de la provincia

Si visita otra provincia de Canadá, es posible que quiera contratar un seguro médico adicional. Consulte con Health Insurance BC para saber si necesita una cobertura adicional. Área de Vancouver: 604 683-7151  
Llamada sin costo: 1 800 663-7100  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque "MSP benefits outside BC" (Beneficios del MSP fuera de BC).

### HealthLink BC

HealthLink BC proporciona información y asesoría médica gratuita para casos que no sean de emergencia en B.C. La información y la asesoría están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana por teléfono, sitio web, una aplicación móvil e información que se puede imprimir. Todos los servicios de HealthLink BC son gratuitos.

HealthLink BC no ofrece servicios de emergencia. Si tiene una situación médica urgente, llame al 9-1-1.  
Llame al 8-1-1. Si no oye, o no oye muy bien, llame al 7-1-1.



- Hable con un enfermero u obtenga ayuda para encontrar servicios en su comunidad. Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Hable con un dietista sobre alimentos, alimentación sana y nutrición. Disponible de lunes a viernes, de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.
- Hable con alguien sobre la actividad física y el ejercicio. Disponible de lunes a viernes, de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.
- Hable con un farmacéuta sobre los medicamentos. Disponible todas las tardes y noches, de 5:00 p. m. a 9:00 a. m.

HealthLink BC tiene servicios de traducción en más de 130 idiomas. Cuando llame al 8-1-1, diga el nombre de su idioma (por ejemplo, “punyabí”).

En línea: [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca)

- Visite el sitio web para obtener información sobre más de 5.000 temas relacionados con salud, nutrición, medicina, actividad física y tratamientos.
- Si se siente enfermo, puede verificar sus síntomas (signos de enfermedad) en línea para saber qué debe hacer.
- La información está en árabe, chino, farsi, francés, coreano, punyabí, español y vietnamita.  
[HealthLinkBC.ca/services-and-resources/translated-resources](http://HealthLinkBC.ca/services-and-resources/translated-resources)
- HealthLink BC también tiene una aplicación para su teléfono inteligente. Utilícela para encontrar clínicas de atención sin cita previa, hospitales, salas de emergencia, centros de vacunación, farmacias, servicios de laboratorio y centros de atención primaria y urgente cerca de usted. Visite [HealthLinkBC.ca/app](http://HealthLinkBC.ca/app)

## Cómo encontrar un médico de familia o un enfermero especializado

Puede ser difícil encontrar un médico de familia o un enfermero especializado que lo acepte como paciente. Siga buscando y hablando con las personas. Los nuevos proveedores de atención médica pueden llegar a su comunidad en cualquier momento.

- Es posible que Divisions of Family Practice (Divisiones de Práctica de Medicina Familiar) conozca una lista de espera en la que puede anotarse para encontrar un médico en su comunidad. Visite el sitio web para encontrar la Division of Family Practice de su comunidad.  
[divisionsbc.ca/divisions-in-bc](http://divisionsbc.ca/divisions-in-bc)
- El Colegio de Profesionales de la Enfermería de Columbia Británica tiene un directorio de profesionales de enfermería. Busque en el directorio a los enfermeros especializados de su comunidad.  
[registry.bccnp.ca](http://registry.bccnp.ca)
- Hable con las personas de su agencia de asentamiento para inmigrantes. Es posible que puedan ayudarlo a registrarse para encontrar un proveedor de atención médica. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
  - Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- Llame a HealthLink BC al 8-1-1 para que lo ayuden a encontrar un médico de familia, un enfermero especializado y servicios médicos en su comunidad.
- Hable con sus amigos, vecinos, personas con quienes trabaja u otras personas de su comunidad. Pregunte si su proveedor de atención médica está aceptando nuevos pacientes.



### Programar una cita

Antes de que su proveedor de atención médica lo atienda, llame por teléfono al consultorio para programar una cita. Lleve siempre consigo su tarjeta de servicio de BC cuando vaya al médico.

Intente llegar unos minutos antes a su cita. Si llega tarde, puede perder su cita. Si no acude a la cita, es posible que tenga que pagar una cuota. Esta cuota no está cubierta por el MSP.

### Clínicas de atención sin cita previa, centros de atención primaria y urgente y atención virtual

Si todavía no tiene un proveedor de atención médica o no puede conseguir una cita con su proveedor de atención médica, puede acudir a una clínica de atención sin cita previa o a un Centro de Atención Primaria y Urgente (Urgent and Primary Care Centre, UPCC).

Los médicos y los enfermeros especializados de las clínicas de atención sin cita previa y los UPCC son para personas que tienen un problema médico, pero no una emergencia.

Llame a HealthLink BC al 8-1-1 para encontrar una clínica de atención sin cita previa o un UPCC cerca de usted. Algunas clínicas están abiertas hasta tarde. Muchas están abiertas los 7 días de la semana. No es necesario pedir cita,

pero debe verificar si la clínica está abierta. [HealthLinkBC.ca/services-and-resources/upcc](https://www.healthlinkbc.ca/services-and-resources/upcc)

Si está esperando su tarjeta de servicios de BC, puede acudir a una clínica de atención sin cita previa. Lleve 2 identificaciones (ID). Al menos 1 ID debe tener su foto. Tendrá que pagar la consulta. Conserve el recibo. Cuando reciba su tarjeta de servicios de BC, podrá solicitar un reembolso.

## Emergencias médicas

### Hospitales y departamentos de emergencia

Si tiene un accidente grave, se lesiona de gravedad o se pone muy enfermo de repente, puede acudir al departamento de emergencia del hospital. Muchos departamentos de emergencia están abiertos las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Si toma medicamentos con receta, llévelos con usted. El médico necesita saber qué medicamentos está tomando. Las personas que no hablan inglés deben intentar llevar a alguien que las ayude a traducir.

Si tiene cobertura del MSP, no tiene que pagar gastos en el hospital.

### Llamar a una ambulancia

Si tiene una emergencia médica y no puede llegar al hospital por sí mismo, puede llamar





a una ambulancia. En la mayoría de los lugares, el número de teléfono es el 9-1-1. En las comunidades más pequeñas puede haber un número de teléfono diferente. Busque el número en las primeras páginas de la guía telefónica o pregunte en el departamento de policía local. Debe anotar y guardar los números de emergencia.

Cuando llame al número de emergencia, el operador le preguntará si requiere a la policía, a los bomberos o una ambulancia. Solicitar una ambulancia. El operador le hará preguntas sobre su problema. Puede que le den instrucciones médicas por teléfono. Si se envía una ambulancia, los paramédicos se harán cargo de usted. Pueden llevarlo al departamento de emergencia de un hospital.

El MSP no cubre el costo total de ir al hospital en ambulancia. Usted tendrá que pagar una parte del costo. No tiene que pagar de inmediato. Recibirá una factura más adelante. Si tiene un ingreso bajo, puede recibir ayuda. [bcehs.ca](http://bcehs.ca), busque "Ambulance fees" (Tarifas de ambulancia).

## Asistencia lingüística

- El Servicio Provincial de Idiomas (Provincial Language Service) dispone de servicios de interpretación. No puede reservar este servicio usted mismo. Pida a su médico, enfermero o partera (alguien que ayuda a dar a luz) que llame al Servicio Provincial de Idiomas (Provincial Language Service) para reservar un intérprete para usted.
- HealthLink BC 8-1-1 ofrece información y asesoramiento médico en más de 130 idiomas. Para obtener más información sobre HealthLink BC, consulte la página 58. [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca), haga clic en "Other Languages" (Otros idiomas) en el menú de la parte de arriba.

## Comprar medicinas

Hay algunas medicinas que solo se pueden comprar con receta médica. Las recetas médicas las deben emitir médicos u otros profesionales de la medicina (como una partera o un enfermero especializado). Puede comprar medicamentos con receta médica en una farmacia (droguería). Algunas tiendas

de comestibles tienen farmacias. Cuando vaya a una farmacia, lleve con usted su receta médica. La receta médica le indica al farmacéuta qué medicamento necesita y en qué cantidad. El farmacéuta le explicará con qué frecuencia y durante cuánto tiempo debe tomar el medicamento (por ejemplo, 2 veces al día durante 1 semana).

Busque una farmacia en internet. También puede llamar a HealthLink BC al 8-1-1 o utilizar el sitio web de HealthLink BC o la aplicación BC Health Services Locator para encontrar una farmacia cerca de usted. Para obtener información sobre los servicios de HealthLink BC, consulte la página 58.

Puede comprar algunos medicamentos sin receta médica. Son los llamados medicamentos sin receta o de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés). Suelen ser para problemas menos graves, como dolor de cabeza, resfriado o alergias. Si tiene alguna duda sobre los medicamentos de venta libre, pida ayuda al farmacéuta. También puede llamar a HealthLink BC al 8-1-1 y pedir hablar con un farmacéuta.

## Pagar los medicamentos con receta: PharmaCare y Fair PharmaCare

PharmaCare es un programa del Gobierno de B.C. que ayuda a los residentes de Columbia Británica a pagar medicamentos con receta. Fair PharmaCare es para todos los residentes de Columbia Británica que estén inscritos en el MSP. Las personas con menores ingresos familiares reciben más ayuda para pagar los gastos de sus medicamentos con receta. Debe presentar su declaración de impuesto sobre la renta cada año para recibir la cobertura de Fair PharmaCare según sus ingresos. Si no se registra, tendrá un deducible de \$10.000. Esto significa que tendrá que gastar \$10.000 en medicamentos elegibles antes de que Fair PharmaCare lo ayude con los costos de sus medicamentos con receta.

Una vez que esté cubierto por el Plan de Servicios Médicos, podrá registrarse en Fair PharmaCare. Para registrarse u obtener más información, visite el sitio web o póngase en contacto con Health Insurance BC.  
Metro Vancouver: 604 683-7151  
Llamada sin costo: 1 800 663-7100  
[gov.bc.ca/fairpharmacare](http://gov.bc.ca/fairpharmacare)



## Dentistas

Los dentistas e higienistas dentales cuidan sus dientes. Para encontrar un dentista, pregunte a sus amigos o a los trabajadores de la agencia de asentamiento. También puede visitar el sitio web de la Asociación Dental de BC (BC Dental Association).

[yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist](http://yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist)

El MSP no pagará los servicios dentales prestados en el consultorio del dentista. Si necesita una cirugía dental, se le enviará a un hospital y el MSP cubrirá el costo. Algunos empleadores tienen beneficios dentales para los empleados. Si usted tiene cobertura dental del empleador, esta puede pagar parte del costo de su tratamiento en el consultorio del dentista. Pregúntele a su empleador sobre la cobertura dental.

Algunas unidades de salud pública tienen clínicas dentales. Ofrecen revisiones y limpiezas dentales gratuitas a los niños pequeños. También pueden tener atención dental de bajo costo para niños mayores y adultos.

Si tiene hijos, es posible que sea elegible para el programa Healthy Kids (Niños Saludables).

## Exámenes de la vista y anteojos

Los médicos de la vista se llaman optometristas. Pueden trabajar en su propia oficina o en una tienda que venden anteojos.

El MSP cubre parte del costo de los exámenes completos de la vista. Algunos optometristas pueden cobrar más de esa cantidad. Pregunte a su optometrista cuánto le costará el examen de la vista. Si cuesta más de lo que cubre el MSP, tendrá que pagar el resto.

El MSP paga 1 examen de la vista de rutina realizado por un optometrista cada 2 años para

- niños y jóvenes de 18 años o menos;
- adultos de 65 años o más;

El MSP también pagará los exámenes de la vista si tiene una necesidad médica, por ejemplo, si le entra un objeto en el ojo o si tiene una enfermedad de la vista.

Algunos empleadores tienen planes de beneficios para los empleados. Estos planes pueden ayudar a pagar exámenes de la vista, anteojos y lentes de contacto. Pregunte en su trabajo si existe un plan de beneficios.

Si tiene hijos, es posible que sea elegible para el programa Healthy Kids (Niños Saludables).

### Programa Healthy Kids

El Programa Healthy Kids (Niños Saludables) de B.C. ayuda a las familias con bajos ingresos a pagar cuidados dentales básicos, anteojos recetados, instrumentos auditivos o asistencia auditiva alternativa. Si sus hijos son menores de 19 años y no tienen cobertura dental, óptica (ojos) o auditiva, debe consultar el Programa Healthy Kids.

Para utilizar el Programa Healthy Kids (Niños Saludables), su familia debe ser elegible para los beneficios complementarios del MSP (consulte la página 62). Las familias que han sido aprobadas para los beneficios complementarios del MSP se inscribirán en el Programa Healthy Kids (Niños Saludables).

Pida a su oftalmólogo, dentista, audiólogo o proveedor de instrumentos auditivos más información sobre lo que está cubierto. Algunas pruebas o consultas pueden tener costos o cobertura diferentes. Lleve la tarjeta de servicios de BC de su hijo cuando visite a su dentista, optometrista, audiólogo o proveedor de instrumentos auditivos. Pregunte si habrá algún gasto adicional que no esté cubierto. Es importante conocer primero los costos.

Para obtener más información, visite [gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) y busque "Healthy Kids Program" (Programa Healthy Kids) o llame sin costo: 1 866 866-0800.



## Unidades de salud pública

Unidades de salud pública:

- ayudan a los padres a prepararse para un nuevo bebé;
- apoya a las familias tras el nacimiento del bebé, incluidas visitas en casa;
- proporciona vacunas (también llamadas inmunizaciones). Una vacuna es un medicamento que previene enfermedades. Los bebés, los niños y los adultos deben vacunarse (inmunizarse) contra enfermedades peligrosas, como el sarampión y la tos ferina (pertussis). Obtenga más información sobre la inmunización en B.C. [immunizebc.ca](http://immunizebc.ca)

Las unidades de salud pública también ofrecen información y apoyo para:

- el desarrollo del niño en la primera infancia;
- terapia del lenguaje;
- clínicas de audición;
- pruebas de la vista (ojos);
- nutrición y alimentación saludable;
- atención dental;
- clínicas para jóvenes;
- información sobre salud sexual;
- ayuda para los consumidores de alcohol y drogas.

Para encontrar una unidad de salud pública en su área, póngase en contacto con HealthLink BC.

Llamada sin costo: 8-1-1

[HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services](http://HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services), busque "Public Health Units" (Unidades de salud pública).

Si acude a una unidad de salud pública, lleve consigo su tarjeta de servicios de BC.

## Clínicas privadas especializadas

Las clínicas privadas ofrecen servicios de salud como fisioterapia, medicina tradicional china, terapia de masajes y atención naturista. Si acude a una clínica privada, pregunte si sus servicios están cubiertos por el MSP. Si no lo



están, deberá pagarlos usted. Asegúrese de conocer el costo antes de recibir el servicio. Para obtener más información sobre la cobertura del MSP, póngase en contacto con Health Insurance BC.

Health Insurance BC

Llamada sin costo: 1 800 663-7100

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque "Services covered by MSP" (Servicios cubiertos por el MSP).

## Salud mental, alcohol y otras drogas

La salud no consiste únicamente en tener un cuerpo fuerte. Los pensamientos y las emociones también son importantes. A veces, las personas se ponen tristes o se enfadan sin un motivo claro. Pueden consumir sustancias como alcohol y otras drogas, incluso algunos medicamentos, para hacer frente a pensamientos o sentimientos desagradables. Pueden sentirse deprimidos, asustados o ansiosos. Sin ayuda, estos problemas de salud mental pueden volverse peligrosos.

Si tiene problemas con sus emociones, puede hablar con su médico. Si no tiene un médico de familia, hable con alguien de su agencia local de asentamiento para inmigrantes. Un trabajador de asentamiento puede ayudarlo a encontrar a alguien con quien hablar. No se sienta avergonzado. Muchos canadienses reciben ayuda para su salud mental. No tiene por qué enfrentar el problema usted solo.



La mayoría de las comunidades de B.C. tienen centros de salud mental. Pueden ayudar a las personas con problemas de salud mental y de consumo de sustancias, por ejemplo, depresión, ansiedad y consumo de alcohol y otras drogas (consumo de sustancias).

- Visite el sitio web de Salud Mental y Consumo de Sustancias (Mental Health and Substance Use) del Gobierno de B.C. Puede encontrar recursos, servicios y apoyos que pueden ayudarlo.  
[Wellbeing.gov.bc.ca](http://Wellbeing.gov.bc.ca)
- Llame a HealthLink BC al 8-1-1.
- Comuníquese con la línea de apoyo en caso de crisis. Puede hablar directamente con alguien para recibir apoyo. Las líneas de crisis también pueden remitirlo a un servicio de salud mental.  
[crisislines.bc.ca](http://crisislines.bc.ca)  
Llamada sin costo: 310-6789  
(no se requiere código de área)

## Recuperar la salud y mantenerse saludable

Estar fuerte y sano es una parte importante del cuidado de nuestra salud física y mental. El Gobierno de B.C. tiene recursos para ayudar.  
[healthyfamiliesbc.ca](http://healthyfamiliesbc.ca)

Patients as Partners tiene herramientas, educación, eventos, actividades y otros recursos.  
[patientsaspartners.ca](http://patientsaspartners.ca)

### Dejar de fumar

Fumar aumenta el riesgo de cáncer, diabetes, insuficiencia cardíaca y otros problemas médicos graves. Hay muchos recursos disponibles para ayudarlo a dejar de fumar.

QuitNow lo ayudará a hablar con asesores capacitados para dejar de fumar, a recibir mensajes de motivación por texto y a conectarse con otras personas que dejan de fumar en línea.

QuitNow  
Llamada sin costo: 1 877 455-2233  
[quitnow.ca](http://quitnow.ca)

El Programa para Dejar de Fumar de BC (BC Smoking Cessation Program) puede ayudarlo a dejar de fumar o vapear. Cubrirá el costo de los sustitutos de la nicotina y ayudará a cubrir el costo de algunos medicamentos con receta.  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “Smoking cessation” (Dejar de fumar).

### Vapeo y cigarrillos electrónicos

Vapear es añadir líquido a un cigarrillo electrónico y respirarlo hacia los pulmones. El líquido puede estar aromatizado y, a menudo, contiene nicotina. Algunas personas se inician en el vapeo como una forma de ayudarse a reducir o dejar de fumar cigarrillos.

Aunque el vapeo no es tan peligroso como fumar tabaco, el vapeo regular puede conducir a la adicción a la nicotina. Las sustancias químicas del líquido para vapear también pueden dañar los pulmones.  
[Healthlinkbc.ca](http://Healthlinkbc.ca), busque “Vaping” (Vapear).

El apoyo para dejar de fumar y vapear está disponible de forma gratuita a través de QuitNow. Los residentes de B.C. elegibles pueden obtener hasta 12 semanas de productos de sustitución de la nicotina gratuitos a través del Programa (PharmaCare) para Dejar de Fumar de BC (BC Smoking Cessation (PharmaCare) Program).  
[quitnow.ca](http://quitnow.ca)  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “Smoking cessation” (Dejar de fumar).

### Actividad física

La actividad física es una parte importante de la salud. Estar activo fortalece el corazón y los pulmones, mejora nuestra fuerza física y nos ayuda a mantener un peso saludable. También puede ser una buena manera de mejorar nuestro estado de ánimo y mantener una actitud positiva.



HealthLink BC cuenta con profesionales del ejercicio cualificados que pueden ayudarlo a desarrollar un plan para estar físicamente activo y saludable.

Llamada sin costo: 8-1-1

Teléfono de teletexto (TTY): 7-1-1

[Healthlinkbc.ca](http://Healthlinkbc.ca), busque “Physical Activity Services” (Servicios de actividad física).

Para obtener más información, visite HealthLink BC.

- [gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/physical-activity](http://gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/physical-activity)
- [HealthLinkBC.ca/health-topics/aa165656](http://HealthLinkBC.ca/health-topics/aa165656)

## Un corazón sano

Cuidar nuestro corazón es una de las cosas más importantes que podemos hacer para mantenernos fuertes y sanos. Comer bien, mantenerse activo físicamente y mantener un peso saludable forman parte del mantenimiento de un corazón sano.

Para saber más sobre la alimentación saludable para el corazón, visite el sitio web de HealthLink BC o llame a HealthLink BC al 8-1-1. Puede hablar con un dietista registrado o un profesional del ejercicio físico calificado para obtener información y consejos sobre una vida sana.

[HealthLinkBC.ca/healthlinkbc-files/heart-healthy-eating](http://HealthLinkBC.ca/healthlinkbc-files/heart-healthy-eating)

El sitio web de la Fundación Canadiense del Corazón tiene mucha información sobre alimentación saludable y cómo afecta a las enfermedades cardíacas, la presión arterial alta y el colesterol alto (grasa en el torrente sanguíneo).

[heartandstroke.ca](http://heartandstroke.ca)

Patients as Partners tiene recursos e información sobre el manejo de enfermedades crónicas (de larga duración).

[patientsaspartners.ca](http://patientsaspartners.ca)

## Protéjase contra la gripe

La influenza es un virus. También se le llama gripe. Puede causar enfermedades graves e incluso la muerte. Muchas personas tienen que ir al hospital a causa de la gripe.

Existen vacunas disponibles contra la gripe. Cada otoño, antes de que comience la temporada de gripe, las oficinas de salud pública de toda Columbia Británica anuncian clínicas donde puede vacunarse para prevenir la gripe. También puede consultar con su médico de familia o su farmaceuta local.

Puede reducir el riesgo de contraer la gripe o de contagiar a otras personas al lavarse las manos con regularidad, mantener las manos alejadas de la cara, limpiar y desinfectar las superficies que tocan muchas personas, quedarse en casa si está enfermo, comer de forma saludable, mantenerse físicamente activo y vacunarse contra la gripe.

Para obtener información sobre vacunas contra la influenza y dónde conseguir una, visite el sitio web de ImmunizeBC.

[immunizebc.ca/clinics/flu](http://immunizebc.ca/clinics/flu)

Para obtener más información sobre la influenza, visite HealthLink BC.

[HealthLinkBC.ca/health-feature/flu-season](http://HealthLinkBC.ca/health-feature/flu-season)

## COVID-19

La COVID-19 es un virus muy grave que ha matado a más de un millón de personas en todo el mundo. Los síntomas son similares a los de la gripe, lo que incluye tos, fiebre y dificultad para respirar. Algunas personas también tienen problemas estomacales. La COVID-19 se propaga muy rápidamente. Las personas mayores y cualquier persona con problemas de salud graves corren un alto riesgo de enfermarse de gravedad o morir a causa de la COVID-19.

En Columbia Británica, el Funcionario Provincial de Salud (Provincial Health Officer) elabora reglas que todos deben seguir para ayudar a prevenir la propagación de la COVID-19.



Una de las mejores maneras de detener el contagio de la COVID-19 es lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no se dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante de manos a base de alcohol. Esto debe hacerse más a menudo cuando está en público tocando superficies que otras personas también tocan.

También debe mantener una distancia física de al menos 2 metros (6 pies) de otras personas cuando sea posible. No se toque la cara. Tosa o estornude en la manga o en un pañuelo de papel, tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos.

Desinfecte los lugares de su casa o lugar de trabajo que muchas personas tocan (como las manillas de las puertas o los interruptores de la luz). También puede usar una mascarilla si está enfermo, o si no puede mantenerse al menos a 2 metros de distancia de otras personas. Las mascarillas pueden ayudar a detener la propagación de pequeñas gotas de la boca y la nariz de una persona al hablar, reír, gritar, cantar, toser o estornudar.

### Si cree que tiene COVID-19

Si se siente mal, incluso si no está seguro de tener COVID-19, debe quedarse en casa y mantenerse alejado de los demás. Cualquier persona que presente síntomas de resfriado, influenza o similares a los de la COVID-19 (incluso síntomas leves) debe llamar a su proveedor de atención médica o al 8-1-1, solicitar pruebas y luego aislarse. Puede acceder a la herramienta de autoevaluación de B.C. para comprobar si puede necesitar más evaluaciones o pruebas de COVID-19.

[bc.thrive.health/covid19/en](https://bc.thrive.health/covid19/en)

Para obtener información sobre la COVID-19, visite el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades de BC.

[bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19](https://bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19)

B.C. también tiene información provincial sobre los recursos y el apoyo para la COVID-19.

[gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/covid-19-provincial-support](https://gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/covid-19-provincial-support)





## **i** Dónde acudir en busca de ayuda

### **HealthLink BC**

HealthLink BC proporciona información y asesoría médica gratuita para casos que no sean de emergencia en B.C. La información y el asesoramiento están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por teléfono, sitio web, una aplicación móvil e información que se puede imprimir. Todos los servicios de HealthLink BC son gratuitos. Consulte la página 58.

### **Patients as Partners**

Patients as Partners proporciona herramientas, educación y otros recursos. Puede encontrar información sobre atención personal y familiar, gestión de enfermedades crónicas (de larga duración), participación de los pacientes y el público y un calendario de eventos.  
[patientsaspartners.ca](http://patientsaspartners.ca)

### **HeretoHelp**

HeretoHelp tiene información sobre enfermedades mentales y problemas de consumo de sustancias. Pueden ayudarlo a controlar la enfermedad mental y a mantener una buena salud mental. Ofrecen pruebas para que usted pueda entender mejor su salud mental.  
[heretohelp.bc.ca](http://heretohelp.bc.ca)

### **Línea de atención telefónica de prevención de suicidio**

Si se siente muy disgustado o enfadado, o si tiene pensamientos de hacerse daño, llame a la línea de atención de prevención de suicidio. La línea de atención de prevención de suicidio es gratuita. Está abierta las 24 horas del día, los 7 días de la semana. La línea de atención de prevención de suicidio es un lugar seguro para hablar. Todo lo que diga es completamente confidencial (secreto). Llamada sin costo: 1 800 784-2433 (1 800 SUICIDE)  
[crisiscentre.bc.ca](http://crisiscentre.bc.ca)

### **Programa Bounce Back**

Bounce Back es un programa de desarrollo de habilidades que ayuda a los adultos con depresión, estrés y ansiedad. Llamada sin costo: 1 866 639-0522  
[bouncebackbc.ca](http://bouncebackbc.ca)

Encuentre más apoyos para la salud mental y el consumo de sustancias en el sitio web del Gobierno de B.C.  
[gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc](http://gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc)

### **Ayudas para niños y jóvenes Salud mental de niños y adolescentes en B.C.**

Este sitio web ofrece recursos e información sobre servicios de salud mental para su niño o adolescente.  
[gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/mental-health-substance-use/find-services-near-you/youth-mental-health-services](http://gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/mental-health-substance-use/find-services-near-you/youth-mental-health-services)

### **Foundry**

Foundry ayuda a jóvenes de 12 a 24 años a ser más saludables. Ofrecen recursos, servicios y apoyos para la salud y el bienestar  
[foundrybc.ca](http://foundrybc.ca)

### **Kelty Mental Health Resource Centre**

El Centro de Recursos de Salud Mental de Kelty (Kelty Mental Health Resource Centre) tiene información y recursos para niños, jóvenes y familias. Podrá aprender sobre salud mental, trastornos alimentarios, adicciones, control de la ira, ansiedad, trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), depresión, psicosis, esquizofrenia, prevención del suicidio y gestión del estrés. Área de Vancouver: 604 875-2084 Llamada sin costo: 1 800 665-1822  
[Keltymentalhealth.ca](http://Keltymentalhealth.ca)



## **i** A dónde ir para buscar ayuda *(continuación)*

### **Kids Help Phone**

Kids Help Phone está destinado a los niños que sufren maltratos o problemas de salud mental. Los niños y jóvenes pueden llamar a este número de teléfono en cualquier momento para obtener ayuda e información. El servicio también puede remitir a las personas que llaman a lugares que pueden ayudarlos, como clínicas y centros comunitarios.

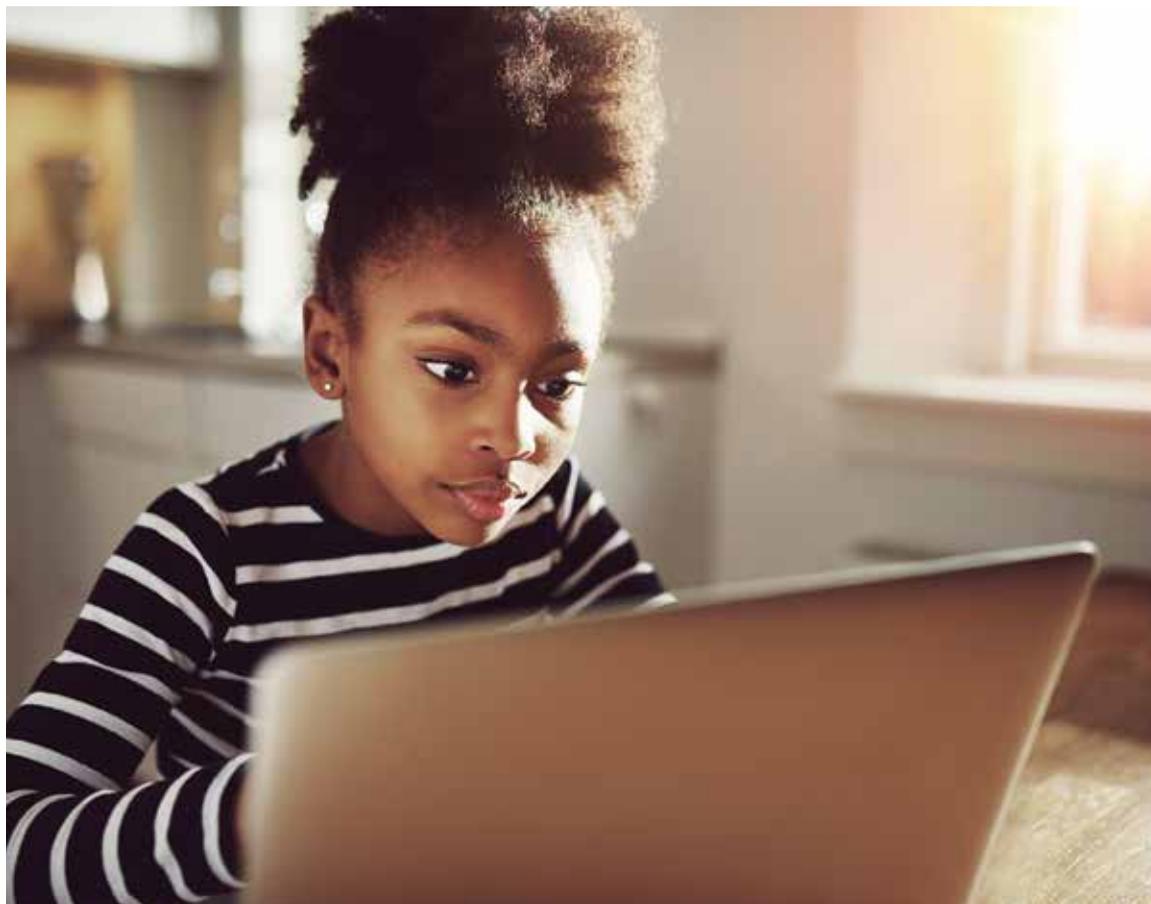
Llamada sin costo: 1 800 668-6868

[kidshelpphone.ca](http://kidshelpphone.ca)

[HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca), busque “Kids help phone” (Teléfono de ayuda para niños).

### **Estrategia de prevención de hostigamiento ERASE**

La estrategia de prevención de hostigamiento Espere respeto y una educación segura (Expect Respect and A Safe Education, ERASE) educa a los estudiantes sobre el hostigamiento. Ayuda a los estudiantes a denunciar a los hostigadores. ERASE también incluye recursos sobre salud mental, consumo de sustancias, protección escolar y orientación sexual / identidad de género. [gov.bc.ca/gov/content/erases](http://gov.bc.ca/gov/content/erases)





# EDUCACIÓN

## Definiciones

### Primeros años hasta 12.º grado

- Escuelas públicas
- Escuelas independientes (privadas)
- Programas de primera infancia para niños menores de 5 años de edad
- Desde kínder hasta 12.º grado
- Niños con discapacidades y necesidades especiales
- Aprendizaje del Idioma Inglés (ELL) para niños
- Programas de francés
- Participación y voluntariado
- Información escolar

Aprendizaje distribuido (a distancia) y educación en casa

### Educación postsecundaria

- Costos y ayuda financiera para la educación postsecundaria
- Aprendizaje distribuido (a distancia) para adultos
- Escuelas privadas postsecundarias y colegios universitarios

### Educación continua para adultos

- Aprender inglés
- Educación para adultos



## Definiciones

**Cursos de mejora para adultos:** cursos para adultos que quieren completar un diploma de escuela secundaria o conseguir las notas y cursos para acceder a estudios postsecundarios. Los cursos están disponibles a través de instituciones públicas postsecundarias y programas de educación para adultos de los distritos escolares.

**Educación continua:** cursos sin créditos para adultos. Pueden tomarse por interés personal o general, o para mejorar habilidades relacionadas con el trabajo.

**Escuela intermedia:** algunas escuelas de B.C. son para estudiantes de 6.º, 7.º, 8.º y 9.º grados. Se encuentran entre los grados de primaria y secundaria. La mayoría de los estudiantes tienen entre 10 y 15 años.

**Escuela primaria:** escuela para niños desde kínder hasta 7.º grado, con edades comprendidas entre 5 y 13 años.

**Escuela secundaria:** escuela para estudiantes de 8.º, 9.º, 10.º, 11.º y 12.º grados. Los estudiantes tienen entre 13 y 18 años. La escuela secundaria también se llama bachillerato.

**Estudios a tiempo completo y a tiempo parcial:** los estudios a tiempo completo son una carga completa de cursos, tareas y asignaciones. Algunos estudiantes también pueden trabajar, pero normalmente solo unas horas a la semana. Los estudios a tiempo parcial significan que los estudiantes están cursando menos que una carga completa de cursos: tal vez 2 o 3, en vez de 5.

**Excursión:** cuando los estudiantes y su maestro realizan una excursión escolar fuera de la escuela. Por ejemplo, las excursiones pueden ser a un museo, una exposición, una granja o un evento deportivo escolar.

**Matrícula:** el costo de asistir a escuelas privadas o instituciones postsecundarias.

**Obligatorio:** cuando algo es exigido por la ley o una regla que debe cumplirse.

**Postsecundaria:** educación para estudiantes que han terminado la escuela secundaria. Las escuelas postsecundarias incluyen universidades, colegios universitarios, institutos, escuelas técnicas e instituciones privadas.

**Tutores:** personas que enseñan a los estudiantes de forma individual. La enseñanza suele ser en casa o en la oficina, no en el aula. Los estudiantes pagan a los tutores por su tiempo.



## Primeros años hasta 12.º grado

El Gobierno de Columbia Británica establece leyes y reglamentos para asegurarse de que todos los niños de B.C. reciban una buena educación. Todos los niños de entre 5 y 16 años deben recibir educación. La mayoría de los padres envían a sus hijos a escuelas públicas. Algunos padres optan por pagar escuelas independientes (privadas). Algunos niños aprenden en casa mediante la educación en el hogar o el aprendizaje distribuido (a distancia). Para obtener más información sobre el aprendizaje en casa, consulte la página 74.

### Escuelas públicas

La educación en las escuelas públicas es gratuita. Los consejos de educación (consejos escolares) gestionan las escuelas públicas de sus comunidades. Los consejos escolares planifican y ofrecen programas y servicios para los estudiantes locales. Deben seguir las leyes y reglamentos establecidos por el Ministerio de Educación de B.C.

### Inscribir a su hijo en una escuela pública

Los niños suelen ir a la escuela pública más cercana a su casa. Para inscribir a su hijo en una escuela pública, póngase en contacto con su consejo escolar.

Encuentre su consejo escolar en [bced.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm](http://bced.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm)

Cuando inscriba a su hijo, se le pedirá que proporcione documentos oficiales que indiquen su fecha de nacimiento, su estatus de residente en Columbia Británica y su dirección. También se le pedirá que muestre la cartilla de vacunación de su hijo. La provincia tiene un registro obligatorio de vacunas para proteger a los niños contra enfermedades.

Algunas comunidades escolares cuentan con un programa llamado Trabajadores de Asentamiento en las Escuelas (Settlement Workers in Schools). Los trabajadores de asentamiento ayudan a los recién llegados a adaptarse a su nueva escuela y comunidad.

Encuentre escuelas públicas cerca de usted. [bced.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do](http://bced.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do)





## Escuelas independientes (privadas)

En B.C., también hay escuelas independientes. La mayoría de las escuelas independientes cobran cuotas. Algunas escuelas independientes se basan en la religión o la cultura. Algunas escuelas imparten clases de forma especial, y otras pueden ser para estudiantes con necesidades especiales. Para obtener más información, póngase en contacto con la Federación de Asociaciones de Escuelas Independientes (Federation of Independent School Associations).

Área de Vancouver: 604 684-6023

Larga distancia: 1 604 684-6023

[fisabc.ca](http://fisabc.ca)

Para obtener más información sobre las escuelas independientes, consulte la sección educación en casa y aprendizaje distribuido (a distancia) en la página 72.

Visite el sitio web del Ministerio de Educación de B.C.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/administration/program-management/independent-schools](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/administration/program-management/independent-schools)

Encuentre escuelas independientes cerca de usted.

[fisabc.ca/find-school](http://fisabc.ca/find-school)

## Programas de primera infancia para niños menores de 5 años

Los programas StrongStart BC son para niños pequeños. Ayudan a los niños a desarrollar habilidades lingüísticas, físicas, cognitivas (pensamiento), sociales y emocionales. También ayudan a los niños a prepararse para empezar la escuela. Los niños pueden aprender a través del juego, los cuentos, la música y el arte. Pueden hacer amigos y jugar con otros niños. Los padres o cuidadores participan en el programa con sus hijos. El programa es para niños desde el nacimiento hasta los 5 años. Los programas de aprendizaje temprano de StrongStart BC son gratuitos.

Obtenga más información sobre StrongStart B.C. y encuentre un programa cerca de usted.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/strongstart-bc](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/strongstart-bc)

Muchas escuelas tienen programas *Ready, Set, Learn (Listo, preparado, aprende)* para niños de 3 a 5 años. Los niños aprenden nuevas habilidades jugando. Los padres pueden obtener información para ayudar a su hijo a aprender.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/ready-set-learn](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/ready-set-learn)

## Desde kínder hasta 12.º grado

### Desde kínder hasta 7.º grado:

#### Escuela primaria

Los niños suelen empezar la escuela primaria en el año en que cumplen 5 años. Suelen terminar la escuela primaria a los 11 o 12 años. El primer año de la escuela primaria se llama kínder. La mayoría de las escuelas primarias enseñan desde kínder hasta 7.º grado.

Las jornadas escolares comienzan entre las 8:30 a. m. y las 9:00 a. m. y terminan alrededor de las 3:00 p. m.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/full-day-kindergarten](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/full-day-kindergarten)

### De 7.º a 12.º grados: Escuelas intermedia y secundaria

Después de la escuela primaria, los estudiantes pasan a las escuelas intermedia y secundaria (bachillerato). La escuela intermedia comprende de 6.º a 9.º grados. Los estudiantes de la escuela intermedia tienen entre 10 y 15 años. La escuela secundaria abarca desde el 8.º hasta 12.º grados. Los estudiantes de secundaria tienen entre 13 y 18 años.

No todos los distritos escolares tienen escuelas intermedias. Los distritos que no cuentan con una escuela intermedia solo tienen escuela primaria (desde kínder hasta 7.º grado) y escuela secundaria (desde 8.º hasta 12.º grados).

Cuando los estudiantes terminan la escuela secundaria, obtienen un certificado de graduación (diploma). Después de la escuela secundaria, los estudiantes pueden recibir más educación (postsecundaria). Esto incluye colegio universitario, universidad y formación laboral especializada (formación profesional).



## Niños con discapacidades y necesidades especiales

Algunos niños pueden tener una afección física o mental que dificulta su asistencia a las clases regulares. Estos niños tienen necesidades especiales. Columbia Británica tiene programas para niños que necesitan más apoyo. Póngase en contacto con la escuela de su hijo para obtener más información.

## Aprendizaje del Idioma Inglés (ELL) para niños

Las escuelas proporcionarán Aprendizaje del Idioma Inglés (ELL, por sus siglas en inglés) a todos los estudiantes que necesiten ayuda para aprender inglés. La mayoría de los estudiantes reciben ayuda para aprender inglés durante las clases regulares. Algunos estudiantes mayores toman clases regulares y clases de ELL juntas.

Los programas especiales pueden ayudar a los niños pequeños a aprender inglés. Pregunte a un trabajador de asentamiento si hay un programa preescolar de Aprendizaje del Idioma Inglés en su área. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.

- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Programas de francés

Hay 3 tipos de programas de francés en las escuelas públicas de B.C.

- Los estudiantes que hablan francés como primera lengua pueden optar al programa francófono. Para obtener más información, póngase en contacto con el Conseil scolaire francophone de la Colombie-Britannique (Distrito Escolar 93).  
Metro Vancouver: 604 214-2600  
Llamada sin costo: 1 888 715-2200  
[csf.bc.ca](http://csf.bc.ca)
- Los estudiantes cuya primera lengua no es el francés pueden inscribirse en la inmersión

en francés. Eso significa que el francés es la única lengua que se habla en sus aulas. Matemáticas, ciencias, historia y todas las demás asignaturas se imparten en francés.

- Los estudiantes de los programas de inglés también pueden tomar clases para aprender francés. Las clases se imparten en inglés y el francés es una de sus asignaturas.

Para obtener más información sobre la inmersión en francés o las clases de francés, hable con el consejo escolar de su localidad.  
[bc.ed.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm](http://bc.ed.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm)

## Participación y voluntariado

Si tiene un hijo en la escuela, lo animamos a ser un miembro activo de la comunidad escolar. Hable con los maestros de su hijo. Haga preguntas sobre la clase o sobre cómo le va a su hijo. Acuda a las reuniones de padres y maestros. Son reuniones especiales que se celebran una o dos veces al año.

En las escuelas públicas hay Consejos Asesores de Padres (Parent Advisory Councils, PAC). Si su hijo está en la escuela, usted es automáticamente miembro del PAC de la escuela. Puede ir a las reuniones, conocer a otros padres, aprender cómo funciona la escuela, participar en actividades escolares y hacer sugerencias para ayudar.  
[bccpac.bc.ca/index.php/members/pac-dpac/what-is-a-pac](http://bccpac.bc.ca/index.php/members/pac-dpac/what-is-a-pac)

También puede ser voluntario en la escuela de su hijo ayudando en el aula o en las excursiones (viajes escolares y visitas fuera de la escuela).

## Información escolar

La escuela le enviará información sobre los estudios y las actividades escolares de su hijo. Esté atento a los correos electrónicos, cartas y notas del maestro, del consejo escolar, del director o de los representantes de la clase (otros padres que se ofrecen a compartir información para la clase). Estas cartas y correos electrónicos pueden contener información importante. Es posible que tenga que traducir la información.

Las cartas impresas pueden entregarse a los padres o a los niños. Pregunte a sus hijos si tienen alguna carta que entregarle.



## Educación en casa y aprendizaje distribuido (a distancia)

Aunque los niños de 5 a 16 años deben recibir educación, algunos niños de B.C. no van a la escuela. Puede que vivan demasiado lejos de la escuela. Algunos niños están enfermos y no pueden ir a la escuela. Algunos padres prefieren que los niños aprendan en casa. Hay 2 maneras en la que los estudiantes aprenden en casa: la educación en casa y el aprendizaje distribuido.

- La educación en casa es cuando los padres actúan como maestros y enseñan a sus hijos en casa. Los padres deben preparar las lecciones y asegurarse de que sus hijos aprenden. Deben inscribir a su hijo en una escuela antes de empezar.  
[bced.gov.bc.ca/home\\_school](http://bced.gov.bc.ca/home_school)
- El aprendizaje distribuido (a distancia) es cuando los maestros envían lecciones y tareas para que los estudiantes las hagan en casa. Las clases pueden impartirse en línea o por correo (correspondencia). Los maestros están certificados por las escuelas. Se encargan de preparar las clases y de ayudar a los estudiantes a aprender.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/classroom-alternatives/online-distributed-learning](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/classroom-alternatives/online-distributed-learning)

## Educación postsecundaria

Después de 12.º grado, muchos estudiantes continúan su educación. Esto se llama educación postsecundaria.

Hay 25 universidades, colegios universitarios e institutos públicos en B.C. Las instituciones públicas están financiadas por el Gobierno provincial. Los estudiantes pagan la matrícula (cuotas escolares) para asistir. También hay más de 300 instituciones privadas en B.C. Las instituciones privadas no están financiadas por el Gobierno provincial. Por eso la matrícula suele ser más costosa en instituciones privadas.

Las personas pueden estudiar muchas asignaturas diferentes en colegios universitarios, universidades o instituciones. Los programas incluyen artes, educación, ciencias, tecnología, medicina, enfermería,

ingeniería y leyes. Se necesitan unos 4 años de estudio a tiempo completo para obtener una licenciatura. Después de obtener una licenciatura, puede obtener una maestría o un doctorado (postgrado). También puede obtener diplomas y certificados.

Algunos colegios universitarios e institutos públicos ofrecen programas de transferencia a la universidad. Puede tomar cursos en un colegio universitario o instituto y luego transferirse a una universidad para terminar su licenciatura. La universidad verificará las clases que haya cursado y puede darle crédito por ellas. Consulte con la universidad antes de empezar a estudiar para saber si reconocerá su transferencia de cursos. Para obtener más información, consulte la Guía de Transferencia de B.C.  
[bctransferguide.ca](http://bctransferguide.ca)

Los colegios universitarios, institutos técnicos y algunas universidades también tienen programas de formación profesional y la enseñanza de destrezas. Puede obtener formación laboral para muchas carreras. Por ejemplo, puede formarse para trabajar como carpintero, mecánico, horticultor, educador en la primera infancia o técnico informático.

Vea una lista de instituciones postsecundarias en Columbia Británica.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution)

Education Planner B.C. puede ayudarlo a elegir cursos postsecundarios.  
[educationplannerbc.ca](http://educationplannerbc.ca)

## Costos y ayuda financiera para la educación postsecundaria

La educación postsecundaria puede ser costosa. Los estudiantes que cursan estudios postsecundarios deben pagar la matrícula y otras cuotas. También deben comprar libros y materiales.

El Gobierno de B.C. puede proporcionar financiamiento a los estudiantes que necesiten ayuda para pagar sus estudios. Puede solicitar préstamos, subvenciones y becas. Las subvenciones y becas no tienen que pagarse. Los préstamos se deben pagar al terminar los estudios. Para poder optar a la ayuda financiera, los estudiantes deben



vivir en B.C. y ser residentes permanentes o ciudadanos canadienses.

Para obtener información, consulte con la oficina de ayuda financiera de la escuela a la que piensa asistir.  
[studentaidbc.ca](http://studentaidbc.ca)

Los estudiantes de postsecundaria que no tengan la residencia permanente o la ciudadanía canadiense pagarán una matrícula más alta. Es posible que también tengan que solicitar un permiso de estudio.  
[learnlivebc.ca/en/learn/](http://learnlivebc.ca/en/learn/)

Los padres pueden crear un Plan Registrado de Ahorro para la Educación (Registered Education Savings Plan, RESP) para ahorrar dinero para la educación postsecundaria de sus hijos. Puede abrir un RESP en muchos bancos y cooperativas de crédito. Su hijo necesita un Número de Seguro Social para abrir un RESP. Para obtener información sobre los Números de Seguro Social, consulte la página 107. También puede obtener una Subvención de Ahorro para la Educación de Canadá (Canada Education Savings Grant, CESG). Se trata de un dinero que el Gobierno de Canadá añade al RESP de su hijo para ayudar a pagar el costo de su educación postsecundaria.  
[canada.ca/en/services/benefits/education/education-savings/savings-grant.html](http://canada.ca/en/services/benefits/education/education-savings/savings-grant.html)

En Canadá, muchos estudiantes de postsecundaria tienen empleo y pagan su propia matrícula. Pueden trabajar a tiempo parcial durante el año escolar o encontrar empleos temporales durante las vacaciones de verano.

## Aprendizaje distribuido (a distancia) para adultos

Muchos colegios universitarios y universidades ofrecen programas de aprendizaje distribuido. Puede obtener una educación postsecundaria independientemente de donde viva. Para obtener información, comuníquese con su colegio universitario o universidad local o con Thompson Rivers University Open Learning.  
[tru.ca/distance](http://tru.ca/distance)

## Escuelas privadas postsecundarias y colegios universitarios

B.C. cuenta con numerosas instituciones privadas de enseñanza postsecundaria. Entre ellas se encuentran universidades, colegios universitarios, colegios técnicos y escuelas de idiomas. Hay ayudas financieras para los estudiantes de algunas instituciones privadas.  
[privatetraininginstitutions.gov.bc.ca](http://privatetraininginstitutions.gov.bc.ca)  
[studentaidbc.ca](http://studentaidbc.ca)

## Educación continua para adultos

Muchos canadienses se inscriben en clases mucho después de haber dejado de ir a la escuela. Puede que quieran aprender una nueva habilidad para el trabajo, un nuevo idioma o estudiar algo que les interese. Estos programas se denominan educación continua. Encuentre clases buscando en internet “continuing education” (educación continua) y el nombre de su comunidad.



## Aprender inglés

Hay muchas clases de Inglés como Segundo Idioma (ESL) para que los adultos aprendan a hablar, leer y escribir en inglés. El Gobierno canadiense ofrece Enseñanza de Idioma para Recién Llegados a Canadá (Language Instruction for Newcomers to Canada, LINC). Los refugiados adultos y los residentes permanentes pueden tomar estas clases gratuitamente.

- [Canada.ca](http://Canada.ca), busque “Language programs” (Programas de idiomas).
- [Welcomebc.ca](http://Welcomebc.ca), busque “Employment language programs” (Programas de idiomas para empleo).

Varias instituciones públicas postsecundarias también ofrecen cursos de ESL. Los residentes permanentes, los refugiados y los ciudadanos canadienses no pagan la matrícula de estos cursos. Se pueden aplicar otros costos. [gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading-learn-english](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading-learn-english)

Puede obtener ayuda para aprender o mejorar su inglés en los programas de alfabetización de su comunidad. Estos programas son gratuitos. Algunos programas son para adultos y otros para familias.

[gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries/community-literacy](http://gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries/community-literacy)  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading)  
[decoda.ca/decoda-lpc/](http://decoda.ca/decoda-lpc/)

## Escuelas de inglés privadas y tutores

Muchas escuelas de inglés privadas y tutores (maestros) ofrecen formación en inglés. La mayoría de estas escuelas y clases no están reguladas por el Gobierno. Visite el sitio web de las instituciones de formación privadas para encontrar los programas aprobados. [privatetraininginstitutions.gov.bc.ca/students/pti-directory](http://privatetraininginstitutions.gov.bc.ca/students/pti-directory)

## Cursos de mejora para adultos

Los adultos pueden ir a la escuela para mejorar su educación o prepararse para un nuevo empleo. Hay programas para asignaturas específicas, como lectura o matemáticas. También hay programas para terminar la escuela secundaria y aprender

nuevas habilidades laborales. Los programas pueden ser a tiempo completo o parcial. Suelen llamarse Educación Básica para Adultos (ABE, por sus siglas en inglés). Los cursos de ESL en las instituciones públicas postsecundarias también forman parte de los cursos de mejoras para adultos.

## Adultos que terminan la escuela secundaria

Los adultos que no han terminado la educación secundaria (bachillerato) pueden terminar sus estudios y graduarse. Los estudiantes que cursan la ABE en el Programa de Bachillerato para Adultos (Adult Graduation Program) pueden obtener el Certificado de Graduación de Columbia Británica o el Diploma de Bachillerato para Adultos (Adult Graduation Diploma). Estos programas se ofrecen en muchas instituciones públicas postsecundarias y en los centros de educación para adultos de los distritos escolares.

Los adultos que han terminado la escuela secundaria pueden tomar cursos de Educación Básica para Adultos para obtener los créditos que necesitan para continuar sus estudios postsecundarios. Hay clases a tiempo completo y a tiempo parcial. Estas clases son gratuitas para los residentes permanentes y los ciudadanos canadienses. [gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading)

Encuentre clases cerca de usted. [upgradebc.ca/map](http://upgradebc.ca/map)

Los adultos también pueden tomar cursos de educación básica a través de algunos distritos escolares locales.

[bced.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do](http://bced.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do)  
[bced.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm](http://bced.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm)

Los residentes permanentes y los ciudadanos canadienses no pagan la matrícula de los cursos de mejora para adultos. Es posible que los estudiantes tengan que pagar otros gastos, incluidos libros y materiales. Si está cursando estudios de mejora (ABE o ESL) en una institución pública postsecundaria, puede ser elegible para una subvención para cubrir esos costos. Se llama Subvención de Mejora para Adultos (Adult Upgrading Grant). [studentaidbc.ca/explore/grants-scholarships/adult-upgrading-grant-application](http://studentaidbc.ca/explore/grants-scholarships/adult-upgrading-grant-application)



# AYUDA PARA PERSONAS Y FAMILIAS

## Definiciones

**BC211**

## Centros de crisis

## Violencia, maltrato y abandono

- Agresión y agresión sexual
- Maltrato en la familia
- Maltrato y abandono infantil
- Hostigamiento
- Maltrato y abandono de ancianos
- Maltrato de animales
- Problemas con el alcohol, las drogas y las apuestas
- Desglose de patrocinio

## Programa de empleo y asistencia de B.C.

**Personas sin hogar**

**Bancos de alimentos**

## Ayuda para las familias

- Niños que necesitan apoyo adicional
- Beneficios para familias con niños
- Cuidado infantil

## Programas y beneficios para personas mayores

- Guía de Personas Mayores de B.C.
- Asistencia domiciliaria
- Alimentación sana para personas mayores
- Prevención de caídas
- Ability411

## Personas con discapacidades

## Apoyo a personas que son LGBTQ2S+

**La Oficina del Defensor del Pueblo**

**Ayuda legal**



## Definiciones

**Abandono:** cuando una persona no se ocupa de alguien que necesita su ayuda. Puede ser cuando los padres no alimentan a sus hijos. También podría ser cuando alguien no recibe atención médica para un familiar anciano.

**Agresión:** cuando alguien ataca a otra persona. La agresión puede ser física, sexual o verbal (gritar o insultar a alguien).

**Apuestas:** arriesgar dinero para ganar más en cosas como juegos de cartas, carreras de caballos, máquinas tragamonedas y juegos de casino.

**Autoridades públicas:** los Gobiernos suelen financiar y/o dar poder a organizaciones para que tomen decisiones y presten servicios a las personas. Estas organizaciones se denominan autoridades públicas.

**Confidencial:** cuando alguien comparte información con otra persona, y esa información se mantiene privada. No se comparte con nadie más.

**Crisis:** cuando una situación se siente demasiado grande para manejarla solo. Las personas pueden tener una crisis financiera (cuando no tienen suficiente dinero para vivir), una crisis familiar (la familia se rompe), una crisis médica (alguien está muy enfermo o muere) o una crisis emocional (cuando las emociones o sentimientos de las personas, especialmente el miedo, son muy fuertes).

**Elegible:** cuando una persona califica para obtener algo. Por ejemplo, las personas deben ser elegibles antes de que las contraten en algunos empleos, o para que las acepten en algunos programas gubernamentales.

**Imparcial:** que no tiene prejuicios a favor o en contra de algo. Si es imparcial, no está involucrado en una situación y su decisión puede ser justa.

**Independiente:** no está controlado ni influenciado por nadie ni por nada. Ser capaz de tomar una decisión sin dejarse influir por otra persona.

**LGBTQ2S+:** término que describe el conjunto de identidades de género: lesbiana, gay, binario (masculino o femenino), transgénero, queer o de dos espíritus (consulte la página 129 para obtener más información).

**Maltrato:** hacer daño a otra persona. Hay muchos tipos de maltrato.

- El maltrato físico puede incluir golpes, sujeciones o empujones. El maltrato físico también se llama agresión.
- El maltrato emocional consiste en herir a alguien con palabras o acciones. Esto incluye amenazar a alguien (decir que le hará daño físico o emocional).
- El abuso sexual es el contacto o la conversación sexual no deseada.

**Suicidio:** cuando una persona decide que no quiere vivir y acaba con su vida intencionadamente.

**Víctima:** persona que resulta herida (física o emocionalmente) o asesinada por otra, generalmente cuando se comete un delito.

**Violencia:** usar la fuerza física para herir a alguien.



## BC211

BC211 puede ayudarlo a encontrar servicios gubernamentales y comunitarios que pueda necesitar. Entre ellos se encuentran asesoramiento, empleo, cuidado infantil, asistencia financiera, alimentación, servicios para personas mayores, vivienda, servicios jurídicos, servicios para inmigrantes, educación, arte y cultura, ocio, servicios médicos y grupos de apoyo. El servicio es gratuito y confidencial (privado). Se ofrece en muchos idiomas.

Llamada sin costo: 2-1-1

[bc211.ca](http://bc211.ca)

BC211 también opera estos servicios.

- **VictimLinkBC** es un servicio telefónico gratuito y confidencial que se ofrece en muchos idiomas. Ofrece servicios de información y remisión a todas las víctimas de delitos. También proporciona apoyo inmediato en caso de crisis a víctimas de violencia familiar y sexual, incluidas víctimas de tráfico de personas explotadas para servicios laborales o sexuales. VictimLinkBC está financiado por el Gobierno de B.C. Está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llamada sin costo: 1 800 563-0808  
Correo electrónico: [victimlinkbc@bc211.ca](mailto:victimlinkbc@bc211.ca)  
[www.victimsinfo.ca](http://www.victimsinfo.ca)
- Servicio de información y remisiones sobre alcohol y drogas. Para obtener más información, consulte la página 85  
Área de Vancouver: 604 660-9382  
Llamada sin costo: 1 800 663-1441
- Shelter and Street Help Line (Línea de ayuda para personas en refugio y en situación de calle)  
2-1-1  
[bc211.ca](http://bc211.ca), busque “shelter” (refugio) y el nombre de su comunidad.
- Gambling Support Line BC (Línea de ayuda para problemas de adicción al juego de BC) Para obtener más información, consulte la página 85  
Llamada sin costo: 1 888 795-6111

- Youth Against Violence Line (Línea de los jóvenes contra la violencia) Para obtener más información, consulte la página 83  
Llamada sin costo: 1 800 680-4264

## Centros de crisis

Tener problemas que son demasiado grandes para manejarlos solo se llama crisis. Las personas pueden tener problemas de salud mental (como depresión o ansiedad) o problemas familiares (como una ruptura matrimonial o maltrato). Los problemas pueden parecer aún mayores después de mudarse a un nuevo país. Es posible que se sienta triste, solo, molesto o confundido. Estas emociones pueden ser muy fuertes y difíciles. Algunas personas pueden incluso pensar en el suicidio.

Si su situación le parece demasiado difícil de manejar, o si siente que está solo con sus problemas, puede pedir ayuda. No se sienta avergonzado. Muchas personas se sienten así en algunos momentos de la vida.

Hay personas que pueden ayudarlo. Llame a un centro de crisis. Los centros de crisis tienen personas con quienes puede hablar. También pueden ayudarlo a encontrar recursos. Todas las llamadas son gratuitas y los servicios están disponibles en muchos idiomas.

- La línea de crisis está abierta las 24 horas del día, los 7 días de la semana.  
Llamada sin costo: 1 800 784-2433  
(1 800 SUICIDE)  
[crisiscentre.bc.ca](http://crisiscentre.bc.ca)
- La línea de apoyo a la salud mental está abierta las 24 horas del día, los 7 días de la semana.  
Llamada sin costo: 310-6789 (este teléfono solo tiene 7 números).  
[crisiscentre.bc.ca](http://crisiscentre.bc.ca)
- YouthInBC es un chat en línea para jóvenes de 12 a 24 años. Está abierto desde las 12:00 p. m. (mediodía) hasta las 12:00 a. m. (medianoche).  
[YouthInBC.com](http://YouthInBC.com)
- CrisisCentreChat es un chat en línea para personas mayores de 25 años. Está abierto desde las 12 p. m. (mediodía) hasta la 1:00 a. m.  
[CrisisCentreChat.ca](http://CrisisCentreChat.ca)



## Violencia, maltrato y abandono

Maltrato, violencia y abandono son siempre malos. Si alguien lo maltrata, trate de no sentirse avergonzado. No es su culpa. Puede obtener ayuda. No intente afrontar el problema solo. En Canadá, toda violencia y amenazas de violencia van en contra de la ley. La policía puede detener a alguien que hace daño o amenaza a otra persona. La persona podría recibir una multa o ir a la cárcel.

Si hay una crisis, llame al 911. Alguien enviará a la policía o a una ambulancia.

También puede llamar a VictimLinkBC. Llamada sin costo: 1 800 563-0808  
Correo electrónico: [victimlinkbc@bc211.ca](mailto:victimlinkbc@bc211.ca)  
[victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

### Agresión y agresión sexual

Si alguien lo golpea o le hace daño, se llama agresión. Si alguien dice que le va a hacer daño, y usted cree que esa persona lo hará, también es una agresión. Está prohibido que alguien lo agreda.

La agresión sexual es cualquier forma de contacto sexual sin el consentimiento de una persona. La agresión sexual incluye contacto sexual no deseado. También incluye las relaciones sexuales forzadas (también llamadas “violaciones”).

Si está en peligro inmediato, llame al 911.

Puede llamar a VictimLinkBC. Pueden ayudarlo a consultar a un médico, a hablar con un consejero, a presentar una denuncia policial y a obtener otros servicios de apoyo. Este es un servicio gratuito. También es confidencial. Está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llamada sin costo: 1 800 563-0808  
[victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

El Centro de ayuda a víctimas de violaciones Mujeres contra la violencia Contra Mujeres (Women Against Violence Against Women, WAVAW) tiene una línea de crisis e información abierta las 24 horas del día. Pueden darle ayuda y apoyo emocional de inmediato. También pueden remitirlo a servicios y programas que pueden ayudarlo. Llamada sin costo: 1 877 392-7583  
[wavaw.ca](http://wavaw.ca)

El Directorio de Programas de Servicios a las Víctimas y Violencia contra las Mujeres (Victim Services & Violence Against Women Program Directory) ayuda a las personas que han sido perjudicadas por un delito. También ayudan a mujeres y niños que experimentan violencia.

El directorio tiene información de contacto de servicios y programas que pueden ayudarlo. Visite el sitio web y ponga el nombre de su ciudad o pueblo en la casilla de búsqueda. [gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory)

Puede denunciar una agresión sexual a la policía, aunque haya ocurrido hace mucho tiempo. Llame a la policía local o a la oficina de la Real Policía Montada de Canadá (RCMP, por sus siglas en inglés). Puede encontrar el número de teléfono en internet.

Para obtener información sobre cómo denunciar un delito, visite este sitio web del Gobierno de B.C.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/coming-forward/reporting-a-crime](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/coming-forward/reporting-a-crime)

Si tiene 19 años o más y no quiere llamar a la policía usted mismo, puede llamar a un programa de servicio a víctimas de su comunidad. Pueden denunciar el delito y la policía no sabrá quién ha hecho la denuncia. [gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/victim-or-witness-to-crime/third-party-reporting-for-victims-of-sexual-offences](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/victim-or-witness-to-crime/third-party-reporting-for-victims-of-sexual-offences)



## Maltrato en la familia

Los maltrato pueden darse en las familias. Maltrato, violencia y abandono son siempre malos. La persona que maltrata a los demás puede ser la esposa, el marido, la pareja del mismo sexo o la pareja de hecho. Hijos, padres, abuelos, hermanas, hermanos y parientes políticos también son familia.

Hay muchas formas de maltrato que pueden darse en una familia. Algunos ejemplos son:

- maltrato físico: golpear o patear a alguien, o utilizar un arma (como un palo o un cinturón) para herir a alguien;
- abuso sexual: cualquier forma de contacto sexual sin el consentimiento de una persona;
- maltrato emocional: amenazar con quitarle los hijos a una persona; no dejarlo hablar con sus amigos o familiares; no dejarlo salir de la casa; o amenazar con quitarle el patrocinio de inmigración;
- maltrato financiero: no dejar que una persona consiga un empleo, lo mantenga, reciba formación laboral o tenga dinero;
- maltrato espiritual: no dejar que alguien practique su religión; utilizar la religión para asustar, herir o controlar a alguien.

En Canadá, es ilegal hacer daño o amenazar con hacer daño a otra persona.

Se puede dejar una situación familiar abusiva. No tiene que permanecer en una relación abusiva para mantener su estatus en Canadá. Si es residente permanente, tiene derechos y libertades en Canadá. Si tiene un estatus temporal en Canadá, también tiene opciones. Para obtener más información, visite estos sitios web:

- Ministerio de Inmigración, Refugiados y Ciudadanía de Canadá  
[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/family-sponsorship/abuse.html](https://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/family-sponsorship/abuse.html)
- Gobierno de B.C.  
[gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/domestic-violence](https://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/domestic-violence)
- [HealthLinkBC.ca](https://healthlinkbc.ca), busque “Domestic violence” (Violencia doméstica) y “Domestic abuse” (Maltrato doméstico).

## Si necesita ayuda

- Si está en peligro inmediato, llame al 9-1-1.
- VictimLinkBC puede ayudarlo a ver a un médico, hablar con un consejero, denunciar a la policía y obtener otros servicios de apoyo. Se trata de un servicio gratuito y confidencial. Está disponible en muchos idiomas, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Llamada sin costo: 1 800 563-0808  
[victimlinkbc.ca](https://victimlinkbc.ca)

- Llame a un hogar de transición o a un Programa de Hogar Seguro (Safe Home Program). Los hogares de transición ayudan a las mujeres a abandonar un hogar donde alguien las maltrata. Ayudan a las mujeres que están solas y también a las que tienen hijos. Los hogares de transición están abiertos las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Son un lugar seguro para las mujeres mientras encuentran un nuevo lugar para vivir. Los hogares de transición son solo para estancias cortas, normalmente de hasta 30 días. La ayudarán a mantenerse segura y a encontrar un lugar donde vivir. También pueden ayudarla a encontrar asesoramiento, tratamiento médico y otros servicios.

BC Housing tiene una lista de hogares de transición y hogares seguros.  
[bchousing.org/housing-assistance/women-fleeing-violence/womens-transition-housing-supports](https://bchousing.org/housing-assistance/women-fleeing-violence/womens-transition-housing-supports)

## Maltrato y abandono infantil

Es responsabilidad de todos los padres cuidar bien de sus hijos. Maltrato, violencia y abandono son siempre malos. El abandono es cuando los padres no satisfacen las necesidades básicas de sus hijos. No proporcionar suficiente comida o dejar a los niños pequeños solos en casa son ejemplos de abandono.

Si piensa que un niño necesita ayuda, llame a la Línea de ayuda para niños. Marque el 310-1234 desde cualquier lugar de B.C. No es necesario el código de área. Atienden el teléfono las 24 horas del día, los 7 días de la semana. El Gobierno puede enviar a un trabajador social para que revise la situación



con un niño. Si los trabajadores sociales creen que el niño está en peligro, pueden llevárselo fuera del hogar a un lugar seguro. Si esto ocurre, los padres deben buscar ayuda legal inmediatamente.

Si usted cree que un niño está en peligro, lo maltratan o lo abandonan, la ley dice que debe denunciarlo. El Gobierno de B.C. tiene información sobre la denuncia del maltrato infantil.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “Child abuse” (Maltrato infantil).

HealthLink BC.ca tiene información sobre maltrato y abandono infantil.

[HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca), busque “Child abuse” (Maltrato infantil).

Para obtener información sobre cómo mantener la protección de los niños, visite este sitio web del Gobierno de B.C. [gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/keeping-kids-safe](http://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/keeping-kids-safe)

### Hostigamiento

El hostigamiento es cuando una persona quiere hacer que los demás se sientan incómodos, asustados o heridos. Una persona puede hostigar a otras por su aspecto, edad, cultura, raza, religión, etnia, orientación sexual o identidad de género. El sitio web del Gobierno de B.C. tiene información sobre hostigamiento.

[gov.bc.ca/gov/content/erase/bullying](http://gov.bc.ca/gov/content/erase/bullying)

El hostigamiento también puede producirse a través de las redes sociales (hostigamiento cibernético). Los hostigadores pueden enviar mensajes de texto o fotos malintencionadas, enviar mensajes amenazantes o difundir mentiras sobre una persona. Obtenga más información sobre el hostigamiento cibernético, incluido cómo los padres pueden ayudar a sus hijos.

[gov.bc.ca/gov/content/erase/online-safety](http://gov.bc.ca/gov/content/erase/online-safety)

Para obtener más información, o si usted necesita hablar con alguien sobre hostigamiento, visite el sitio web de ERASE.

[gov.bc.ca/gov/content/erase](http://gov.bc.ca/gov/content/erase)

Para obtener información sobre el hostigamiento en el lugar de trabajo, consulte la información sobre discriminación y acoso en la página 122.

### Ayuda para los jóvenes

Muchas agencias tienen asesores especiales para ayudar a los jóvenes. Los consejeros pueden responder las preguntas de los jóvenes. También pueden dar consejos sobre embarazo, drogas, enfermedades de transmisión sexual (ETS) y otros problemas. Puede buscar servicios en línea. También puede preguntar en su unidad de salud pública local sobre los consejeros juveniles de su comunidad.

[gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc/children-and-youth](http://gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc/children-and-youth)

Para encontrar consejeros juveniles, utilice la herramienta de búsqueda de HealthLink BC. Busque “public health unit” (unidad de salud pública) o “youth health” (salud de los jóvenes) y el nombre de su comunidad.

[HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services](http://HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services)

Hay agencias comunitarias que ayudan a niños y jóvenes. Big Brothers and Big Sisters of Canada (Hermanos mayores y hermanas mayores de Canadá) empareja a un adulto con un niño como parte de un programa de tutoría. El adulto es como la hermana o el hermano mayor del niño. Para saber si hay un programa de Big Brothers and Big Sisters of Canada en su comunidad, vaya al sitio web. Haga clic en “Find an agency” (Encontrar una agencia) en la parte inferior de la página. [bigbrothersbigsisters.ca](http://bigbrothersbigsisters.ca)

Los Boys and Girls Clubs of Canada (Clubes de Niños y Niñas de Canadá) también ayudan a los jóvenes. Los clubes tienen muchos programas extraescolares. Los niños pueden practicar deportes y aprender habilidades. Visite el sitio web para encontrar clubes cerca de usted.

[bgccan.com/en/find-your-club](http://bgccan.com/en/find-your-club)

### Foundry

Foundry ayuda a jóvenes de 12 a 24 años a ser más saludables. Ofrecen recursos y apoyo en materia de salud y bienestar, incluida una plataforma de ayuda en línea.

[foundrybc.ca](http://foundrybc.ca)



Kids Help Phone es para niños y jóvenes. Dan información y apoyo a los jóvenes con cualquier tipo de problema. Puede llamar, enviar un mensaje de texto o acceder a su aplicación móvil o sitio web las 24 horas del día, los 7 días de la semana. No es necesario que les indique su nombre. La información que les proporcione es confidencial (no dirán a nadie que ha llamado). Llamada sin costo: 1 800 668-6868 [kidshelpphone.ca](http://kidshelpphone.ca)

Los niños y jóvenes que necesiten ayuda también pueden llamar a la Línea de ayuda para niños. Teléfono: 310-1234 (no se requiere código de área)

La Youth Against Violence Line (Línea para Jóvenes contra la Violencia) es una línea telefónica segura para que los jóvenes denuncien los delitos y la violencia. Puede permanecer en el anonimato (no tiene que decir su nombre). Puede llamar para hablar de sus problemas. Los consejeros pueden remitirlo a servicios y programas de ayuda. También tienen información sobre pandillas y hostigamiento.

La Youth Against Violence Line está disponible las 24 horas del día. El servicio está disponible en muchos idiomas. Llamada sin costo: 1 800 680-4264 (las 24 horas del día, los 7 días de la semana) [youthagainstviolenceline.com](http://youthagainstviolenceline.com)

El programa de Prevención, Educación, Defensa, Asesoramiento y Empoderamiento (Prevention, Education, Advocacy, Counselling and Empowerment, PEACE) está dirigido a niños y jóvenes de entre 3 y 18 años y a su cuidador no infractor. Si hay violencia en su hogar (violencia doméstica), puede contactar a PEACE. El programa es gratuito y confidencial. No le dirán a nadie que ha llamado.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory)

Use el Directorio de Servicios para Víctimas para buscar "PEACE" y el nombre de su comunidad.





Póngase en contacto con VictimLinkBC para obtener información sobre los servicios para víctimas en su comunidad. Pueden remitirlo a diferentes programas, incluidos programas especiales para mujeres.

Llamada sin costo: 1 800 563-0808  
[victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

Las clínicas de Options for Sexual Health ofrecen métodos anticonceptivos, pruebas de embarazo y pruebas de infecciones de transmisión sexual (ITS). Personas de todas las edades pueden acudir a estas clínicas. Pueden ayudarlo con preguntas o problemas relacionados con la salud sexual. También pueden remitirlo a un médico. Hay más de 60 clínicas en toda Columbia Británica. Llamada sin costo: 1 800 739-7367  
[optionsforsexualhealth.org](http://optionsforsexualhealth.org)

### Maltrato y abandono de ancianos

A veces, los adultos mayores (personas mayores) sufren abusos o malos tratos. El abuso a las personas mayores (también llamado abuso de ancianos) puede adoptar muchas formas, como el maltrato físico, emocional, sexual o financiero. Las personas mayores pueden estar desatendidas (no tener sus necesidades cubiertas). Puede que no sean capaces de cuidar de sí mismos. Maltrato, violencia y abandono son siempre malos. En Canadá, es ilegal hacer daño, o amenazar con hacerlo, a otra persona.

Para obtener información en muchos idiomas sobre el maltrato y el abandono de ancianos, visite el sitio web del Gobierno de B.C.  
[seniorsBC.ca](http://seniorsBC.ca)

También puede visitar HealthLink BC.  
[HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca), busque "Elder abuse" (Maltrato de ancianos).

Si usted o una persona mayor que conoce está sufriendo maltrato o abandono, llame a la Línea de Información y Maltrato de Personas Mayores (Seniors Abuse & Information Line, SAIL). La línea está abierta todos los días entre las 8:00 a. m. y las 8:00 p. m. La línea está cerrada en los días festivos oficiales. Para una lista de los días festivos oficiales, consulte la página 117.

Los servicios de traducción están disponibles de lunes a viernes, entre las 9:00 a. m. y las 4:00 p. m.

Área de Vancouver: 604 437-1940  
Llamada sin costo: 1 866 437-1940  
[seniorsfirstbc.ca/programs/sail](http://seniorsfirstbc.ca/programs/sail)

Puede llamar a VictimLinkBC. Le ayudarán a que un médico lo atienda, a hablar con un consejero, a presentar una denuncia policial y a conseguir otros servicios de apoyo. Se trata de un servicio gratuito y confidencial. Está disponible en muchos idiomas, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llamada sin costo: 1 800 563-0808  
[victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

### Maltrato de animales

A veces la gente maltrata o abandona a los animales. Pueden mantener al animal en una jaula todo el tiempo y no dejarlo salir al exterior. Pueden golpear al animal o no alimentarlo. Estos animales pueden ser mascotas (perros, gatos y pájaros), animales de granja o animales de zoológicos o granjas de animales destinados a la caza. El maltrato a los animales va en contra de la ley.

Si piensa que un animal está siendo maltratado o abandonado, debe denunciarlo. Póngase en contacto con la Sociedad para la Prevención de la Crueldad contra los Animales (BC Society for the Prevention of Cruelty to Animals, BCSPCA). Llamada sin costo: 1 855 622-7722  
[spca.bc.ca](http://spca.bc.ca)

Encuentre la oficina de la BCSPCA más cercana.  
[spca.bc.ca/about-us/locations/locations-list/](http://spca.bc.ca/about-us/locations/locations-list/)

### Problemas con el alcohol, las drogas y las apuestas

Muchas personas tienen problemas con alcohol y las drogas, como cannabis, cocaína, metanfetamina o heroína. También pueden tener problemas para consumir medicamentos recetados por el médico para aliviar el dolor o la ansiedad. Algunas personas tienen problemas con actividades como alimentación, sexo o apuestas. Apostar es tratar de ganar dinero mediante la apuesta de cosas como juegos de cartas, carreras de caballos, máquinas tragamonedas o juegos de casino.



Aunque no todas las personas tienen problemas con las drogas, el alcohol o las apuestas, algunas pueden volverse adictas. La adicción es tener una sensación muy fuerte de que se necesita hacer o tener algo, incluso cuando causa un daño grave. Este sentimiento puede generar problemas de salud, en el trabajo, en la escuela, con el dinero y/o en las relaciones. Estos problemas pueden llegar a ser muy graves. Pueden ponerlo a usted, a su familia y a otras personas en peligro.

La Línea de Información y Derivación sobre Alcohol y Drogas (Alcohol & Drug Information and Referral Line) tiene información sobre programas contra la adicción a las drogas y el alcohol. Pueden ayudarlo a encontrar apoyo para afrontar el consumo nocivo de alcohol u otras drogas. También pueden ayudarlo a encontrar programas de asesoramiento y tratamiento, servicios de desintoxicación, hogares de recuperación y grupos de apoyo cerca de donde vive. La línea de remisión está abierta las 24 horas del día, los 7 días de la semana. La ayuda está disponible en muchos idiomas.

Área de Vancouver: 604 660-9382  
Llamada sin costo: 1 800 663-1441

El cannabis (también conocido como marihuana, hierba o hachís) ya es legal en Canadá. Muchas personas siguen teniendo dudas al respecto. Para obtener información sobre cannabis, incluyendo lo que es y no es legal, visite el sitio web del Gobierno de B.C. [cannabis.gov.bc.ca](http://cannabis.gov.bc.ca)

Si está luchando contra un problema de apuestas (propio o de otra persona), puede obtener ayuda gratuita. Los servicios de apoyo y tratamiento se ofrecen en muchos idiomas. El Programa de Responsabilidad y Problemas de Apuestas de B.C. (B.C. Responsible & Problem Gambling Program) cuenta con servicios de educación y apoyo confidenciales y gratuitos. El sitio web contiene información sobre autoevaluaciones, asesoramiento y GamTalk (un foro en línea gratuito y confidencial). Visite el sitio web o llame a la línea de información de BC Gam.

Llamada sin costo: 1 888 795-6111 (las 24 horas del día, los 7 días de la semana)  
[bcresponsiblegambling.ca/getting-help](http://bcresponsiblegambling.ca/getting-help)

Entre otros recursos se incluyen:

- HealthLink BC  
[HealthLinkBC.ca/health-topics/alcpb](http://HealthLinkBC.ca/health-topics/alcpb)
- Here to Help  
[heretohelp.bc.ca](http://heretohelp.bc.ca)
- Ministry of Mental Health and Addictions (Ministerio de Salud Mental y Adicciones), StopOverdoseBC  
[stopoverdose.gov.bc.ca](http://stopoverdose.gov.bc.ca)
- Centro Canadiense de Lucha contra el Alcoholismo y las Toxicomanías  
[ccsa.ca](http://ccsa.ca)
- Instituto Canadiense de Investigación sobre el Consumo de Sustancias, en la Universidad de Victoria  
[uvic.ca](http://uvic.ca), busque "Institute for substance use" (Instituto y el consumo de sustancias).
- La línea de asistencia para problemas de BC ofrece servicio en muchos idiomas. Llamada sin costo: 1 888 795-6111 (24 horas del día)
- Toward the Heart (Servicios de reducción de daños del Centro de Control de Enfermedades de BC, [BCCDC, por sus siglas en inglés])  
[towardtheheart.com](http://towardtheheart.com)
- Su agencia local de asentamiento también puede ayudarlo. Algunas agencias de asentamiento ofrecen servicios de asesoramiento para la adicción, grupos de apoyo multicultural y programas de educación escolar. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
  - Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Desglose de patrocinio

Algunas personas son patrocinadas por un familiar para venir a Canadá. A veces, hay cambios o problemas en la familia. Por ejemplo, una pareja casada puede



separarse. Si esto ocurre, el patrocinador sigue siendo responsable del familiar. Si la persona patrocinada recibe ayuda a los ingresos (beneficios sociales), el patrocinador debe devolver el dinero al Gobierno de B.C. Para obtener más información, póngase en contacto con el Gobierno provincial. [gov.bc.ca/gov/content/tourism-immigration/immigrating-to-bc/sponsorship/pay](http://gov.bc.ca/gov/content/tourism-immigration/immigrating-to-bc/sponsorship/pay)

## Programa de empleo y asistencia de B.C.

El Gobierno de B.C. concede ayudas a los ingresos a personas elegibles que están en necesidad y que no tienen otros recursos. El programa de Empleo y Asistencia de BC (BC Employment and Assistance, BCEA) puede apoyar su transición hacia el empleo. Puede ser elegible si:

- no tiene trabajo o no gana lo suficiente para cubrir sus necesidades básicas;
- está esperando que lleguen otras fuentes de dinero;
- no puede trabajar en absoluto;
- necesita urgentemente comida, refugio o atención médica.

La ayuda a los ingresos se paga todos los meses. Está disponible para quienes cumplan los requisitos de ciudadanía. Para obtener más información sobre los requisitos de ciudadanía, visite el sitio web del Gobierno de B.C.

[gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/application-and-intake/citizenship-requirements](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/application-and-intake/citizenship-requirements)

Al presentar la solicitud, el Gobierno de B.C. verificará su situación económica (sus ingresos, gastos y bienes que posee) para decidir si es elegible.

Llamada sin costo: 1 866 866-0800

[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/income-assistance](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/income-assistance)

Puede solicitar la ayuda a los ingresos por internet.

[myselfserve.gov.bc.ca](http://myselfserve.gov.bc.ca)

Las agencias de asentamiento para inmigrantes también pueden ayudarlo a acceder a la ayuda a los ingresos. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.

- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Personas sin hogar

Las personas sin hogar no tienen un lugar donde vivir. Las personas se quedan sin hogar por muchos motivos. Pueden sentirse inseguras en casa. Pueden perder su casa a causa de un incendio, problemas económicos o una ruptura familiar. Puede que no tengan dinero para pagar un lugar donde vivir.

Si no tiene un lugar seguro donde quedarse, puede ir a un refugio de emergencia. Los refugios de emergencia son gratuitos. Las personas que trabajan en un refugio de emergencia pueden ayudarlo a buscar un nuevo lugar para vivir. También pueden proporcionarle alimentos, ropa, duchas y otras cosas que pueda necesitar.

BC Housing ofrece refugios de emergencia para cualquier persona sin hogar o que pueda perderlo.

[bchousing.org/housing-assistance/homelessness-services/emergency-shelter-program](http://bchousing.org/housing-assistance/homelessness-services/emergency-shelter-program)

BC211 gestiona la Shelter and Street Help Line (Línea de ayuda para personas en refugio y en situación de calle) para ayudar a las personas de las áreas de Vancouver, Fraser Valley y Victoria.

Llame o envíe un mensaje de texto al 2-1-1 [bc211.ca](http://bc211.ca), busque "shelter" (refugio) y el nombre de su comunidad.

Si hay violencia en su familia y su hogar no es seguro, consulte la página 81.

Los trabajadores de las agencias de asentamiento también pueden ayudar. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.



- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Bancos de alimentos

Si no puede permitirse comprar suficientes alimentos, puede ser elegible para recibir alimentos gratuitos de un banco de alimentos. También pueden ofrecer programas sobre alimentación sana, cocina y gestión del dinero. Cada banco de alimentos tiene diferentes servicios. Algunos pueden ayudarlo a encontrar otros servicios en la comunidad.

Para recibir alimentos, es posible que tenga que demostrar que no gana suficiente dinero. El banco de alimentos puede pedirle que muestre su cheque de la paga, su cheque de los beneficios de asistencia social, sus extractos de cuenta bancaria o su crédito fiscal por hijos. También es posible que se le pida una prueba de domicilio actual, como una factura de la luz con su nombre y dirección.

Los bancos de alimentos no son gestionados por el Gobierno. Las personas donan (dan) alimentos y dinero al banco de alimentos. Cualquiera puede donar. Puede encontrar cajas para donativos del banco de alimentos en tiendas de comestibles, iglesias, centros comunitarios y otros lugares.

Para encontrar un banco de alimentos en su comunidad, póngase en contacto con Food Banks BC.

Llamada sin costo: 1 855 498-1798  
[foodbanksbc.com](http://foodbanksbc.com)





## Ayuda para las familias

En Canadá, los niños tienen derecho a sobrevivir, a prosperar, a desarrollar todo su potencial y a ser protegidos por los adultos que los cuidan. Hay leyes para proteger a los niños.

- La ley en Columbia Británica establece que los padres son responsables de mantener económicamente a sus hijos hasta que cumplan 19 años. En B.C., la mayoría de edad (convertirse en adulto legal) es de 19 años. También se puede exigir a los padres que mantengan a sus hijos después de los 19 años.
- Solo se puede usar la fuerza para disciplinar a los niños mayores de 2 años. La cantidad de fuerza que use debe ser leve.
- No se puede cortar o herir los genitales de las niñas o mujeres.
- No se puede cambiar a los hijos o su trabajo a alguien por dinero.

Los padres tienen la responsabilidad específica de cuidar y supervisar a sus hijos. Por ejemplo, el Consejo de Protección de Canadá (Canada Safety Council) recomienda no dejar a los niños menores de 10 años solos en casa o en el automóvil, aunque sea por poco tiempo.

[canadasafetycouncil.org/child-safety](http://canadasafetycouncil.org/child-safety)

La ley canadiense también dice que no tiene que casarse con alguien (o seguir casado con esa persona) si no se quiere. No necesita el permiso de su cónyuge ni de su familia para separarse o divorciarse.

La Sociedad de Servicios de Apoyo a los Padres (Parent Support Services Society) ofrece apoyo, información, educación, talleres y recursos a los padres y abuelos de toda la provincia.

Llamada sin costo: 1 877 345-9777

[parentsupportbc.ca](http://parentsupportbc.ca)

Grandparents Raising Grandchildren (Abuelos que crían a sus nietos) es un grupo de apoyo para personas que crían a los hijos de otro miembro de la familia.

Área de Vancouver: 604 558-4740

Llamada sin costo: 1 855 474-9777

[parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren](http://parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren)

## Niños que necesitan apoyo adicional

Algunas familias tienen un niño que necesita cuidados adicionales. Un niño puede tener un retraso en el aprendizaje de ciertas habilidades (retraso en el desarrollo). Un niño también puede tener una enfermedad o una discapacidad. El Gobierno de B.C. puede ayudar a las familias a dar cuidados adicionales a los niños.

[gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/child-behaviour-development/assessing-child-development](http://gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/child-behaviour-development/assessing-child-development)

Los trabajadores de niños y jóvenes con necesidades especiales pueden ayudar a las familias. Pueden dar a las familias información importante y remitirlas a ayuda gubernamental y comunitaria. Encuentre un trabajador en su área.

[gov.bc.ca/gov/search?id=3101EE72823047269017D08E55AF6441&tab=1&q=special+needs](http://gov.bc.ca/gov/search?id=3101EE72823047269017D08E55AF6441&tab=1&q=special+needs)

Si es elegible para el Beneficio de cuidado infantil asequible (Affordable Child Care Benefit) y tiene un hijo que es designado con necesidades especiales, puede calificar para recibir financiamiento.

[gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit](http://gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit)

## Beneficios para familias con niños

La Prestación Canadiense por Hijos es un pago mensual para ayudar a las familias con hijos menores de 18 años. Para ello, al menos 1 de los padres debe ser residente en Canadá. Llamada sin costo: 1 800 387-1193

[canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html](http://canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html)

El Beneficio Fiscal para la Primera Infancia de B.C. (B.C. Early Childhood Tax Benefit) es un pago mensual exento de impuestos que se concede a las familias elegibles para ayudar a sufragar gastos de crianza de los niños menores de 6 años. Los beneficios de este programa se combinan con la Prestación Canadiense por Hijos del Gobierno Federal y el programa de bonificación familiar de B.C. en un único pago mensual. Consulte más información en el sitio web.

[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/family-benefits/bc-early-childhood-tax-benefit](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/family-benefits/bc-early-childhood-tax-benefit)



## Cuidado infantil

### Tipos de cuidado infantil

Hay 4 tipos de cuidado infantil en B.C.

- Cuidado infantil con licencia
- Cuidado infantil registrado que no requiere licencia
- Cuidado infantil que no requiere licencia
- Atención en el hogar del niño

### Cuidado infantil con licencia

Los programas de otorgamiento de licencias de atención comunitaria de la autoridad de salud regional inspeccionan y supervisan los centros de cuidado infantil con licencia periódicamente. Deben cumplir las normas legislativas sobre salud y protección, cualificación del personal, mantenimiento de registros, espacio y equipamiento, número de niños y personal y programación. El personal de los centros de cuidado infantil con licencia está formado para atender niños. Los operadores de las instalaciones deben seguir la Ley de Asistencia Comunitaria y Vida Asistida (Community Care and Assisted Living Act) y el Reglamento de Otorgamiento de Licencias de Cuidado Infantil (Child Care Licensing Regulation).

### Cuidado infantil registrado que no requiere licencia

Se trata de proveedores de atención sin licencia que deben haberse registrados en un Centro de Recursos y Remisiones de Cuidado Infantil (Child Care Resource and Referral Centre). Si se han registrado, significa que tienen:

- formación en primeros auxilios;
- verificación de antecedentes penales de todas las personas mayores de 12 años que vivan en el hogar;
- referencias de carácter;
- evaluación de la seguridad en el hogar;
- cursos o talleres de formación para el cuidado infantil.

Los proveedores de atención registrados también tienen acceso a apoyo, formación, recursos y seguro colectivo de responsabilidad civil.

Póngase en contacto con el Centro de Recursos y Remisiones de Cuidado Infantil (Child Care Resource and Referral Centre, CCRR) de su

localidad. Pueden ayudarlo a encontrar en su área a proveedores de cuidado infantil con licencia o registrados que no requieren licencia que pueda tener cupos abiertos.

Llamada sin costo: 1 888 338-6622

[ccrr.bc.ca](http://ccrr.bc.ca)

### Cuidado infantil que no requiere licencia

Estos proveedores de cuidado infantil pueden atender legalmente a 1 o 2 niños (o más si son de la misma familia), además de los suyos. No están registradas en el CCRR, ni tienen licencia, ni son controladas, ni inspeccionadas. Los proveedores de cuidado infantil que no requiere licencia no tienen que cumplir las mismas normas de salud y protección que los proveedores con licencia. Los padres y tutores son responsables de supervisar el cuidado y la protección de sus hijos cuando utilizan servicios de cuidado infantil que no requiere licencia.

### Atención en el hogar del niño

Es cuando los padres se encargan de organizar el cuidado de los niños en casa, por ejemplo, una niñera o una cuidadora de niños. Los padres o tutores deben decidir cómo elegir y contratar al proveedor de cuidado infantil, quien se convierte en su empleado. En virtud de este acuerdo, el empleador debe:

- realizar pagos regulares al Seguro de Empleo y el Plan de Pensiones de Canadá;
- registrar la relación laboral en Revenue Canada y WorkSafeBC.

Obtenga más información y detalles sobre estos 4 tipos de cuidado infantil.

[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/how-to-access-child-care/licensed-unlicensed-child-care](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/how-to-access-child-care/licensed-unlicensed-child-care)

### Encontrar cuidado infantil

Childcare BC tiene información sobre cómo encontrar cuidado infantil en su comunidad. [gov.bc.ca/childcare](http://gov.bc.ca/childcare)

Hay centros de recursos y remisión para el cuidado infantil en comunidades de toda B.C. Visite el sitio web del Gobierno de B.C. para encontrar el centro más cercano.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “child care resource referral centre” (centro de recursos y remisiones de cuidado infantil).



### **Beneficio de cuidado infantil asequible**

El beneficio de cuidado infantil asequible ayuda a las familias a pagar el cuidado infantil. Se paga cada mes. La cantidad que puede recibir se calcula según sus ingresos, el tamaño de la familia y el tipo de cuidado infantil.

Visite el sitio web para saber si es elegible y para hacer una solicitud.

[gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit](http://gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit)

Llame al Centro de Servicios de Cuidado Infantil para obtener más información. Llamada sin costo: 1 888 338-6622

Póngase en contacto con el Centro de Recursos y Remisiones de Cuidado Infantil de su localidad. Encuentre el centro en su comunidad.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “child care resource referral” (recursos y remisiones de cuidado infantil).

### **Iniciar su propio programa de cuidado infantil**

Si usted decide operar un programa de cuidado infantil en su casa, tendrá que seguir las reglas y las leyes. La Ley de Asistencia Comunitaria y Vida Asistida, el Reglamento de Otorgamiento de Licencias de Cuidado Infantil y las normas de práctica del director de licencias describen los requisitos para el cuidado infantil con licencia. Cada programa de otorgamiento de licencias para centros de atención comunitaria de las autoridades de salud tramita las solicitudes y expide la licencia para operar un centro de cuidado infantil. Pueden proporcionar información sobre cómo empezar.

El Gobierno de B.C. tiene información sobre cómo iniciar un programa de cuidado infantil.

- Centro de cuidado infantil con licencia [gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/licensed-child-care-facility](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/licensed-child-care-facility)
- Programa de cuidado infantil registrado que no requiere licencia [gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/rlnr-day-care](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/rlnr-day-care)

## **Programas y beneficios para personas mayores**

### **Guía para Personas Mayores de BC**

La *BC Seniors' Guide (Guía para Personas Mayores de BC)* tiene información sobre beneficios, salud, estilo de vida, vivienda, transporte, finanzas, seguridad y protección para los adultos mayores. También hay una lista de recursos, servicios y programas.

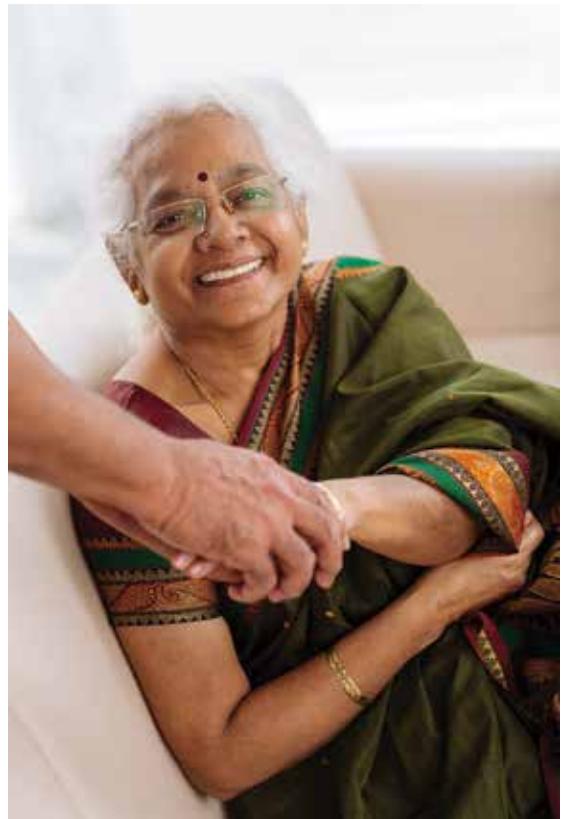
La guía está disponible en inglés, francés, punyabí, chino, coreano, vietnamita y farsi.

[gov.bc.ca/seniorsguide](http://gov.bc.ca/seniorsguide)

Puede solicitar un ejemplar impreso gratuito de la *BC Seniors' Guide (Guía para Personas Mayores de BC)* llamando a la Oficina del Defensor de las Personas Mayores. La oficina está abierta de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 4:30 p. m.

Área de Victoria: 250 952-3181

Llamada sin costo: 1 877 952-3181





## Asistencia domiciliaria

Las personas con discapacidades y los adultos mayores pueden necesitar ayuda adicional en su vida diaria. Algunas personas pueden dejar su casa y trasladarse a un lugar que les proporcione ayuda y atención médica. Estos lugares se denominan “vida asistida” u “hogares de cuidado a largo plazo”.

Algunas personas que necesitan cuidados adicionales quieren permanecer en su propia casa. Pueden recibir asistencia y apoyo médico de trabajadores que van a su casa. Este servicio se llama asistencia domiciliaria.

Hay muchas situaciones en las que la asistencia domiciliaria puede ayudar.

- Las personas con discapacidades y los adultos mayores pueden recibir asistencia domiciliaria para que puedan vivir en su propia casa el mayor tiempo posible.
- Las personas que cuidan de un familiar enfermo o discapacitado pueden contratar servicios de asistencia domiciliaria para que los ayuden y puedan descansar (relevo).
- A veces los enfermos pueden recibir atención en casa en vez de ir al hospital.
- Las personas que se acercan al final de su vida pueden recibir asistencia domiciliaria. Esto se llama cuidados paliativos.

Los servicios de asistencia domiciliaria proporcionan una ayuda adicional. Las personas con asistencia domiciliaria deben ser capaces de cuidarse a sí mismas con la ayuda de su familia, sus amigos y su comunidad.

Si no puede pagar la asistencia domiciliaria, el Gobierno puede cubrir (subsidiar) parte del costo. Para ser elegible para servicios subsidiados de atención domiciliaria y comunitaria, debe:

- ser ciudadano canadiense o residente permanente (o tener un permiso de residencia temporal otorgado por el ministro de inmigración federal);
- haber vivido en B.C. durante al menos 3 meses;
- tener 19 años o más.

[gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/home-community-care](http://gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/home-community-care)

La asistencia domiciliaria la prestan las autoridades de salud locales. Visite este sitio web y consulte el mapa para encontrar su autoridad de salud. Póngase en contacto con la oficina de atención domiciliaria de su área para saber si es elegible para recibir servicios de atención domiciliaria y comunitaria.  
[gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities](http://gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities)

Vancouver Coastal Health  
Área de Vancouver: 604 736-2033  
[vch.ca/your-care/home-community-care](http://vch.ca/your-care/home-community-care)

Fraser Health  
Llamada sin costo: 1 855 412-2121  
[fraserhealth.ca/Service-Directory/Services/home-and-community-care/home-and-community-care#.XqjeSy2ZOV4](http://fraserhealth.ca/Service-Directory/Services/home-and-community-care/home-and-community-care#.XqjeSy2ZOV4)

Island Health  
Área de Victoria: 250 370-8699  
Llamada sin costo: 1 877 370-8699  
[islandhealth.ca/our-services/home-care-services](http://islandhealth.ca/our-services/home-care-services)

Interior Health  
Área de Kelowna: 250 862-4200 y presione “2”  
[interiorhealth.ca/YourCare/HomeCommunityCare/Pages/default.aspx](http://interiorhealth.ca/YourCare/HomeCommunityCare/Pages/default.aspx)

Northern Health  
Área de Prince George: 250 565-2649  
Llamada sin costo: 1 866 565-2999  
[northernhealth.ca/services/home-community-care](http://northernhealth.ca/services/home-community-care)

## Alimentación sana para personas mayores

El manual *Healthy Eating for Seniors (Alimentación sana para personas mayores)* tiene recetas, planeación de menús e información sobre buena nutrición. El manual está disponible en inglés, francés, chino y punyabí.  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “Healthy Eating for Seniors Handbook” (Manual de alimentación sana para personas mayores).

Para solicitar un ejemplar gratuito del manual, visite [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca). Busque “Resource Order Form” (Formulario de pedido de recursos) o llame a HealthLink BC.  
Llamada sin costo: 8-1-1  
Teléfono de teletexto (TTY): 7-1-1



### Prevención de caídas

Las caídas son la principal causa de lesiones entre los adultos mayores y pueden ocasionar hospitalización y pérdida de independencia. La mayoría de las caídas se pueden prevenir. Puede prevenir las caídas si:

- hace una actividad física regular para desarrollar la fuerza y el equilibrio;
- se hace una revisión de los ojos con regularidad;
- pide a un farmacéutico o a un médico que revise sus medicamentos;
- cambia de lugar cosas con las que pueda tropezar o resbalar.

Aprender más sobre cómo prevenir las caídas y proteger su salud.

Coalición para la Prevención de Caídas y Lesiones de BC (Falls and Injury Prevention Coalition)

[findingbalancebc.ca](http://findingbalancebc.ca)

El Gobierno de B.C. tiene información sobre la prevención de caídas.

[gov.bc.ca/fallprevention](http://gov.bc.ca/fallprevention)

### Ability411

Ability411 tiene información sobre tecnologías y equipos que pueden ayudar a las personas mayores de B.C.

[ability411.ca](http://ability411.ca)

### Personas con discapacidades

Las personas con discapacidades pueden tener necesidades especiales de vivienda o empleo. Si tiene una discapacidad, puede encontrar programas de apoyo en su comunidad.

Póngase en contacto con Disability Alliance BC.

Área de Vancouver: 604 872-1278

Llamada sin costo: 1 800 663-1278

[disabilityalliancebc.org](http://disabilityalliancebc.org)

El Gobierno de B.C., agencias de la Corona y corporaciones ofrecen muchos apoyos y servicios a personas con discapacidades, incluyendo ayudas financieras por medio de la asistencia por discapacidad.

[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/services-for-people-with-disabilities](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/services-for-people-with-disabilities)

### Apoyo a personas que son LGBTQ2S+

Hay muchas organizaciones en B.C. que apoyan a las personas lesbianas, gais, bisexuales, transgéneros, queer y de dos espíritus. Estas organizaciones tienen actividades, información, asesoramiento y otros tipos de ayuda. Pueden ayudarlo en muchos idiomas. Para obtener más información sobre LGBTQ2S+, consulte la página 129.

En el área de Vancouver, puede comunicarse con el Centro de Recursos Queer (Queer Resource Centre) de B.C. (Qmunity).

Área de Vancouver: 604 684-5307

[qmunity.ca](http://qmunity.ca)

Los jóvenes LGBTQ2S+ pueden obtener información y asesoramiento en la Red Educativa del Orgullo (Pride Education Network).

[pridenet.ca](http://pridenet.ca)

Los padres de niños LGBTQ2S+ pueden obtener información y asesoramiento en Padres, Familias y Amigos de Lesbianas y Gais (Parents, Families, and Friends of Lesbians and Gays, PFLAG).

[pflagcanada.ca](http://pflagcanada.ca)

Encuentre un grupo PFLAG en su comunidad.

[pflagcanada.ca/pflag-chapters/british-columbia](http://pflagcanada.ca/pflag-chapters/british-columbia)

### La Oficina del Defensor del Pueblo

La Oficina del Defensor del Pueblo puede ayudar a las personas a resolver sus problemas con los servicios gubernamentales. Es una oficina independiente e imparcial (no sesgada), que forma parte de la legislatura provincial de B.C. Cuando las personas tienen denuncias sobre los servicios del Gobierno de B.C., la Oficina del Defensor del Pueblo investiga para averiguar lo sucedido. Hay servicios de interpretación en más de 150 idiomas. Todos los servicios son gratuitos.

Llamada sin costo: 1 800 567-3247

[bcombudsperson.ca](http://bcombudsperson.ca)

### Ayuda legal

Para obtener información sobre las leyes de B.C. y ayuda legal, consulte las páginas de la 127 a la 134.



# CONducIR

## Definiciones

### Seguro

- Seguro básico
- Comprar seguro adicional

### Licencia de conducir

- Licencia de conducir de otro país
- Solicitar una licencia de conducir nueva
- Escuelas de manejo

### Leyes de tránsito

- Conducción segura
- Conducción peligrosa
- Carriles especiales
- Multas de tránsito
- Multas por mal estacionamiento

## Accidentes vehiculares

- Presentar informes a la ICBC

## Comprar un automóvil o un camión

- Comprar a un distribuidor autorizado
- Comprar un vehículo usado a otra persona
- Garantías
- Obtener un préstamo

## Vehículos fuera de B.C.

## Alquiler de automóviles y automóviles compartidos



## Definiciones

**Deterioro:** cuando el juicio de una persona se ve afectado por el alcohol u otras drogas.

**Fecha de vencimiento:** cuando algo termina. Las licencias de conducir y los seguros vencen en una fecha determinada. Cuando pasan la fecha de vencimiento, es ilegal su uso. Los conductores tendrán que renovar su licencia o seguro antes de poder volver a conducir.

**Gravamen (Lien):** (se pronuncia "LEEN" en inglés) una deuda legal que está ligada a un objeto, como un automóvil. El gravamen significa que cuando el propietario vende el automóvil, se supone que debe pagar el dinero que debe. Entonces se elimina el gravamen. Si usted compra un vehículo que tiene un gravamen, es responsable de devolver el dinero adeudado. Puede comprobar si hay un gravamen sobre el automóvil antes de comprarlo.

**Licence / license (Licencia):** hay 2 formas de escribir esta palabra, y significan cosas diferentes. Usted puede **tener** una licencia (licence), y puede **estar** autorizado (licensed).

- Cuando "licence" se escribe con "ce" al final, se refiere a la tarjeta que se pone en la cartera. Muestra que tiene permiso para conducir en B.C.
- Cuando license (autorizado) se escribe con "se" al final, describe a alguien que tiene una licencia (permiso), por ejemplo, un distribuidor de automóviles con licencia.

**Membrete:** papel que se imprime con el nombre y el logotipo de una compañía.

**Renovar:** hacer que algo se vuelva nuevo otra vez. Si su licencia de conducir caduca el 31 de diciembre, debe renovarla antes de poder conducir el 1 de enero.

**Seguro:** contrato por el que una persona paga dinero a una compañía para proteger un objeto (como una casa o un automóvil). Si la casa o el automóvil sufren daños, la compañía de seguros pagará la reparación o la sustitución.



## Seguro

La Corporación de Seguros de Columbia Británica (Insurance Corporation of British Columbia, ICBC) es propiedad del Gobierno de B.C. ICBC:

- proporciona un seguro básico para el vehículo y se encarga de las reclamaciones de seguro en caso de accidente;
- examina a los nuevos conductores que desean obtener una licencia de conducir de B.C., y concede las licencias a los conductores que se han trasladado aquí desde otros países;
- confirma la identidad de una persona cuando obtiene una tarjeta de servicios de B.C., una licencia de conducir y una tarjeta de servicios sanitarios.

El sitio web de la ICBC tiene mucha información útil sobre conducir en Columbia Británica. Parte de la información está disponible en chino y punyabí.

Llamada sin costo: 1 800 663-3051

[icbc.com](http://icbc.com)

### Seguro básico

No debe conducir un automóvil sin seguro. Todos los automóviles registrados en B.C. deben tener un seguro básico de Autoplan. Si usted provoca un accidente, el seguro pagará los daños del automóvil del otro conductor. También cubre los gastos médicos de los heridos en el accidente.

Puede contratar el seguro Autoplan para su vehículo en cualquier oficina del corredor de Autoplan. Los corredores de Autoplan son negocios independientes que venden seguros de vehículos de la ICBC.

[icbc.com/locators](http://icbc.com/locators)

El seguro solo lo protege si lo compra antes de dañar su automóvil o tener un accidente. Hay muchos factores que influyen en el costo de su seguro de automóvil: quién conduce su automóvil, dónde reside, si utiliza su automóvil para trabajar y su historial de conducción.

Es importante que se indique el nombre de todas las personas que van a conducir el automóvil. Si un conductor que no figura en su póliza de seguro provoca un accidente mientras conduce su automóvil, es posible que tenga que pagar más dinero. Hable con su agente de Autoplan sobre la inclusión de conductores en la lista.

Si se muda a B.C., la ICBC puede reconocer hasta 15 años de su experiencia de conducción en otro país. Tendrá que llevar sus documentos de conducción a una oficina de licencias de conducir de la ICBC. [icbc.com/insurance/moving-travelling/Pages/Insurance-discount-for-new-residents.aspx](http://icbc.com/insurance/moving-travelling/Pages/Insurance-discount-for-new-residents.aspx)

Puede reservar una cita en línea. [icbc.com](http://icbc.com), busque "Book road test" (Reservar prueba de circulación).

### Comprar un seguro adicional

Si tiene un accidente, el seguro básico puede no ser suficiente para cubrir el costo. Puede contratar un seguro adicional para protegerse. Por ejemplo, puede contratar un seguro de colisión que cubra el costo de los daños de su automóvil, incluso si el accidente fue culpa suya. Pregunte a su corredor de Autoplan sobre el seguro adicional.





## Licencia de conducir



### Licencia de conducir de otro país

Puede utilizar su licencia de conducir hasta 90 días después de mudarse aquí. Debe solicitar su licencia de conducir de B.C. tan pronto como llegue a B.C. Es posible que tenga que esperar a que le llegue su nueva licencia por correo.

Si está de visita, puede utilizar su licencia de conducir de otro país hasta 6 meses. Después de 6 meses, se necesita una licencia de conducir válida de B.C. para conducir aquí.

Hay diferentes procesos para obtener una licencia de conducir de B.C. El proceso depende de la procedencia de su licencia de conducir original. Los conductores de algunos países pueden obtener una licencia de conducir sin necesidad de exámenes adicionales. Otros pueden necesitar pasar pruebas de conocimientos, de vista y de circulación.

[icbc.com](http://icbc.com), busque "Driver licensing" (Licencia de conducir).

Si su licencia de conducir no está en inglés, deberá presentar una traducción realizada por un traductor autorizado.

[icbc.com](http://icbc.com), busque "Language services" (Servicios lingüísticos). Desplácese hasta "Document Translation" (Traducción de documentos).

Cuando obtenga una licencia de conducir de B.C., deberá renunciar a su licencia anterior. [icbc.com](http://icbc.com), busque "Moving to BC" (Mudarse a BC).

Los estudiantes no necesitan obtener una licencia de conducir de B.C. si:

- tienen una licencia de conducir válida de otro país;

- están inscritos como estudiantes a tiempo completo en una institución que figura en esta página web:

[tools.canlearn.ca/cslogs-scpsc/clin-cln/reea-mdl/reea-mdl-1-eng.do?nom-name=BC](http://tools.canlearn.ca/cslogs-scpsc/clin-cln/reea-mdl/reea-mdl-1-eng.do?nom-name=BC)

Los trabajadores extranjeros temporales del Programa de Trabajadores Agrícolas Temporales (Seasonal Agricultural Workers Program) pueden utilizar una licencia de conducir válida de otro país durante un máximo de 12 meses. Después de 12 meses, deberá obtener una licencia de conducir de B.C.

Cuando conduzca, lleve siempre consigo su licencia de conducir. Un agente de policía puede pedirse la.

Conozca las reglas de conducción y las señales de tráfico en Columbia Británica. Algunas pueden ser las mismas en las que aprendió a conducir. Algunas pueden ser diferentes. Puede realizar una prueba de conocimientos de práctica en línea. [icbc.com](http://icbc.com), busque "Practice knowledge test" (Prueba de conocimientos de práctica).

Learn to Drive Smart tiene información sobre reglas, señales, carteles y marcados viaarios en B.C.

[icbc.com](http://icbc.com), busque "Learn to Drive Smart" (Aprenda a conducir de forma inteligente).

También puede realizar el examen de práctica en su teléfono inteligente. Descargue la aplicación Learn to Drive Smart en la tienda de aplicaciones.

### Solicitar una licencia de conducir nueva

- Para solicitar la licencia de conducir de B.C., debe tener 16 años o más.
- Si es menor de 19 años, necesitará el permiso (consentimiento) de sus padres o de su tutor legal. Pueden ir a la oficina de licencias de conducir con usted o puede traer un formulario de consentimiento firmado.
- Puede solicitar una licencia de conducir reservando una cita en una oficina de licencias de conducir de la ICBC. Visite [icbc.com](http://icbc.com) y busque "Find a service location" (Encontrar un lugar de servicio).
- Deberá llevar 2 identificaciones.
- Se necesitan distintos tipos de licencias para conducir diferentes tipos de vehículos en B.C. Por ejemplo, automóviles, motocicletas,



autobuses, camiones grandes y taxis tienen licencias diferentes.

### Programa gradual de licencias

B.C. tiene un Programa Gradual de Licencias. Usted debe pasar varios niveles para obtener los derechos de conducción completos. Si es su primera licencia de conducir, debe aprender primero las reglas básicas y los conocimientos de conducción. Una vez superada la prueba de conocimientos, podrá pasar al siguiente nivel. Este programa lo ayudará a ser un conductor más seguro. [icbc.com](http://icbc.com), busque "Graduated licensing" (Licencia de conducir gradual).

#### Etapa de aprendiz

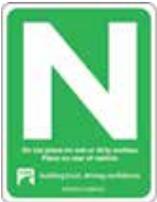


El primer paso para obtener la licencia de conducir de B.C. es obtener la licencia de aprendiz. Debe realizar un examen de conocimientos para demostrar que conoce las reglas de conducción de B.C. También debe hacerse una prueba de la vista.

Puede hacer una prueba de conocimientos en inglés, árabe, croata, farsi, francés, punyabí, ruso, chino simplificado y tradicional, español y vietnamita. Si necesita un traductor, consulte con la oficina de licencias de conducir de la ICBC.

La licencia de aprendiz tiene una validez de 2 años. Para poder realizar la prueba de circulación, es necesario que se practique la conducción con la licencia de aprendiz durante al menos 12 meses. Hay algunas cosas que todavía no puede hacer, como conducir entre la medianoche y las 5:00 a. m. Puede encontrar una lista de todas las reglas para la licencia de aprendiz en línea. [icbc.com](http://icbc.com), busque "Get your L" (Obtenga su L).

#### Etapa de principiante



Después de haber conducido durante 1 año con la licencia de aprendiz, podrá realizar una prueba de circulación para obtener el permiso de principiante. [icbc.com](http://icbc.com), busque "Get your N" (Obtenga su N).

Es necesario hacer una cita para realizar la prueba de carretera. Puede reservar su cita en línea.

Llamada sin costo: 1 888 715-7775 [icbc.com](http://icbc.com), busque "Book road test" (Reservar prueba de circulación).

Después de 2 años con la licencia de principiante, puede realizar una segunda prueba de carretera y obtener la licencia completa.

Es necesario pagar por las pruebas de conocimientos y de circulación. Después de aprobar la prueba de circulación, tendrá que pagar otra cuota para obtener la licencia de conducir.

[icbc.com](http://icbc.com), busque "fees" (tarifas).

### Escuelas de manejo

Si nunca ha tenido una licencia de conducir, le conviene tomar clases de conducción. La ICBC tiene una lista de escuelas de formación aprobadas. Es posible que encuentre un instructor de conducción (maestro) que hable su idioma.

[icbc.com](http://icbc.com), busque "Choose driving school" (Elegir una escuela de manejo).

### Recursos para conductores

Hay buenos recursos de conducción en línea.

- [drivebc.ca](http://drivebc.ca) y [Shiftintowinter.ca](http://Shiftintowinter.ca) tienen el estado de las carreteras y consejos de conducción actualizados.
- [drivebc.ca/directions.html](http://drivebc.ca/directions.html) le indicará la distancia a la que se encuentran otras ciudades y pueblos y el tiempo que tardará en llegar en vehículo.
- [hellobc.com/british-columbia/transportation-maps/maps.aspx](http://hellobc.com/british-columbia/transportation-maps/maps.aspx) dispone de mapas de ciudades y regiones de Columbia Británica.

## Leyes de tránsito

### Conducción segura

#### Cinturones de seguridad

El cinturón de seguridad puede protegerlo de lesiones o la muerte en caso de accidente. La ley en B.C. dice que todos los conductores y pasajeros (otras personas en su automóvil) deben usar el cinturón de seguridad. Si usted o sus pasajeros no llevan el cinturón de seguridad, la policía puede multarlo. Tendrá que pagar una multa.



### Asientos de seguridad para niños

Los niños pequeños deben ir sentados en un asiento de seguridad para niños. Nunca deben sentarse en el regazo de un adulto.

El asiento de seguridad para niños debe cumplir ciertos requisitos. El asiento de seguridad para niños debe:

- cumplir las normas de protección de los vehículos de motor de Canadá;
- ser aprobado por Transport Canada;
- ser nuevo, o casi nuevo. Los asientos de seguridad para niños tienen una fecha de caducidad. Por lo general, se encuentra en el costado o en el respaldo del asiento. Verifique que su asiento de seguridad para niños no haya caducado.
- ser canadiense. Si usted adquiere un asiento de seguridad para niños fuera de Canadá, es posible que no cumpla la normativa de protección canadiense.

También hay reglas sobre el uso de asientos de seguridad para niños:

- El asiento de seguridad para niños debe ir siempre en el asiento trasero. Nunca debe estar en el asiento delantero. Esto se debe a que el asiento delantero tiene una bolsa de aire. Si la bolsa de aire golpea el asiento de seguridad para niños, puede causar lesiones graves.
- Los niños menores de 9 años deben ir sentados en un asiento de seguridad para niños o en un asiento elevado.
- Los niños de entre 9 y 13 años deben sentarse en la parte trasera, no en la delantera.

### Bebés

- Hay un asiento de seguridad especial para bebés y niños muy pequeños. Está orientado hacia atrás (hacia la parte trasera del automóvil).



- Todos los bebés menores de 12 meses y que pesen hasta 9 kilos (20 libras) deben ir sentados en un asiento de seguridad orientado hacia atrás.

### Niños pequeños

- Los niños que tienen más de 12 meses y pesan entre 9 y 18 kilogramos (entre 20 y 40 libras) deben ir en un asiento de seguridad para niños.
- Los asientos de seguridad para niños deben estar correctamente instalados (asegurados o fijados) en el automóvil. Los asientos de seguridad para niños orientados hacia delante deben tener siempre un cinturón que lo ate a la carrocería del automóvil. Consulte las instrucciones del asiento de seguridad o del automóvil.



### Niños mayores

- Los asientos elevados se utilizan con los cinturones de seguridad regulares. Son para todos los niños que pesan más de 19 kilogramos (40 libras). Los niños menores de 9 años, o de 145 centímetros de altura (4 pies y 9 pulgadas), deben utilizar un asiento elevado.
- Todos los niños de 9 años o más deben utilizar los cinturones de seguridad regulares.





La Asociación de Automovilismo de BC (BC Automotive Association, BCAA) tiene mucha información sobre la protección de los niños. Visite el sitio web para:

- encontrar el asiento de seguridad adecuado para la edad y el tamaño de su hijo;
- ver videos sobre cómo instalar el asiento del automóvil de forma segura;
- aprender la forma correcta de abrochar su niño en el asiento.

El programa de protección de los pasajeros infantiles de la BCAA puede enseñarlo a colocar correctamente el asiento de seguridad para niños. Es posible que se realicen revisiones de los asientos de seguridad del automóvil (llamadas “clínicas”) en su comunidad. Voluntarios capacitados revisarán su asiento de seguridad y el manual del propietario de su automóvil.

Llamada sin costo: 1 877 247-5551  
[bcaa.com](http://bcaa.com), busque “Child car seat”  
 (Asiento de seguridad para niños).

### Para obtener más información

- La ICBC tiene información sobre los asientos de seguridad para niños. [icbc.com](http://icbc.com), busque “Child car seats” (Asientos de seguridad para niños).
- Transport Canada también tiene información sobre los asientos de seguridad para el automóvil. [tc.gc.ca](http://tc.gc.ca) Desplácese hasta “Child Car Seat Safety” (Protección de los asientos de seguridad para niños).

## Conducción peligrosa

### Conducción, alcohol y drogas

B.C. tiene leyes muy estrictas sobre conducción, alcohol, cannabis y otras drogas. Si usted conduce en estado de embriaguez (cuando su juicio se ve afectado por el alcohol u otras drogas), la policía puede detenerlo. Tendrá que pagar una multa. Puede perder su automóvil y su licencia de conducir. Incluso puede ir a la cárcel.

- [gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/road-safety-rules-and-consequences/drug-alcohol](http://gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/road-safety-rules-and-consequences/drug-alcohol)
- [icbc.com](http://icbc.com), busque “alcohol impaired” (afectado por alcohol) y “drug impaired” (afectado por drogas).

### Conducción distraída

Utilizar un dispositivo electrónico, como un teléfono móvil, mientras se conduce es una infracción de la ley en B.C. Esto se llama conducción distraída. La conducción distraída es una de las principales causas de los accidentes de tráfico en B.C. Si lo encuentran usando un teléfono móvil u otro dispositivo electrónico mientras conduce, puede recibir una multa y tener que pagarla. [icbc.com](http://icbc.com), busque “Distracted driving” (conducción distraída).

### Exceso de velocidad

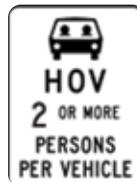
El exceso de velocidad es conducir más rápido de lo permitido. En la mayoría de las ciudades, el límite de velocidad en las carreteras principales es de 50 kilómetros por hora (km/h). Fuera de las ciudades y pueblos, el límite de velocidad suele ser mayor. Esté atento a las señales de límite de velocidad. El límite de velocidad suele ser de 30 km/h cerca de parques y escuelas. Si lo identifican en exceso de velocidad, le pueden poner una multa que debe pagar. Estas multas pueden ser muy elevadas. Si no paga la multa, es posible que no pueda renovar su licencia de conducir.

[icbc.com](http://icbc.com), busque “Speed” (Velocidad).

### Carriles especiales

En algunas ciudades, hay carriles especiales en las carreteras para las bicicletas. También puede haber carriles especiales para autobuses y vehículos con 2 o más personas. Se denominan carriles para vehículos de alta ocupación (HOV, por sus siglas en inglés). Los vehículos eléctricos y las motocicletas podrán utilizar algunos carriles para HOV. Algunas autopistas también tienen carriles para HOV.

Preste atención a los carriles especiales. Puede recibir una multa si conduce por el carril equivocado.





## Multas de tránsito

Si lo encuentran conduciendo con exceso de velocidad, saltándose un semáforo en rojo o utilizando un teléfono móvil u otro dispositivo electrónico mientras conduce, es posible que le pongan una multa y tenga que pagarla. También se le puede retirar la licencia de conducir y el automóvil por un tiempo. Si la policía lo para mientras conduce, quédese en su automóvil. El agente de policía se acercará a su automóvil para hablar con usted. No se baje del automóvil, a menos que se lo pidan.

Si le ponen una multa, no le pague al policía. Puede pagar la multa:

- con una cita en cualquier oficina de permisos de conducir de la ICBC;
- en la mayoría de los corredores de Autoplan;
- en cualquier centro de reclamaciones de la ICBC;
- en la secretaría de un tribunal provincial.

También puede pagar con cheque, por teléfono o en línea en PayBC ([pay.gov.bc.ca](http://pay.gov.bc.ca)).

[icbc.com](http://icbc.com), busque "Pay ticket" (pagar una multa).

Si cree que la multa es incorrecta, puede pedir que la anulen. Tiene que ir al tribunal y explicar por qué cree que la multa es incorrecta. Si el juez le da la razón, no tendrá que pagar la multa.

Si le ponen una multa por una infracción de tráfico, es posible que tenga que pagar más por el seguro del vehículo. También puede perder su licencia de conducir. Si no paga las multas, es posible que no se le permita obtener una nueva licencia de conducir o un seguro.

## Multas por mal estacionamiento

Revise las señales de la calle antes de estacionar el automóvil. Las señales le indicarán cuándo y dónde puede estacionarse. En muchos lugares, el estacionamiento solo está permitido a determinadas horas. Por ejemplo, algunas señales y parquímetros dicen: "Prohibido estacionarse entre las 3:00 p. m. y las 6:00 p. m.". Algunos lugares de estacionamiento tienen máquinas (parquímetros) donde se paga por estacionarse. No se puede estacionar delante de las paradas de autobús ni delante de las bocas de riego (tuberías de agua para apagar incendios).



Algunas plazas de estacionamiento están reservadas para personas con discapacidad física. Están marcadas por una señal y suelen estar cerca de la entrada de un edificio. Solo las personas con permiso de estacionamiento para discapacitados pueden estacionarse allí. Hable con su médico si necesita un permiso.

Si se estaciona en una área prohibida, en una hora incorrecta o no paga lo suficiente por





un lugar de estacionamiento, le puede poner una multa que tendrá que pagar. Le pueden remolcar el automóvil. Si le remolcan el automóvil, debe pagar para recuperarlo.

Si le ponen una multa por mal estacionamiento, debe pagarla lo antes posible. En muchas comunidades, tendrá que pagar más dinero (una cuota de retraso o una multa) si no paga la multa en un plazo de 14 días.

## Accidentes vehiculares

Si tiene un accidente, siga los siguientes pasos.

1. Llame al 9-1-1 si alguien está herido.
2. Retire sus vehículos de la carretera (si es seguro hacerlo).
3. No hable de quién o qué causó el accidente.
4. Escriba esta información:
  - nombre, dirección y número de teléfono de cada conductor;
  - número de licencia de conducir de cada conductor;
  - número de matrícula del vehículo de cada conductor;
  - información sobre el seguro de los vehículos no asegurados por la ICBC;
  - fecha, hora y lugar del accidente;
  - condiciones meteorológicas;
  - el sentido en el que viajaban usted y los demás conductores;
  - donde usted y cualquier otro vehículo estaban.
5. Si es posible, tome fotos de los daños del vehículo y del lugar del accidente. Puede utilizar la cámara de su teléfono.
6. Entregue sus datos al otro conductor.
7. Consiga el nombre, la dirección y el número de teléfono de cualquier persona que haya visto el accidente (un testigo).
8. Si tiene una cámara de tablero en su vehículo, puede guardar el video de antes, durante y después del choque.

## Presentar informes a la ICBC

Si tiene un accidente, informe a la ICBC. Esto se llama una reclamación de seguro. Si su reclamación es aceptada, la ICBC pagará

la reparación de los daños. Si se ha lesionado, la ICBC lo ayudará a asegurarse de que recibe la atención y el apoyo que necesita para su recuperación. Si hay daño en su automóvil, la ICBC también le indicará cómo obtener una estimación de los daños (cuánto costará arreglar su automóvil) y dónde puede arreglarlo.

Puede llamar a la ICBC las 24 horas del día, los 7 días de la semana. También puede hacer algunos tipos de reclamaciones en línea. La ICBC ofrece servicio de interpretación gratuito disponible en 170 idiomas por teléfono. También tienen líneas telefónicas de atención en chino y punyabí.

Para hacer la reclamación  
 Metro Vancouver: 604 520-8222  
 Llamada sin costo (B.C., Canadá y Estados Unidos): 1 800 910-4222  
[icbc.com](http://icbc.com), busque "Report a claim"  
 (Hacer una reclamación).

## Comprar un automóvil o un camión

### Comprar a un distribuidor autorizado

Una compañía que vende vehículos (automóviles y camiones) se denomina distribuidor o concesionario. Los concesionarios venden vehículos nuevos y usados. En B.C., los distribuidores que venden vehículos al público deben tener una licencia emitida por la Autoridad de Venta de Vehículos (Vehicle Sales Authority, VSA). Los distribuidores autorizados deben tener una licencia de la VSA en su puerta. Deben tener un certificado en su oficina que esté a la vista. Los vendedores autorizados tienen una tarjeta de licencia de la VSA.

Puede averiguar si un distribuidor o vendedor está registrado mediante una consulta en línea. [publicregistry.mvsabc.com](http://publicregistry.mvsabc.com)

Un distribuidor autorizado debe informarle del historial del vehículo. Deben asegurarse de que el vehículo cumple con la *Ley de vehículos motorizados*. Si compra un vehículo a un distribuidor autorizado y tiene un problema después de la venta, la VSA puede ayudarlo a resolverlo.



Busque en internet para encontrar un distribuidor autorizado en su comunidad. La mayoría de los distribuidores tienen un sitio web con precios e información sobre sus vehículos. Los distribuidores también pueden anunciarse en periódicos y en otros sitios web. La ley dice que los distribuidores deben mostrar el precio completo en el anuncio. Puede haber gastos adicionales, como un cargo por procesamiento de documentos. Los gastos adicionales también deben figurar en el anuncio. Asegúrese de preguntar por los gastos adicionales antes de acordar un precio final.

Visite el sitio web de la Autoridad de Venta de Vehículos para obtener más información sobre la compra de vehículos. Hay videos en inglés, cantonés, mandarín y punyabí. [mvsabc.com](http://mvsabc.com), en el menú "Consumer" (Consumidor), busque el video "Buying at a dealership" (Comprar en un concesionario).

### **Comprar un vehículo usado a otra persona**

No es necesario ir a un concesionario para comprar un automóvil. También puede comprar un automóvil directamente a su

propietario. Los vehículos en venta por el propietario se anuncian en los periódicos y en internet.

Tenga cuidado: muchas personas que dicen vender su propio automóvil son "curbers" (personas que arreglan automóviles para venderlos). Los curbers son comerciantes sin licencia. Pueden tener precios más bajos, pero hay más riesgo para usted. Por ejemplo, puede que el automóvil no sea seguro o que pertenezca a otra persona. Los curbers no tienen los mismos requisitos legales que los distribuidores autorizados. Si tiene un problema con un automóvil de un curber, no podrá obtener ayuda de la VSA.

#### **Antes de comprar:**

- Investigue e infórmese sobre el automóvil que le interesa. Asegúrese también de saber cuánto dinero puede gastar. Si usted cambia de opinión, es posible que no pueda devolver el automóvil ni obtener un reembolso. Decida qué tipo de vehículo necesita antes de firmar un contrato. Piense en la protección del vehículo, el rendimiento de la gasolina por millaje, los gastos de mantenimiento





y las características adicionales (como aire acondicionado o una cámara de marcha atrás). Compare automóviles y precios en internet o visite varios distribuidores. Puede negociar con el vendedor un precio más bajo.

- Verifique el historial del vehículo para saber si ha sufrido un accidente o tiene otros problemas. Puede obtener un informe sobre el historial de un automóvil en [icbc.com](http://icbc.com) o [carfax.ca](http://carfax.ca). La revisión del historial del automóvil tiene un costo. Si usted va a comprar a un distribuidor autorizado, pídale que le muestre el informe del historial del automóvil. Si el vehículo es de segunda mano, deberá pagar a un mecánico cualificado para que inspeccione (revise) el vehículo por usted.
- Lleve siempre el vehículo a una prueba de conducción antes de comprarlo. Revise los neumáticos y pruebe todas las funciones (por ejemplo, las luces y los limpiaparabrisas). Si no se siente cómodo comprando un automóvil solo, lleve a un amigo que tenga experiencia en la compra de autos.  
Para obtener más información, visite la sección Guía de compra del sitio web de la Autoridad de Venta de Vehículos de Columbia Británica. [mvsabc.com](http://mvsabc.com), en el menú “Consumers” (Consumidores), busque “Buying Guide” (Guía de compra).

También puede informarse en la ICBC. [icbc.com](http://icbc.com), busque “Buy used vehicle” (Comprar vehículo usado).

- No pague un depósito (parte del pago por adelantado), a menos que esté seguro de que va a comprar el vehículo. Si usted paga un depósito, pregunte para qué es y si puede recuperar su dinero. Consiga la información importante en documentos escritos: por ejemplo, un recibo que diga que pagó el depósito y la lista de términos y condiciones.
- Las personas suelen obtener un préstamo (pedir prestado) para comprar un automóvil. A veces, alguien puede vender su automóvil antes de terminar de pagar su préstamo. Si usted compra el automóvil, es posible que tenga que pagar el préstamo del vendedor. A esto se le llama gravamen. Antes de comprar un automóvil, deberá

identificar si tiene gravámenes. Necesitará el año, la marca (modelo) y el número de identificación del vehículo (VIN, por sus siglas en inglés). Se paga una cuota por la búsqueda de un gravamen. Este servicio está incluido en el informe de CARFAX. Los distribuidores autorizados no deben vender automóviles con gravámenes.  
[carfax.ca](http://carfax.ca)

Para obtener más información, visite el sitio web de Servicios de registro de BC (BC Registry Services).  
[bcregistryservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page](http://bcregistryservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page)

## Garantías

Disponer de una garantía significa que el distribuidor sustituirá o reparará determinadas piezas de forma gratuita o a un precio inferior. Los automóviles nuevos tienen una garantía de la compañía que los fabricó. Los vehículos usados pueden tener una garantía del concesionario que los vende. Hay muchos tipos de garantías y cubren cosas diferentes. Antes de comprar un automóvil, averigüe si existe una garantía, qué cubre y cuánto dura.

## Obtener un préstamo

Puede pedir dinero prestado para comprar un vehículo. Pida un préstamo de automóvil a un banco o a una cooperativa de crédito. Un concesionario también puede prestarle dinero. A veces se denomina “financiamiento interno”. Compare las tasas de interés en varios lugares. Antes de tomar un préstamo, asegúrese de leer y comprender todas las términos y condiciones. Si necesita ayuda, póngase en contacto con su banco o su agencia de asentamiento.

Antes de firmar el contrato o de marcharse, asegúrese de que todas las promesas hechas por el vendedor y el distribuidor están escritas en el acuerdo de compra. Obtenga copias de todo lo que firme. Guarde estos documentos en un lugar seguro. No se vaya del concesionario con un vehículo si las términos del préstamo o el acuerdo de compra no son definitivas. No se apresure al leer y firmar documentos legales. Si se le escapa algo, podría costarle mucho tiempo y dinero en el futuro.



## Vehículos fuera de B.C.

Si usted compra o trae un vehículo de fuera de B.C., debe pagar para que lo inspeccionen antes de poder matricularlo y obtener un seguro. Póngase en contacto con un corredor de Autoplan para saber qué debe hacer para introducir un vehículo en (importar) B.C. También puede visitar el sitio web de ICBC. [icbc.com](http://icbc.com), busque “Import vehicle” (Importar un vehículo).

## Alquiler de automóviles y automóviles compartidos

Tener un automóvil puede resultar costoso. Tiene que pagar el automóvil, el seguro, la gasolina y sus cuidados. Si no se necesita utilizar un automóvil muy a menudo, puede alquilar uno o unirse a un grupo de automóvil compartido.

Puede alquilar automóviles, camiones y furgonetas en una compañía de alquiler. Las compañías de alquiler de vehículos son negocios privados. La mayoría de los alquileres de vehículos cobran una tarifa diaria. También deberá pagar su propia gasolina y seguro. No se puede alquilar un vehículo sin seguro.

En una red de automóviles compartidos, los automóviles son propiedad de un grupo de personas, un negocio o una cooperativa. Usted paga una cuota para alquilar el automóvil. También puede pagar una cuota para unirse a la red. La cuota de alquiler en una red de automóviles compartidos puede costar menos que tener un automóvil propio. A menudo, la compañía de automóviles compartidos paga la gasolina, el seguro y el mantenimiento.

Busque en internet compañías de alquiler de automóviles y de automóviles compartidos. En el área de Vancouver, visite [translink.ca](http://translink.ca) y busque “Car sharing” (Compartir automóvil).





# EMPLEO Y ACTIVIDAD COMERCIAL

## Definiciones

### Número de Seguro Social

### Buscar empleo

Dónde buscar empleo

### Cómo postularse para un empleo

Solicitudes  
Referencias  
Verificación de antecedentes penales  
Currículum  
Entrevistas de empleo  
Perfiles profesionales  
Servicios para inmigrantes cualificados

### Obtener el certificado para trabajar en B.C.

¿Tengo que estar certificado?  
Averigüe si necesita estar certificado para ejercer su oficio  
Obtener la certificación  
A la espera de los resultados  
Formación adicional  
Cómo obtener ayuda

## Trabajar

Afiliación a un sindicato  
Leyes sobre el trabajo  
Horas de trabajo y horas extra  
Tiempo libre  
Obtener su pago  
Deducciones  
Sueldo mínimo  
Los niños y el trabajo  
Vacaciones  
Días festivos  
Tomar tiempo libre del trabajo

## Pérdida del empleo

Despido  
Cesantía  
Renuncia  
Seguro de Empleo (EI)  
Ayuda a los ingresos

## Si se lesiona en el trabajo

## Discriminación y acoso

## Iniciar su propio negocio



### Definiciones

**Autoridad reguladora:** organización que establece las reglas de un sector o empleo.

**Certificación:** algunos empleos requieren que los trabajadores tengan cierta educación o formación. Esto se llama "certificación". Las personas sin estos conocimientos no pueden trabajar en la profesión. La persona debe estar certificada para trabajar en estos puestos.

**Colega:** una persona con quien trabaja.

**Confidencial:** cuando alguien comparte información con otra persona, y esa información se mantiene privada. No se comparte con nadie más.

**Culminación de la relación laboral, cesantía:** cuando se termina un empleo o cuando una compañía pone fin al empleo de una persona.

**Cónyuge:** marido o esposa.

**Despido:** destituir a un trabajador del empleo.

**Empleado:** alguien que trabaja en una compañía o para una persona.

**Empleador:** alguien que contrata a una persona para que trabaje para él.

**Indemnización:** pago a una persona que se ha lesionado o está desempleada.

**Industria regulada:** trabajo que tiene reglas específicas sobre las cualificaciones que necesitan las personas para trabajar en la industria.

**Mediación:** trabajar con 2 personas o grupos para encontrar una solución para ambas partes.

**Postsecundaria:** educación formal después de la escuela secundaria. Puede ser en colegios universitarios, universidades o instituciones.

**Referencias:** personas que lo conocen y pueden recomendarlo como buen arrendatario o empleado.



## Número de Seguro Social

Necesitará un Número de Seguro Social (SIN) para trabajar en Canadá. También necesita un SIN para usar programas y beneficios del Gobierno. Póngase en contacto con el Gobierno de Canadá para saber cómo solicitar su SIN y qué documentos necesitará para pedirlo.

[Canada.ca/social-insurance-number](http://Canada.ca/social-insurance-number)

Llamada sin costo: 1 866 274-6627

Su SIN es confidencial (privado). Tiene información importante sobre usted.

Aprenda a proteger su SIN.

[esdc.gc.ca/en/sin/protect.page](http://esdc.gc.ca/en/sin/protect.page)

## Buscar empleo

### Dónde buscar empleo

#### WorkBC

WorkBC forma parte del Gobierno de B.C. Puede visitar el sitio web para buscar empleo y conocer las diferentes carreras. También puede informarse sobre la economía, las industrias y el mercado laboral de B.C. Puede obtener información sobre servicios de empleo y programas de formación laboral disponibles.

[WorkBC.ca](http://WorkBC.ca)

Hay muchos recursos para los recién llegados a B.C.

[workbc.ca/Resources-for/New-to-B-C.aspx](http://workbc.ca/Resources-for/New-to-B-C.aspx)

#### Servicios de empleo de WorkBC

El personal del centro de WorkBC ayuda a las personas a encontrar empleo y postularse. Tienen recursos gratuitos que puede utilizar para encontrar trabajo. A veces proporcionan financiamiento para cosas que podría necesitar para trabajar, como un pase de autobús o botas de trabajo. Pueden ofrecer oportunidades de formación y experiencia laboral. Las personas que utilizan los servicios del centro de WorkBC pueden ser elegibles para una ayuda para los gastos de manutención.

Los centros de WorkBC ofrecen:

- planificación, apoyo y talleres para ayudarlo a encontrar empleo;
- formación para desarrollar sus habilidades;
- experiencia laboral;

- servicios para personas que quieren trabajar por su cuenta;
- ayuda en la búsqueda de empleo, en la preparación de un currículum, en el contacto con los empleadores y en la preparación de una entrevista de empleo;
- tecnología de asistencia y otros apoyos para personas con discapacidades;
- apoyo financiero para participar en servicios y comenzar un empleo, incluyendo cuidado infantil, transporte, ropa y herramientas de empleo esenciales e interpretación lingüística.

Encuentre el centro de WorkBC más cercano a usted.

[WorkBCCentres.ca](http://WorkBCCentres.ca)

#### Otros recursos

- Hable con su agencia local de asentamiento. Pueden organizar talleres sobre habilidades para la búsqueda de empleo, derechos y responsabilidades de los empleados y cultura laboral canadiense. Las agencias de asentamiento tienen talleres en muchos idiomas. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
  - Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- La bolsa de empleo de WorkBC tiene ofertas de empleo e información profesional.  
[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs.aspx)
- El sitio web de la bolsa de empleo federal también cuenta con anuncios de empleo e información profesional.  
[jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca)
- Es posible que sea elegible para programas de empleo que lo ayuden a encontrar trabajo.  
[workbc.ca/Employment-Services/Labour-Market-Programs.aspx](http://workbc.ca/Employment-Services/Labour-Market-Programs.aspx)



- El Centro de Información para Inmigrantes Cualificados (Skilled Immigrant InfoCentre) dispone de información y programas de empleo. Encuentre información en línea o visite en persona. La oficina está en la Biblioteca Pública de Vancouver. Dirección: 350 West Georgia Street, Vancouver  
Sitio web: [pwp.vpl.ca/siic](http://pwp.vpl.ca/siic)
- Dígales a sus amigos, parientes, maestros, vecinos y consejeros que está buscando empleo. Pueden compartir ideas o presentarlo a empleadores.
- Su periódico local puede tener anuncios de empleo. Lea la sección de Clasificados. También puede buscar en la sección de Clasificados del sitio web del periódico.
- Algunos negocios colocan carteles en puertas y ventanas en busca de trabajadores. Muchas tiendas, cafés y restaurantes lo hacen. Busque carteles que digan “help wanted” (se busca ayuda), “hiring” (se contrata) o “seeking” (se busca). Los negocios también pueden colocar carteles en bibliotecas, centros de recreación y tiendas de comestibles.
- Si hay una compañía que le gusta, puede preguntar si están contratando. Puede visitar su oficina, llamar por teléfono o enviar un correo electrónico.
- Muchas grandes compañías tienen departamentos especiales (equipos) que contratan a nuevos trabajadores. Se trata del departamento de personal o de Recursos Humanos (RR. HH.). Por ejemplo, un hospital, un hotel o una escuela pueden tener un departamento de RR. HH. Para encontrar empleo en las grandes compañías, póngase en contacto con el departamento de RR. HH.
- El sector de servicios públicos es el mayor empleador de B.C. Visite el sitio web para conocer las oportunidades profesionales y ver las ofertas de empleo.  
[gov.bc.ca/gov/content/careers-myhr/job-seekers](http://gov.bc.ca/gov/content/careers-myhr/job-seekers)
- Si usted necesita encontrar un empleo cualificado en B.C que requiera de su educación y experiencia de su país de origen, el programa Trayectorias Profesionales para Inmigrantes Cualificados

(Career Paths for Skilled Immigrants) puede ayudarlo.

[welcomebc.ca/Work-or-Study-in-B-C/Work-in-B-C/Employment-Language-Programs](http://welcomebc.ca/Work-or-Study-in-B-C/Work-in-B-C/Employment-Language-Programs)

## Cómo postularse para un empleo

### Postulaciones

La mayoría de las compañías esperan que complete una solicitud. Deberá indicar su dirección, número de teléfono, historial laboral y referencias (información de contacto de las personas para las que ha trabajado). Asegúrese de tener toda la información que necesita antes de completar un formulario de solicitud. Algunas compañías aceptan su postulación en persona. Otras solo aceptan postulaciones en línea.

El sitio web de WorkBC tiene información sobre solicitudes de empleo. Puede aprender a redactar un currículum, a prepararse para una entrevista, a establecer redes de contactos (conocer a personas que pueden ayudarlo a encontrar empleo) y a utilizar las redes sociales para encontrar empleo.  
[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx)

### Referencias

Antes de empezar a buscar empleo, busque algunas referencias. Las referencias son personas que lo conocen y pueden recomendarlo para un empleo. Los empleadores pueden ponerse en contacto con sus referencias para preguntar por sus cualificaciones. Deberá dar sus nombres e información de contacto (número de teléfono y dirección de correo electrónico) cuando se postule para un empleo. Pregunte a sus exempleadores y exarrendadores si pueden ser sus referencias.

Si usted es nuevo en Canadá, es posible que no tenga referencias aquí. El trabajo voluntario puede ayudarlo a adquirir experiencia laboral local y a conocer personas que le servirán de referencia. Para obtener información sobre voluntariado, consulte la página 29.

Un centro de WorkBC puede ayudarlo a encontrar experiencia de voluntariado.  
[WorkBCCentres.ca](http://WorkBCCentres.ca)



## Verificación de antecedentes penales

Algunos empleadores pueden pedir una verificación de antecedentes penales. La verificación de antecedentes penales es un informe oficial de la policía. Indica si ha sido condenado (declarado culpable) por un acto delictivo (infringir la ley). Si tiene antecedentes penales, aún puede encontrar trabajo. Sin embargo, algunos empleadores no contratan personas con antecedentes penales, por ejemplo, escuelas y compañías de cuidado infantil. Puede solicitar una verificación de antecedentes penales en línea.

[justice.gov.bc.ca/eCRC/home.htm](http://justice.gov.bc.ca/eCRC/home.htm)

## Currículum

Muchas compañías piden un currículum y una carta de presentación cuando se solicita un empleo. El currículum describe su experiencia laboral y su educación. Dice cuándo tuvo un empleo y qué hizo. El formato y el contenido de los currículums pueden ser diferentes según el tipo de empleo al que se postule.

Una carta de presentación es una breve carta dirigida al empleador. Deberá escribir por qué quiere el empleo y por qué será bueno

en este. La carta de presentación es muy importante. Permite al empleador conocerlo mejor. También demuestra lo bien que se comunica. Hay reglas especiales para una carta de presentación. Por ejemplo, una carta de presentación debe tener 1 página o menos. También debe tener su información de contacto completa: su nombre, número de teléfono, dirección de correo electrónico y dirección de domicilio.

Averigüe cómo desea la compañía recibir su currículum y su carta de presentación: por correo electrónico, a través de un sitio web o impreso en papel.

Visite el sitio web de WorkBC para aprender a redactar su currículum y su carta de presentación.

[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx)

Los centros de WorkBC también ofrecen talleres gratuitos. Visite el sitio web para encontrar un centro cerca de usted.

[WorkBCCentres.ca](http://WorkBCCentres.ca)

La sección de búsqueda de empleo del banco de empleo de Canadá tiene información sobre cómo redactar un currículum.

[jobbank.gc.ca/findajob/resume-builder](http://jobbank.gc.ca/findajob/resume-builder)





### Entrevistas de empleo

Si está cualificado y al empleador le interesa su currículum y su carta de presentación, es posible que lo invite a una entrevista. Se trata de una reunión para que el empleador sepa más sobre usted. Las entrevistas suelen realizarse en la sede del empleador, pero también pueden hacerse por teléfono o por internet. El empleador le preguntará sobre su educación, sus habilidades y su experiencia laboral. Pueden preguntar cosas como:

- ¿Por qué quiere trabajar aquí?
  - ¿Por qué piensa que usted es la mejor persona para el puesto?
  - Hábleme de usted.
  - Hábleme de otros trabajos que haya tenido.
- Los empleadores quieren que les explique sus habilidades. Practique cómo responder preguntas antes de la entrevista.

Los empleadores también quieren que se preocupe por su negocio. Infórmese sobre la compañía antes de la entrevista.

En la entrevista, usted también puede hacerle preguntas al empleador. Pregunte por funciones del empleo, sueldos, horario de trabajo, beneficios y vacaciones.

Obtenga más información sobre currículums, cartas de presentación y entrevistas de empleo en el sitio web de WorkBC.

[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx)

También hay información en el sitio web del banco de empleo de Canadá.

[jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca), haga clic en "Job search" (Búsqueda de empleo) y "Career planning" (Planificación de carrera) en el menú.

### Perfiles profesionales

WorkBC tiene información sobre más de 500 empleos diferentes. Responde muchas preguntas sobre trabajos y carreras específicas en B.C. Puede conocer sobre condiciones de empleo y requisitos del puesto, sueldos y más.

[workbc.ca/Jobs-Careers/Explore-Careers.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Explore-Careers.aspx)

### Servicios para inmigrantes cualificados

Puede utilizar sus habilidades, experiencia, educación y credenciales para trabajar en Canadá.

El Centro de Información para Inmigrantes Cualificados (Skilled Immigrant InfoCentre) puede ayudarlo a encontrar información sobre empleos específicos. Pueden informarle sobre las diferentes oportunidades profesionales en su campo (industria). También apoyan a los inmigrantes que inician un negocio. Encuentre información en línea o visite en persona. La oficina está en la Biblioteca Pública de Vancouver.

350 West Georgia Street, Vancouver  
[pwp.vpl.ca](http://pwp.vpl.ca)

Career Paths for Skilled Immigrants (Trayectorias Profesionales para Inmigrantes Cualificados) ayuda a los profesionales a utilizar sus habilidades, formación y cualificaciones extranjeras para trabajar en B.C. Pueden ayudarlo a conseguir trabajos que se ajusten a su experiencia y formación. También ofrecen:

- formación lingüística relacionada con el empleo;
- planificación y asesoramiento de la carrera profesional;
- evaluación (verificación) de credenciales y experiencia;
- comunicación con autoridades reguladoras;
- remisiones a empleadores y mentores;
- ayuda financiera para pagar formación profesional o licencias;
- oportunidades de experiencia laboral en Canadá, por ejemplo, a través de programas de estudio y empleo o empleos temporales.

Si su ocupación no se ejerce en B.C. o sus cualificaciones no están reconocidas en B.C., Career Paths for Skilled Immigrants puede ayudarlo a encontrar otras opciones. [WelcomeBC.ca](http://WelcomeBC.ca), busque "Career Paths for Skilled Immigrants" (Trayectorias Profesionales para Inmigrantes Cualificados).



## Obtener un certificado para trabajar en B.C.

Algunos trabajos en B.C. están regulados. Esto significa que las personas necesitan una educación y formación especiales para realizar estos trabajos, y tienen que demostrar que tienen las habilidades y la formación requeridas. Esto se llama certificación.

Si desea trabajar en un empleo regulado, tendrá que demostrar que la educación recibida cumple los requisitos en Canadá. Tendrá que comprobar su certificación y es posible que tenga que recibir más educación o formación para trabajar ahí.

### ¿Tengo que estar certificado?

Si alguno de estos casos se aplica a usted, debe averiguar si necesita estar certificado para trabajar en B.C.:

- asistió a la universidad;
- asistió al colegio universitario;
- tuvo una capacitación de aprendizaje;
- obtuvo un certificado, diploma o título relacionado con su trabajo;
- se registró para poder utilizar un título (por ejemplo, Doctor o Profesor);
- necesitó una licencia, un registro o una certificación para su trabajo anterior.

Tenga en cuenta que: Hay otras palabras que significan "certificado". Entre ellas se incluyen, "autorizado", "designado", "con licencia", "miembro" o "registrado".

## Averigüe si necesita estar certificado para ejercer su oficio

1. Vaya a [jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca)
2. Haga clic en "Career Planning" (Planificación profesional) y, a continuación, en "Job Profiles" (Perfiles de empleo).
3. Escriba el nombre de su empleo / carrera. Verá una lista de empleos. Elija el nombre del empleo que más se parezca al suyo.
4. A continuación, elija el área: "Province of British Columbia" (Provincia de Columbia Británica). Haga clic en "Search" (Buscar).
5. Debajo del nombre de un empleo, haga clic en "Requirements" (Requisitos). Lea la información sobre "Professional certification and licensing" (Certificación y licencias profesionales). Puede ver un enlace llamado "Regulatory body" (Organismo regulador) (también llamado "Regulatory Authority" [Autoridad reguladora]). Esta es la oficina que elabora las reglas de certificación. Haga clic en el enlace para encontrar información sobre cómo obtener la certificación.
6. La bolsa de empleo dirá si su ocupación está regulada en B.C.

Los puestos de empleo con el mismo nombre pueden ser diferentes en distintos países. Puede ser difícil compararlos. Trabajos que pueden no requerir certificación en otro país pueden requerirla en Canadá. Incluso puede ser diferente según la parte de Canadá en la que se encuentre o para quién trabaje (por ejemplo, los asistentes de atención médica).





### Obtener la certificación

Para obtener la certificación, debe solicitarla a la autoridad reguladora correspondiente. En su sitio web se suele indicar cómo hacerlo. Deberá enviar los documentos oficiales de su país. Debe iniciar su solicitud tan pronto como pueda. Algunas autoridades reguladoras le permitirán presentar la solicitud antes de venir a Canadá. Si no es así, debe solicitarlo justo después de llegar.

1. Lea atentamente sobre el registro y la adhesión (“membership” [afiliación]) en el sitio web.
2. Comuníquese con la autoridad reguladora por teléfono o correo electrónico. Pregunte por sus documentos y formación en el extranjero.
3. Prepare sus documentos para la solicitud. Hable con la autoridad reguladora antes de traducir o evaluar sus documentos. La autoridad puede tener reglas sobre dónde acudir a este servicio.
4. Pregunte si tiene que hacer un examen o proporcionar una referencia de su anterior empleador.
5. Reúna el dinero para pagar los gastos. Puede costar cientos, o incluso miles, de dólares. Si no dispone de dinero, es posible que pueda obtener un préstamo a bajo interés para ayudarlo a pagar las cuotas. Estos programas proporcionan ayuda financiera:
  - El programa Career Paths for Skilled Immigrants [WelcomeBC.ca](http://WelcomeBC.ca), busque “Career Paths for Skilled Immigrants” (Trayectorias Profesionales para Inmigrantes Cualificados).
  - Préstamos para el reconocimiento de credenciales extranjeras (Foreign Credential Recognition Loans)
    - SUCCESS: [successbc.ca/fcr](http://successbc.ca/fcr)
    - PICS: [pics.bc.ca/programs/employment/foreign-credential-recognition/](http://pics.bc.ca/programs/employment/foreign-credential-recognition/)
    - ISSBC: [issbc.org/our-services/fcrloans](http://issbc.org/our-services/fcrloans)

### A la espera de los resultados

Su solicitud puede tardar varios meses en ser evaluada. Durante este tiempo, la autoridad reguladora puede:

- contactar sus referencias y empleadores anteriores para verificar su experiencia;
- poner a prueba sus habilidades laborales;
- entrevistarlo;
- solicitar más documentos o información.

Debe recibir su certificación antes de poder ser contratado y empezar a trabajar en un empleo certificado en B.C.

### Formación adicional

Es posible que necesite tomar más formación para trabajar en un sector certificado en B.C. Esto se denomina “upgrading” (cursos de mejora) o “bridge training” (formación puente). Pregunte a una autoridad reguladora o a un empleador qué tipo de cursos de mejora o puente necesitará.

### Cómo obtener ayuda

El programa Career Paths for Skilled Immigrants (Trayectorias Profesionales para Inmigrantes Cualificados) puede ayudar a que sus cualificaciones sean evaluadas y reconocidas en Canadá. También puede ayudarlo a solicitar licencias profesionales. Si su ocupación no se ejerce en B.C. o sus cualificaciones no están reconocidas en B.C., Career Paths for Skilled Immigrants puede ayudarlo a encontrar otras opciones. [WelcomeBC.ca](http://WelcomeBC.ca), busque “Career Paths for Skilled Immigrants” (Trayectorias Profesionales para Inmigrantes Cualificados).

El Centro de Información para Inmigrantes Cualificados (Skilled Immigrant InfoCentre) puede ofrecerle información sobre empleos y oportunidades profesionales específicos. También pueden ayudarlo a empezar un negocio. Encuentre información en el sitio web. Si reside en el área de Vancouver, puede visitar la oficina en la Biblioteca Pública de Vancouver, 350 West Georgia Street, Vancouver [pwp.vpl.ca/siic](http://pwp.vpl.ca/siic)

### Información adicional

- WelcomeBC tiene información sobre empleos regulados y credenciales extranjeras. También puede leer historias de inmigrantes y sus experiencias en B.C. [welcomebc.ca/fqr](http://welcomebc.ca/fqr)



- WorkBC tiene información sobre los programas de empleo y cursos de mejora. [workbc.ca/labourmarketprograms](http://workbc.ca/labourmarketprograms)
- Póngase en contacto con un centro de WorkBC para solicitar una evaluación de credenciales extranjeras. Verificarán los programas educativos que ha cursado fuera de Canadá para ver si cumplen los requisitos laborales de B.C. [workbc.ca/Employment-Services/WorkBC-Centres/Find-Your-WorkBC-Centre.aspx](http://workbc.ca/Employment-Services/WorkBC-Centres/Find-Your-WorkBC-Centre.aspx)
- La autoridad reguladora puede pedirle que obtenga una evaluación de una de estas organizaciones:
  - Servicio de Evaluación de Credenciales Internacionales (International Credential Evaluation Service, ICES) [bcit.ca/ices](http://bcit.ca/ices)
  - Centro Canadiense de Información sobre Diplomas Extranjeros [cicic.ca/2/home.canada](http://cicic.ca/2/home.canada)

#### Otros recursos

- Las instituciones postsecundarias (colegios universitarios y universidades) tienen programas de formación y cursos de mejora. Puede buscar en internet programas de formación profesional en las escuelas de B.C. Póngase en contacto con la escuela directamente y pregúnteles sobre sus programas. Antes de inscribirse en un programa, póngase en contacto con su autoridad reguladora. Pregunte si el programa cumple con sus requisitos.

Aprenda más sobre las instituciones postsecundarias de B.C. en la página 74. [gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution)

- Los programas de Competencia Lingüística Canadiense (Canadian Language Benchmark) lo ayudan a mejorar sus conocimientos de inglés. Ofrecen evaluaciones de inglés, clases y formación especial. Pueden ayudarlo a aprender un inglés especial relacionado con el empleo. Pregunte a su autoridad reguladora qué tipo de cursos de inglés debe realizar para obtener la certificación. [language.ca](http://language.ca)
- Las agencias de asentamiento pueden ofrecer cursos cortos de formación para ayudarlo a encontrar trabajo. Pueden ofrecer formación lingüística gratuita. También pueden ayudarlo a encontrar empleadores que ofrezcan formación laboral especial. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
  - Residentes permanentes, incluidos refugiados [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado [welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)



## Trabajar

### Afiliación a un sindicato

Un sindicato es un grupo de empleados que trabajan juntos para hablar con el empleador. Los sindicatos pueden pedir mejores sueldos, beneficios, condiciones de trabajo y otras cosas. Los sindicatos ayudan a los trabajadores a resolver sus problemas con los empleadores. También ayudan cuando el empleador infringe la ley o rompe un contrato.

Los sindicatos deben estar certificados para operar en un lugar de trabajo. Eso significa que todos los trabajadores han votado a favor del sindicato. Los trabajadores pagan cuotas (dinero) para formar parte del sindicato. Las cuotas sindicales se deducen automáticamente (se toman de) sus cheques de pago. Para obtener más información sobre las deducciones, consulte la página 115.

Todos los empleados tienen el derecho legal de afiliarse a un sindicato. En algunos trabajos, tiene que afiliarse al sindicato para que lo contraten.

Si está afiliado a un sindicato y tiene un problema con su empleador, hable con su sindicato. Una persona del sindicato se reunirá con usted y hablará con el empleador sobre su situación. Para obtener más información sobre los sindicatos, póngase en contacto con la Federación del Trabajo de B.C. (BC Federation of Labour)  
Greater Vancouver: 604 430-1421  
[bcfed.ca](http://bcfed.ca)

### Leyes sobre el trabajo

La Ley de Normas Laborales (Employment Standards Act) es una ley para proteger a los trabajadores en Columbia Británica. Los empleadores deben cumplir esta ley. Por ejemplo, la ley dice que los empleadores deben permitir a los trabajadores hacer una pausa de 30 minutos para comer, no pagada, dentro de las 5 horas siguientes al comienzo del trabajo. La ley también dice que si renuncia a su empleo, su empleador debe pagarle en un plazo de 6 días todas las horas que haya trabajado. Otras leyes protegen los derechos de los trabajadores en otros aspectos, como el pago de horas extra (mayor remuneración por el trabajo

adicional) y de permisos (tiempo fuera del trabajo remunerado). La Ley de Normas Laborales rige para trabajadores a tiempo completo, a tiempo parcial y eventuales.

Si su empleador no cumple estas leyes, hable con él sobre el problema. Si el problema no se resuelve, póngase en contacto con su sindicato o con la Oficina de Normas Laborales (Employment Standards Branch). Llamada sin costo: 1 833 236-3700  
[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards)

Usted está protegido si presenta una denuncia ante la Oficina de Normas Laborales. Su empleador no puede despedirlo (destituirlo) por haber presentado una denuncia. No pueden decirle que lo despedirán o que se negarán a pagarle. Para obtener más información, visite el sitio web.  
[www2.gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-10-section-83](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-10-section-83)

Algunos trabajadores no están protegidos por la Ley de Normas Laborales. Esto incluye a los trabajadores de profesiones autorreguladas, por ejemplo, médicos, abogados y contadores. También incluye a las personas que tienen su propio negocio.

Los trabajadores pueden ser contratados como empleados de la compañía o como contratistas independientes. Los contratistas independientes son autónomos: trabajan por su cuenta. A veces, no está claro si el trabajador es un empleado de la compañía o un contratista independiente (autónomo). Esta relación afecta a los derechos del trabajador. La compañía y el trabajador pueden no estar de acuerdo con esta relación. Si le ocurre esto, póngase en contacto con la Oficina de Normas Laborales.

Si pertenece a un sindicato, la Oficina de Normas Laborales no puede ayudarlo. Si tiene un problema, debe hablar con alguien de su sindicato. Consulte la sección Afiliación a un sindicato en esta página.

### Horas de trabajo y horas extra

La jornada laboral habitual en Columbia Británica es de 8 horas diarias y 40 horas



semanales. Si un empleador le pide que trabaje más de 8 horas en un día o más de 40 horas en una semana, debe pagarle una tarifa más alta. Esto se llama pago de horas extra. La remuneración de las horas extra es a una y media veces (1,5 veces) la paga normal por hora. Por ejemplo, si su sueldo regular es de \$16 por hora, su sueldo por horas extra será de \$24 por hora.

Los trabajadores a tiempo parcial o eventuales deben recibir el pago de horas extra si trabajan más de 8 horas en un día. El empleador no puede pagarle por menos de 2 horas de trabajo, aunque el tiempo de trabajo sea inferior a 2 horas. Si un empleador le pide que vaya a trabajar y usted se presenta a trabajar, debe pagarle al menos 2 horas. [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours)

Algunos empleos no tienen que seguir las reglas sobre las horas de trabajo y las horas extra. Póngase en contacto con la Oficina de Normas Laborales si tiene preguntas sobre las reglas de su empleo.

## Tiempo libre

Después de 5 horas de trabajo, el empleador tiene que darle un descanso de 30 minutos. El empleador no tiene que pagarle el tiempo de su descanso.

Si su empleador le pide que esté listo para trabajar durante su descanso, o si le pide que regrese al trabajo antes de que terminen los 30 minutos, debe pagarle el tiempo.

Puede trabajar en turno dividido. Se trata de un turno con un descanso largo no remunerado en el medio. Por ejemplo, muchos empleados de restaurantes trabajan 4 horas por la mañana y 4 horas por la tarde/noche. El tiempo transcurrido entre el inicio del primer turno y el último debe ser inferior a 12 horas. Si trabaja en un turno dividido, el empleador debe pagarle al menos 2 horas de trabajo por todo el día, no por cada parte de su turno.

En cada semana de trabajo, deberá tener 1 pausa que dure al menos 32 horas. Esto significa que si su empleador le pide que trabaje 7 días seguidos durante una semana, debe recibir una y media veces su pago

por hora por las horas que trabaje en el día más corto.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours)

## Obtener su pago

La mayoría de los trabajadores cobran cada 2 semanas o dos veces al mes. Su empleador puede pagarle con un cheque. Algunos empleadores pueden pagarle por medio de un depósito directo (ingresando el dinero directamente en su cuenta bancaria). Debe aceptar por escrito recibir un depósito directo. Su empleador debe pagarle dentro de los 8 días siguientes al final de cada periodo de pago. Deben darle un recibo de pago (registro) con cada cheque. El recibo de pago debe mostrar cuántas horas ha trabajado, su tasa de pago y las horas extra. También mostrará el monto total del pago que ha recibido, las deducciones (impuestos y tasas) y su pago neto (el dinero que recibe después de realizar todas las deducciones). [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages)

## Deducciones

La ley dice que el empleador debe deducir (quitar) dinero de su sueldo para pagar ciertos impuestos y programas. Estos pueden incluir:

- **Impuesto sobre la renta:** El Gobierno canadiense recauda impuestos de los trabajadores para pagar servicios públicos.
- **Plan de Pensiones de Canadá:** El Plan de Pensiones de Canadá (Canada Pension Plan, CPP) es un programa gubernamental canadiense. La pensión sustituye parte de sus ingresos cuando se jubile y deje de trabajar. Si califica, recibirá pagos mensuales durante el resto de su vida.

Si tiene un empleador, le deducirá la mitad de su contribución al CPP de cada cheque de pago. El empleador pagará la otra mitad de su cotización. Si es autónomo, paga la totalidad de la cotización. El Gobierno también aporta dinero al programa. La cantidad que recibe se calcula según lo que haya trabajado. Si un cotizante del



CPP fallece, su marido o esposa puede ser elegible para recibir sus pagos del CPP. Se denominan beneficios de sobreviviente.

- **Seguro de Empleo (EI):** El Seguro de Empleo (Employment Insurance, EI) es un programa del Gobierno canadiense. Ayuda a los trabajadores que pierden su empleo. El EI le da pagos mensuales mientras busca un nuevo empleo. Todas las personas que trabajan en Canadá paga algo de dinero al fondo del EI. Los pagos del EI (primas) se deducen de su cheque de pago mensual. Los empleadores también pagan. Si pierde su empleo y ha cotizado al EI, puede tener derecho a beneficios (pagos) del EI.
- **Beneficios sujetos a impuestos:** Algunos empleadores dan a los empleados beneficios gratuitos, por ejemplo, un espacio de estacionamiento, un pase de autobús o atención dental. Los beneficios gratuitos se consideran parte de sus ingresos. Pagará impuestos por ellos.
- **Cuotas sindicales:** Los sindicatos cobran cuotas (tarifas) a sus miembros. Si está afiliado a un sindicato y este tiene un acuerdo con su empleador, las cuotas sindicales se descontarán de su pago.
- **Deducciones voluntarias:** Puede solicitar el pago de planes de seguro adicionales o donaciones a organizaciones benéficas mediante deducciones en su cheque de pago. Estas deducciones son voluntarias, no tiene que hacerlas. Debe autorizar por escrito a su empleador a efectuar estas deducciones. También puede solicitar a su empleador que le deduzca dinero para otras cosas, entre ellas:
  - anticipos de pago (sueldos pagados antes de trabajar);
  - cosas que haya comprado al empleador (por ejemplo, si trabaja en una tienda de neumáticos y los compra a crédito);
  - uso personal de bienes del empleador (por ejemplo, si alquila un vehículo o un apartamento al empleador).

Su empleador no puede deducir dinero de su pago para cubrir los gastos del negocio. Por ejemplo, un empleador no puede deducir dinero para pagar roturas, daños

a la propiedad o hurtos. Su empleador tampoco puede pedirle que pague este tipo de gastos.

Para obtener más información, consulte el sitio web de la Oficina de Normas Laborales. [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages/deductions](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages/deductions)

### Sueldo mínimo

El sueldo mínimo es la cantidad más baja que se puede pagar a un trabajador por hora. A partir de junio de 2021, el sueldo mínimo en B.C. es de \$15,20 por hora. Los empleadores deben pagar a todos los trabajadores al menos el sueldo mínimo. Este sueldo es el mismo para los trabajadores a tiempo completo, a tiempo parcial y eventuales.

Para obtener más información sobre el sueldo mínimo, consulte el sitio web de la Oficina de Normas Laborales.

[Gov.bc.ca](http://Gov.bc.ca), busque "Getting paid for work" (Obtener pago por trabajar).

A algunos trabajadores se les "paga a destajo". Esto significa que se les paga por la cantidad de trabajo que realizan, no por el número de horas. Por ejemplo, si usted trabaja recogiendo fruta en una granja, puede que le paguen por cada libra de fruta que recoja. Si es escritor, puede ganar una cierta cantidad de dinero por cada palabra. Independientemente de la forma en que se





le pague, debe recibir al menos el sueldo mínimo. Algunos trabajadores, como los que recogen frutas o vegetales, pueden tener sueldos mínimos diferentes. Pregunte cómo se le pagará antes de empezar a trabajar.

## Los niños y el trabajo

La ley canadiense dice que los niños menores de 15 años no pueden trabajar en horario escolar. Solo pueden trabajar antes y después del horario escolar. Para contratar a niños menores de 15 años, un empleador debe obtener un permiso por escrito (una carta) de los padres. Los niños menores de 12 años no suelen estar autorizados a trabajar. Deben tener un permiso de trabajo para niños de la Oficina de Normas Laborales.

Los niños pueden hacer pequeños trabajos antes o después del horario escolar, por ejemplo, repartir periódicos o cuidar niños. Estos trabajos no están protegidos por la Ley de Normas Laborales.

Para obtener más información sobre la contratación de jóvenes, visite el sitio web de la Oficina de Normas Laborales. [Gov.bc.ca](http://Gov.bc.ca), busque "Hiring young people" (Contratación de jóvenes).

## Vacaciones

Todos los trabajadores deben tener al menos 2 semanas de vacaciones remuneradas después de trabajar durante 1 año completo. Si deja su empleo antes de tomar sus vacaciones, su empleador debe darle un dinero adicional como pago por estas. El pago por vacaciones debe ser como mínimo el 4% de sus ingresos. Después de permanecer en un puesto de empleo durante 5 años, debería tener 3 semanas de vacaciones y un 6% de pago por vacaciones.

Para obtener más información sobre las vacaciones, consulte el sitio web de las normas laborales. [Gov.bc.ca](http://Gov.bc.ca), busque "Vacations" (Vacaciones).

## Días festivos

La mayoría de los días festivos en Canadá los fija el Gobierno. Se denominan días festivos oficiales. En los días festivos oficiales, usted tiene un día libre en el trabajo, pero le siguen pagando. Hay algunos requisitos para que se apliquen estas reglas. Por ejemplo, debe haber trabajado para su empleador durante 30 días o más. Debe haber trabajado al menos 15 de los 30 días anteriores al día festivo. Si usted trabaja en un día festivo oficial, su empleador debe pagarle tiempo y medio por todas las horas que trabaje, así como el pago promedio de un día. El pago de tiempo y medio es su salario por hora regular, más la mitad. Por ejemplo, si gana \$16 por hora, el tiempo y medio sería \$24 por hora. Un pago promedio diario es lo que se gana normalmente en un día de trabajo. Si no trabaja en un día festivo oficial, sigue teniendo derecho a recibir el pago promedio de un día.

Hay 10 días festivos oficiales en Columbia Británica:

- Año Nuevo (1 de enero).
- Día de la familia (tercer lunes de febrero).
- Viernes Santo (viernes anterior al Domingo de Pascua, en marzo o abril).
- Día de Victoria (lunes anterior al 24 de mayo).
- Día de Canadá (1 de julio. Si el 1 de julio es domingo, el día festivo oficial es el 2 de julio).
- Día de B.C. (primer lunes de agosto).
- Día del Trabajo (primer lunes de septiembre).
- Acción de Gracias (segundo lunes de octubre).
- Día del Recuerdo (11 de noviembre).
- Día de Navidad (25 de diciembre).

Para obtener más información sobre días festivos oficiales en Columbia Británica, consulte el sitio web de normas laborales. [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/statutory-holidays](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/statutory-holidays)



### Tomar tiempo libre del trabajo

Los empleados pueden pedir un permiso (tiempo libre del trabajo) por determinados motivos. Si necesita tomar un permiso por 1 de estos motivos, su empleador no tiene que pagarle, pero el Gobierno canadiense puede darle algo de dinero.

#### Permisos de maternidad y parental

El permiso de maternidad es una pausa en el trabajo para las mujeres que están embarazadas. Las mujeres embarazadas pueden tomar un permiso de maternidad de hasta 17 semanas. Debe comenzar el día del nacimiento del bebé o antes. Si necesita un permiso de maternidad, debe solicitarlo lo antes posible. Debe solicitarlo al menos 4 semanas antes de que se quiera ir.

Si la mujer no puede volver al trabajo por el nacimiento o la interrupción (fin) del embarazo, puede tomarse otras 6 semanas libres.

El permiso parental es una pausa en el trabajo para padres que tienen un nuevo hijo. Las mujeres que toman un permiso de maternidad pueden tener hasta 61 semanas de permiso parental. Los demás padres pueden disfrutar de hasta 62 semanas de permiso parental. Los padres que adoptan un hijo también pueden disfrutar de un permiso parental.

Los padres pueden solicitar los beneficios del Seguro de Empleo durante los permisos de maternidad y parental. Esto significa que el Gobierno le dará algo de dinero mientras no esté trabajando. Las beneficios parentales se pueden compartir entre padres elegibles.

Los padres tienen que presentar una solicitud para recibir beneficios de maternidad o parentales del EI. No se pagan automáticamente.

Para obtener más información:

- Sitio web de la Ley de Normas Laborales de B.C. (B.C. Employment Standards Act) [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence)
- Resumen de beneficios de maternidad y parentales del EI (EI Maternity and Parental Benefits Overview) [canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-maternity-parental.html](http://canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-maternity-parental.html)



#### Cuidados compasivos

##### *Permiso por cuidados compasivos*

Si tiene que cuidar a un familiar enfermo o moribundo, su empleador debe permitirle tomar tiempo libre del trabajo. Esto se llama permiso por cuidados compasivos. El permiso por cuidados compasivos no es remunerado. Hay leyes sobre el permiso por cuidados compasivos. Puede tomar hasta 27 semanas de permiso por cuidados compasivos en un periodo de 12 meses. Debe obtener un certificado médico en el que conste que su familiar tiene un alto riesgo de muerte en un plazo de 26 semanas.

Obtenga más información sobre el permiso por cuidados compasivos y averigüe si es elegible. [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence)



## Beneficios y permiso del EI a los proveedores de cuidados

Algunas personas necesitan ausentarse del trabajo para cuidar o apoyar a alguien que está gravemente enfermo, herido o moribundo. Puede recibir hasta el 55% de sus ingresos a través del EI.

Como proveedor de cuidados, no es necesario que tenga un parentesco o que viva con la persona a la que cuida o apoya, pero esta debe considerarlo como un familiar.

Hay 3 tipos de beneficios:

- Beneficio a los cuidadores familiares para niños
- Beneficio a los cuidadores familiares para adultos
- Beneficios por cuidados compasivos

Para obtener más información y ver si es elegible, visite el sitio web del Gobierno de Canadá.

[canada.ca/en/services/benefits/ei/caregiving.html](https://canada.ca/en/services/benefits/ei/caregiving.html)

## Permiso por duelo

Una persona puede tomar tiempo libre de trabajo luego del fallecimiento de un familiar. Esto se llama permiso por duelo. Los empleados pueden tomar hasta 3 días de permiso por duelo. El permiso por duelo no es remunerado. El miembro de la familia debe ser familiar directo.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-6-section-53](https://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-6-section-53)

## Beneficios por enfermedad

Cuando las personas están enfermas, pueden tomarse un tiempo libre para recuperarse. Una persona que no pueda trabajar por enfermedad o lesión personal puede tomarse hasta 3 días de permiso no remunerado con protección laboral cada año.

Este permiso se aplica a los empleados que han trabajado para su empleador durante al menos 90 días. Si se les pide, los empleados deben proporcionar suficiente información para convencer a su empleador de que están enfermos o lesionados y, por tanto, tienen derecho al permiso.

Si no puede trabajar porque está enfermo, lesionado o en cuarentena, puede solicitar los beneficios por enfermedad del Seguro de Empleo.

[esdc.gc.ca/en/ei/sickness/index.page](https://esdc.gc.ca/en/ei/sickness/index.page)

## Permiso por responsabilidad familiar

Algunos trabajadores tienen que tomar tiempo libre del trabajo para cuidar a un familiar enfermo. Es posible que tengan que asistir a la actividad escolar de su hijo. Las personas pueden tomar permiso del trabajo para cuidar a su familia. Esto se llama permiso por responsabilidad familiar. Los empleadores deben conceder a los trabajadores hasta 5 días de permiso por responsabilidad familiar general al año. La ley no obliga a los empleadores a pagar a los empleados durante el permiso por responsabilidad familiar.

## Permiso por enfermedad y lesiones graves

Una enfermedad o lesión es "grave" si es posible que la persona muera. Los empleados pueden ausentarse del trabajo para cuidar a familiares que estén gravemente enfermos o lesionados. Los permisos por enfermedad y lesiones graves no son remunerados. Los trabajadores pueden tomar hasta 16 semanas de permiso para cuidar a un familiar adulto gravemente enfermo o lesionado. En el caso de un hijo, pueden tomarse hasta 36 semanas de permiso.

## Violencia doméstica o sexual

Los empleados que experimentan violencia doméstica o sexual pueden tomarse tiempo libre del trabajo. Pueden tomarse hasta 5 días libres remunerados y hasta 5 días de permiso no remunerado. Se dispone de hasta 15 semanas de permiso adicional no remunerado. Para obtener más información sobre violencia doméstica o sexual, consulte la página 80.



## Pérdida del empleo

### Despido

Un empleador no puede despedir (destituir) a un trabajador sin motivo. El empleador debe avisar al trabajador por escrito (carta o correo electrónico) antes de que finalice el empleo. Si el empleador no avisa por escrito, tiene que dar una indemnización (pago adicional). El empleador también puede tener que dar ambos: aviso por escrito e indemnización. Existen reglas sobre la indemnización y la notificación por escrito.

- Si una persona ha trabajado para un empleador durante menos de 3 meses, el empleador no necesita dar una notificación por escrito o una indemnización. Los 3 primeros meses de trabajo suelen denominarse “período de prueba”.
- Si la persona lleva más de 3 meses en el empleo, el empleador debe avisar con 1 semana de antelación o con 1 semana de pago.
- Si la persona lleva un año en el empleo, el empleador debe avisar con 2 semanas de antelación o con 2 semanas de pago.
- Después de 3 años, el empleador debe avisar con 3 semanas de antelación o con 3 semanas de pago.
- El monto del aviso por escrito o del pago aumenta con cada año que el trabajador permanece en el empleo. El máximo es de 8 semanas de preaviso o de pago después de 8 años de trabajo.

Es posible que un trabajador no haga bien su trabajo. También es posible que el trabajador no se comporte bien (por ejemplo, llegar tarde al trabajo). El empleador no puede despedir al trabajador la primera vez que se produce el problema. Deben advertir al trabajador de que su comportamiento es inaceptable. Deben explicar cómo solucionar el problema. Deben dar al trabajador tiempo para cambiar. El empleador debe dar una última advertencia de que el trabajador será despedido si no cambia. Si el problema se repite, el empleador puede despedir al trabajador sin aviso ni remuneración.

En algunos casos, un empleador puede despedir a un trabajador sin aviso ni

remuneración después de un solo problema. Debe tratarse de un problema grave, por ejemplo, si el trabajador roba al empleador o hiere o amenaza a alguien. Estos motivos se denominan “causa justa”. Si su empleador dice que tiene una causa justa para despedirlo sin aviso o sin remuneración, y usted no está de acuerdo, póngase en contacto con la Oficina de Normas Laborales. Consulte la lista en la página 114.

Cuando deja un empleo, su empleador debe entregarle un certificado de empleo. Necesita este papel para solicitar el Seguro de Empleo (EI).

### Cesantía

Si un empleador no tiene trabajo disponible, puede tener que despedir a un trabajador. Esto puede ocurrir incluso si el trabajador no ha hecho nada malo. Cuando un trabajador es despedido porque la compañía no tiene trabajo, se dice que está “en cesantía”. Los empleadores que dejan cesantes a los trabajadores deben seguir las mismas reglas. Deben avisar por escrito y/o indemnizar.

A veces puede haber una cesantía temporal. El empleador debe demostrar que:

- se informó al trabajador de la cesantía temporal cuando se le contrató;
- la cesantía forma parte de la industria del trabajador (por ejemplo, trabajos de temporada como la tala de árboles o la recolección de frutas); o
- el trabajador acepta la cesantía temporal.

Si el empleador deja cesante al trabajador por alguno de estos motivos, debe reincorporarlo al trabajo en un plazo de 13 semanas. Si el empleador no reincorpora al trabajador, debe indemnizarlo como si lo hubiera destituido.

Algunos empleadores utilizan diferentes palabras para describir la finalización de un empleo. Estas palabras incluyen “destituir”, “despedir”, “culminación de la relación laboral” o “cesantía”. Consulte con su empleador para asegurarse de que entiende lo que quieren decir.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/termination](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/termination)



## Renuncia

Los trabajadores pueden decidir renunciar al empleo (dejar el trabajo). No hay ninguna ley que diga que los trabajadores tienen que avisar con antelación. Pero es mejor decírselo al empleador con tiempo. La mayoría de las personas se lo comunican a sus empleadores 2 semanas antes de terminar. El empleador no tiene que pagar ninguna indemnización si usted renuncia.

## Seguro de Empleo (EI)

El Seguro de Empleo (EI) proporciona dinero a los trabajadores que pierden su empleo por motivos que no pueden controlar, por ejemplo, no hay suficiente trabajo para hacer, el trabajo se produce en verano o en invierno o la compañía los deja cesantes a todos. Para recibir el IE, debe estar preparado, dispuesto y disponible para trabajar. También debe estar buscando activamente un nuevo empleo.

Solicite siempre los beneficios del EI en cuanto deje de trabajar. Puede solicitar los beneficios aunque aún no haya recibido su Certificado de Empleo (ROE, por sus siglas en inglés). Si retrasa la presentación de su solicitud de beneficios por más de 4 semanas después de su último día de trabajo, puede perder los beneficios.

Las personas que renuncian a su empleo no son elegibles para recibir el EI. Los trabajadores por cuenta propia tampoco son elegibles para recibir el EI. No todos

los trabajos están cubiertos por el EI. Obtenga más información sobre el EI y averigüe si es elegible.

[canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-regular-benefit.html](https://canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-regular-benefit.html)

Si pierde su empleo, acuda a su centro de WorkBC local. Tienen servicios gratuitos para ayudarlo a encontrar un empleo.

[WorkBCCentres.ca](https://WorkBCCentres.ca)

## Ayuda a los ingresos

Solo se puede cobrar el EI durante unos meses. Es posible que su EI termine antes de que encuentre un empleo. Si esto ocurre, es posible que tenga derecho a una ayuda del Gobierno provincial. Se llama Programa de Empleo y Asistencia de Columbia Británica (British Columbia Employment and Assistance Program). También se le llama ayuda a los ingresos o beneficios sociales.

Para obtener información, visite el sitio web del Programa de Empleo y Asistencia.

[gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program](https://gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program)

Llamada sin costo: 1 866 866-0800

También puede llamar a Service BC.

Llamada sin costo: 1 800 663-7867

Puede solicitar ayuda a los ingresos por internet.

[myselfserve.gov.bc.ca](https://myselfserve.gov.bc.ca)



## Si se lesiona en el trabajo

La ley dice que los empleadores deben asegurarse de que los lugares de trabajo sean seguros y saludables. Deben asegurarse de que usted tiene el equipo de protección que necesita. Deben darle formación e información para mantenerse seguro. Debe seguir las instrucciones de protección del empleador. Si observa algo inseguro, debe decírselo al empleador de inmediato.

WorkSafeBC ayuda a prevenir las lesiones en el trabajo. Forman a empleados y trabajadores. También ayudan a personas que se lesionan en el trabajo. Es posible que personas que padecen una enfermedad o lesión relacionada con el trabajo no puedan estar en condiciones de trabajar. Si le ocurre esto, WorkSafeBC puede darle una indemnización (dinero por los sueldos perdidos) y cubrir gastos de atención médica. Los empleadores pagan la cobertura de WorkSafeBC.

Si tiene un accidente de trabajo, pida ayuda inmediatamente. Algunas compañías tienen un asistente de primeros auxilios. Llámelos o vaya a verlos. Comunique el accidente a su supervisor o empleador lo antes posible. Si alguien fue testigo del accidente (lo que vio), debe pedirle que informe de lo que vio. Completar un formulario de denuncia. Es posible que su compañía disponga de formularios de declaración de accidente. Si no lo hacen, puede llamar al teléfono de Teleclaim. Si necesita ir al médico, hágale saber que se ha lesionado en el trabajo. Si falta al trabajo a causa de una lesión o enfermedad, llame a WorkSafeBC.

Para obtener más información, póngase en contacto con WorkSafeBC. Pueden ayudarlo en más de 170 idiomas. También disponen de información impresa en chino tradicional y simplificado, punyabí, coreano, vietnamita, español y francés.

Centro de llamadas de reclamaciones /  
Teleclaim

Llamada sin costo: 1 888 967-5377  
(1 888 WORKERS)  
[worksafebc.com](http://worksafebc.com)

## Discriminación y acoso

El Código de Derechos Humanos de B.C. es una ley que protege a los trabajadores del trato injusto. Los empleadores no pueden negarse a contratar personas por motivos que no estén relacionados con el trabajo. Esto incluye color de piel, raza, estado civil, origen familiar, religión, sexo, orientación sexual, edad o una discapacidad.

Todas las personas tienen derecho a sentirse seguras en el trabajo. Si un empleador o un colega le hace insinuaciones sexuales inoportunas (por ejemplo, pidiéndole siempre una cita, contándole chistes inoportunos o tocándolo), esto se llama acoso sexual. También es acoso si la gente critica o bromea sobre su país de origen, su etnia o su religión. El Código de Derechos Humanos le protege contra estos comportamientos.

- Aprenda sobre protección de derechos humanos  
[gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights/human-rights-protection](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights/human-rights-protection)
- Conozca sus derechos y obligaciones  
[bchrt.bc.ca/human-rights-duties/index.htm](http://bchrt.bc.ca/human-rights-duties/index.htm)
- Obtenga más información sobre el Código de Derechos Humanos de B.C.  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Si experimenta discriminación por cualquier motivo incluido en el Código de Derechos Humanos, puede presentar una denuncia ante el Tribunal de Derechos Humanos de B.C. (B.C. Human Rights Tribunal).

Tribunal de Derechos Humanos de B.C.  
Área de Vancouver: 604 775-2000  
Llamada sin costo: 1 888 440-8844  
Teléfono de teletexto (TTY): 604 775-2021  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)



Si el empleador es federal (por ejemplo, un banco, el Gobierno de Canadá, Canada Post o una compañía aérea), póngase en contacto con la Comisión Canadiense de Derechos Humanos.

[chrc-ccdpc.gc.ca](http://chrc-ccdpc.gc.ca)

Justice Education Society tiene videos sobre acoso, discriminación y derechos humanos en inglés, mandarín y punyabí.

[justiceeducation.ca](http://justiceeducation.ca), busque “Human Rights” (Derechos humanos).

Para obtener asesoramiento sobre discriminación o acoso, o si desea presentar una denuncia oficial, póngase en contacto con la Oficina especializada en los derechos humanos de BC (BC Human Rights Clinic). Pueden responder sus preguntas y darle más información.

BC Human Rights Clinic

Área de Vancouver: 604 622-1100

Llamada sin costo: 1 855 685-6222

Correo electrónico: [infobchrc@clasbc.net](mailto:infobchrc@clasbc.net)

[bchrc.net](http://bchrc.net)

Hay otros tipos de acoso que no están incluidos en el Código de Derechos Humanos. Entre ellos se incluyen cosas que hacen que alguien se sienta avergonzado o asustado. Algunos ejemplos son: difundir chismes o malas historias, criticar mucho, insultar, mirar fijamente, gritar, ignorar o excluir a una persona y bloquear su camino.

Su empleador está obligado a proporcionar un lugar de trabajo libre de acoso. Si alguien lo acosa u hostiga, puede denunciarlo. Escriba lo que ha pasado. Si alguien fue testigo (vió) de que la otra persona lo acosaba, pídale que escriba lo que vió. Si usted pertenece a un sindicato, hable con ellos. También puede decírselo al jefe de la persona en cuestión o a su jefe.

Aunque estas cosas no formen parte del Código de Derechos Humanos, puede estar protegido por WorkSafeBC. [worksafebc.com](http://worksafebc.com), busque “Bullying” (Hostigamiento).

Las acciones que las personas consideran como acoso pueden ser diferentes según su país o cultura. Hable con su representante sindical, o con un trabajador de asentamiento. Lo ayudarán a entender si el comportamiento es acoso.

También puede ponerse en contacto con su agencia de asentamiento. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.

- Residentes permanentes, incluidos refugiados  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

Si es un trabajador extranjero y tiene problemas en el trabajo con acoso, discriminación o protección, póngase en contacto con el Programa para Trabajadores Migrantes de MOSAIC.

MOSAIC

236 889-8541 (español)

236 889-4115 (tagalo)

604 218-7347 (cantonés y mandarín)

604 704-5346 (español)

Correo electrónico: [migrantworkers@mosaicbc.org](mailto:migrantworkers@mosaicbc.org)

[mosaicbc.org](http://mosaicbc.org)

[mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers/](http://mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers/)

## Iniciar su propio negocio

Hay muchas reglas y leyes para las personas que tienen un negocio. Por ejemplo, la Ley de Normas Laborales le indica cómo debe tratar a las personas que trabajan para usted (consulte “Leyes sobre el trabajo” en la página 114). Los negocios deben registrarse con el Gobierno. Hay que seguir unas reglas estrictas para gestionar el dinero. Debe informar de lo que gana y lo que gasta. En muchos sectores comerciales, es posible que tenga que obtener licencias especiales del Gobierno y seguir reglas especiales.



Hay programas que pueden ayudarlo.

- Small Business BC ofrece información para ayudarlo a crear o hacer crecer un negocio. Puede aprender sobre finanzas, ventas, marketing, importaciones, exportaciones, normativas, ayudas gubernamentales y formación. Puede reunirse con un asesor comercial y participar en programas en línea.

Metro Vancouver: 604 775-5525

Llamada sin costo: 1 800 667-2272

[smallbusinessbc.ca](http://smallbusinessbc.ca)

- La Oficina de Small Business BC ofrece recursos para ayudarlo a crear o hacer crecer un negocio. Los recursos y guías incluyen:
  - Folleto de recursos para pequeños negocios
  - Guía para crear un negocio pequeño
  - Guía de importación/exportación de B.C.
  - Iniciar una franquicia

Estos recursos también están disponibles en coreano, punyabí, chino simplificado y chino tradicional.

[gov.bc.ca/resource/smallbusiness](http://gov.bc.ca/resource/smallbusiness)

- Los servicios de autoempleo de WorkBC pueden ayudarlo a desarrollar sus habilidades y a iniciar su propio negocio. Los servicios para los participantes elegibles incluyen:
  - desarrollo del plan de negocio;
  - taller de orientación y evaluación del autoempleo;
  - talleres empresariales;
  - asesoramiento y tutoría;
  - lanzamiento e implementación del negocio.

Visite su centro de WorkBC local y averigüe si es elegible.

[WorkBCCentres.ca](http://WorkBCCentres.ca)

- El Centro de Información para Inmigrantes Cualificados dispone de información, recursos y programas para los nuevos inmigrantes que quieren crear un negocio. Encuentre información en línea o visite en persona. Todos los servicios y recursos son gratuitos. La oficina está en la Biblioteca Pública de Vancouver.  
350 West Georgia Street, Vancouver  
[pwp.vpl.ca/siic/](http://pwp.vpl.ca/siic/)
- Algunas universidades y colegios universitarios comunitarios ofrecen cursos para ayudarlo a crear su propio negocio. Averigüe si hay cursos de negocios en colegios universitarios o universidades cerca de usted.  
[educationplannerbc.ca](http://educationplannerbc.ca)





# SISTEMA LEGAL, GOBIERNO E INMIGRACIÓN

## Definiciones

**Sistema jurídico de Canadá**

**Derechos humanos**

**Ley de Libertad de Información y Protección de la Privacidad**

**Identidad de género**

**Crímenes de odio**

**Ayuda para víctimas de delitos**

**La policía**

- Llamar a la policía
- Detenciones policiales
- Denuncias contra la policía
- Ser testigo

## Los tribunales

- Acudir a los tribunales
- Los jóvenes y la ley
- Separación y divorcio
- Recurrir a un abogado
- Cómo encontrar un abogado
- Obtener ayuda si no puede pagar un abogado

## Para obtener más información legal

### Gobierno

- Gobierno de Canadá
- Gobierno provincial
- Gobierno local
- Gobierno indígena

## Inmigración y ciudadanía



## Definiciones

**Acuerdos de crianza:** un acuerdo entre los padres que están divorciados. Los acuerdos pueden referirse a cuánto tiempo pasa el niño con cada uno de los padres, cuándo puede verlo cada uno de ellos y si uno le paga al otro los gastos de crianza de su hijo.

**División:** un grupo más pequeño dentro de una organización más grande. Por ejemplo, la división de contratación puede formar parte del departamento de Recursos Humanos de una compañía.

**Estatuto:** ley elaborada por un Gobierno local. Se aplica a un pueblo, una ciudad o una región.

**Manutención infantil:** dinero que paga un padre divorciado o una madre divorciada para ayudar a criar a su hijo. El dinero se suele pagar al otro(a) padre/madre.

**Procedimientos judiciales:** las actividades formales de un pleito o un caso cuando hay una audiencia en los tribunales.

**Transgresión:** romper las reglas. Se utiliza a menudo para describir el incumplimiento de leyes o reglamentos.

**Órdenes de protección:** orden de un juez para ayudar a proteger a una persona de alguien que podría hacerle daño.





## Sistema jurídico de Canadá

En Canadá, hay 3 niveles principales de gobierno. Cada nivel de gobierno elabora leyes. El Gobierno canadiense (federal) elabora leyes para todo el país. Los Gobiernos provinciales y territoriales elaboran leyes para su provincia o territorio (como Columbia Británica). Los Gobiernos municipales elaboran leyes para su pueblo o ciudad (como Vancouver o Victoria). Los ciudadanos canadienses tienen derecho a votar en todos los niveles de Gobierno.

Las personas acusadas de infringir la ley pueden tener que acudir a los tribunales. El tribunal decidirá si son culpables. Si una persona es declarada culpable, los tribunales decidirán el castigo. El sistema judicial de Canadá es independiente del Gobierno.

Las leyes de Canadá pueden ser diferentes a las de su país anterior. Una de las leyes más importantes de Canadá es la *Carta de Derechos y Libertades*. La Carta dice que todos los canadienses tienen derecho a hablar libremente, tener su propia religión, vivir y trabajar en cualquier lugar de Canadá y participar en actividades políticas pacíficas. [Canada.ca](http://Canada.ca), busque "Guide charter rights freedoms" (Guía de la carta de derechos y libertades).

## Derechos humanos

Las leyes de derechos humanos protegen a las personas de la discriminación. La discriminación es cuando alguien lo trata de forma diferente por:

- su raza, el color de su piel, su lugar de nacimiento o su ascendencia;
- su edad, ya sea porque es mayor o porque es joven;
- su sexo, si se le asignó al nacer como hombre, mujer o intersexual (no totalmente masculino o femenino);
- su orientación sexual, si se siente atraído por personas del mismo género que usted, de un género diferente al suyo, que no se identifican ni como hombres ni como mujeres o personas de más de 1 género;

- su identidad de género (si es mujer, hombre, no binario o de dos espíritus);
- su expresión de género, o cómo presenta y muestra su género, incluyendo su nombre, la ropa que se pone o las actividades que le gustan;
- su situación familiar (por ejemplo, si está casado, divorciado, soltero, tiene hijos, está embarazada o puede quedarse embarazada);
- su religión, incluida su forma de vestirse en público, en casa y en los lugares de culto;
- sus creencias políticas, incluyendo por quién vota y los cambios que desea;
- si tiene una discapacidad física o mental.

Si alguien lo trata de forma diferente por alguno de estos motivos (por ejemplo, si un arrendador no permite que alquile una vivienda o alguien no lo atiende en un restaurante o tienda), se trata de discriminación.

Hay algunas excepciones. Por ejemplo, algunas viviendas de alquiler o edificios de condominios son para personas mayores solamente (personas mayores de 55 años). Pueden negarse a alquilar a personas menores de 55 años. Los edificios públicos pueden tener baños separados para hombres y mujeres.

Puede obtener ayuda si tiene un problema relacionado con discriminación. La Oficina especializada en los derechos humanos de BC está gestionada por la Sociedad de Asistencia Jurídica de la Comunidad (Community Legal Assistance Society). Ayuda a las personas a comprender y proteger sus derechos. También ofrece servicios jurídicos gratuitos. Pueden ayudar a las personas con denuncias sobre derechos humanos a nivel provincial.

Oficina especializada en los derechos humanos de BC

Llamada sin costo: 1 855 685-6222

[bchrc.net](http://bchrc.net)

El Tribunal de Derechos Humanos de BC ayuda con las denuncias sobre derechos humanos a nivel provincial. Si experimenta discriminación por parte de un departamento o agencia del Gobierno



provincial, un arrendador o un negocio local, debe ponerse en contacto con el Tribunal de Derechos Humanos de BC. Pueden ayudarlo a presentar una denuncia.

Tribunal de Derechos Humanos de BC  
Llamada sin costo: 1 888 440-8844  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

El Gobierno de B.C. tiene más información sobre derechos humanos en línea.  
[gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights)

Vea videos sobre derechos humanos en B.C. en inglés, mandarín y punyabí.  
[justiceeducation.ca/legal-help/rights/human-rights/human-rights](http://justiceeducation.ca/legal-help/rights/human-rights/human-rights)

La Comisión Canadiense de Derechos Humanos ayuda con denuncias sobre derechos humanos con a nivel federal. Si experimenta discriminación por parte de un departamento del Gobierno federal, un banco, una compañía de telecomunicaciones (teléfono, internet, televisión o radio) o una compañía de transporte (aerolínea, autobús o tren), debe ponerse en contacto con la Comisión Canadiense de Derechos Humanos. Pueden ayudarlo a presentar una denuncia.

Comisión Canadiense de Derechos Humanos  
Llamada sin costo: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.gc.ca](http://chrc-ccdp.gc.ca)

## Ley de Libertad de Información y Protección de la Privacidad

B.C. tiene leyes para proteger su privacidad. Las personas y los negocios no pueden obtener ni utilizar sus datos personales (por ejemplo, su nombre, dirección, fecha de nacimiento o Número de Seguro Social) sin su permiso. La ley le da derecho a ver información sobre usted (por ejemplo, su historial médico). También tiene derecho a ver cualquier informe sobre usted (por ejemplo, informes de los maestros, los empleadores o la policía).

Puede pedir ver los registros y la información personal sobre usted. Esto se llama "solicitud de libertad de información". También puede pedir información sobre alguien de quien es responsable, como un niño.

[gov.bc.ca/freedomofinformation](http://gov.bc.ca/freedomofinformation)





## Identidad de género

La identidad de género es el sentido personal de ser hombre, mujer, no binario o dos espíritus. La forma de su cuerpo, su aspecto y el sexo que se le asignó al nacer pueden no ser su identidad de género.

Hay muchas formas diferentes de describir y hablar del género.

- **Cisgénero:** personas que tienen una identidad de género que coincide con el sexo que se les asignó al nacer.
- **Transgénero** personas que tienen una identidad de género que no coincide con el sexo que se les asignó al nacer.
- **Expresión de género** es la forma en que usted presenta y muestra a otras personas su género, como el nombre que utiliza, la ropa que se pone, las actividades que le gustan y el sonido de su voz. También son los pronombres (él, ella, ellos) que las personas utilizan para describirse. En Canadá, algunas personas prefieren ser descritas como “ellos” en vez de “él” o “ella”.
- **LGBTQ2S+:** es una forma abreviada de referirse a las personas con diferentes identidades sexuales y de género. Las letras significan lesbiana, gay, bisexual, transgénero, queer y dos espíritus. El signo + indica que hay más identidades y comunidades de las que aparecen aquí.
- **Orientación sexual:** tiene que ver con el género de las personas que le atraen sexual o románticamente, el género de su pareja y el tipo de relaciones que mantiene con personas de distintos géneros. Algunas personas solamente se sienten atraídas por personas de su mismo género. Otros se sienten atraídos por personas de distinto género. Algunas personas se sienten atraídas por ambos géneros.
- **No binario:** se refiere a las personas que no se ven a sí mismas ni como hombre ni como mujer. Existen muchas identidades de género no binarias.
- **Dos espíritus:** es un término creado por los pueblos indígenas para hablar de una gama de géneros y sexualidades.

En Canadá, es ilegal discriminar a las personas por su orientación sexual o su identidad de género. La legislación canadiense también reconoce los matrimonios entre personas de todos los géneros y apoya la adopción de niños por parte de familias de todo tipo. En Canadá, las personas tienen derecho a identificarse y expresar su género a su manera. Algunas personas se someten a un tratamiento o a una intervención quirúrgica para cambiar su aspecto físico.

El Gobierno de B.C. tiene una oficina de igualdad de género. Visite el sitio web para obtener más información. [gov.bc.ca](http://gov.bc.ca), busque “gender equity” (equidad de género).

El Gobierno canadiense tiene una Secretaría (departamento) que trabaja para mejorar la igualdad para las comunidades LGBTQ2S+. Visite el sitio web para obtener más información. [Canada.ca](http://Canada.ca), busque “LGBTQ2S+”.

Para obtener más información sobre agencias y grupos LGBTQ2S+, consulte la página 92.

## Crímenes de odio

Es ilegal que alguien le haga daño, o le diga que le va a hacer daño, por cualquiera de estos motivos:

- raza
- color de la piel
- religión
- origen nacional o étnico
- idioma
- edad
- discapacidad mental o física
- sexo
- orientación sexual
- identidad o expresión de género

Si experimenta un crimen de odio, pida ayuda. Llame al 9-1-1 o a la oficina de policía local.

El Gobierno de B.C. tiene un sitio web de información sobre los crímenes de odio. [hatecrimebc.ca](http://hatecrimebc.ca)



## Ayuda para víctimas de delitos

La persona que resulta herida en un delito se llama víctima de delito.

VictimLinkBC ofrece información y apoyo a todas las víctimas de delitos. Lo ayudarán a encontrar recursos en su comunidad. También proporcionan apoyo inmediato en caso de crisis a víctimas de violencia familiar y sexual, incluidas víctimas de tráfico de víctimas de tráfico de personas explotadas para servicios laborales o sexuales. El servicio es gratuito, confidencial y está disponible en muchos idiomas. VictimLinkBC está financiado por el Gobierno de B.C. Está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Llamada sin costo: 1 800 563-0808

Correo electrónico: [VictimLinkBC@bc211.ca](mailto:VictimLinkBC@bc211.ca)

Si es víctima de un delito, visite estos sitios web para obtener información y orientación.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime)

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory)

## La policía

En Canadá, la policía está separada del Gobierno y del Ejército. La policía es parte de la comunidad y su empleo es proteger a los habitantes que residen en ella.

La mayor parte de las comunidades de B.C. están atendidas por la Real Policía Montada de Canadá (RCMP, por sus siglas en inglés). La RCMP es la organización policial nacional de Canadá. Algunas ciudades grandes tienen su propia policía local en vez de la RCMP.

## Llamar a la policía

Muchas ciudades y pueblos tienen 2 números de teléfono para la policía. Un número es para emergencias solamente, por ejemplo, un incendio o un robo. El otro número es

para situaciones que no son emergencias, por ejemplo, si un vecino tiene una fiesta ruidosa o alguien le roba su bicicleta. En la mayoría de las comunidades, el número de emergencia es el 9-1-1. En algunas comunidades muy pequeñas, el número no es el 9-1-1.

Pregunte a su agencia de asentamiento o busque en internet el número de emergencia local.

[ecomm911.ca/911-dispatch/how-9-1-1-works](http://ecomm911.ca/911-dispatch/how-9-1-1-works)

Deberá llamar al número de emergencias:

- si está en peligro;
- si usted ve a otra persona en peligro;
- si acaba de ocurrir un delito grave.

Puede pedir ayuda en su idioma. Dígale a la persona el nombre de su idioma. Encontrarán a alguien que traduzca.

Debe llamar al número para situaciones que no son emergencias:

- si nadie está en peligro;
- si ha pasado tiempo desde que ocurrió el delito.

Para encontrar el número de teléfono para situaciones que no son emergencias de su comunidad, visite [ecomm911.ca](http://ecomm911.ca).

Si no está seguro a qué número llamar, llame al número de emergencia. Diga a la policía lo que está sucediendo. Ellos lo ayudarán. Puede llamar a la policía en cualquier momento, de día o de noche.

El sitio web de E-Comm contiene una lista de números de teléfono de emergencia. Tiene información en varios idiomas.

[ecomm911.ca](http://ecomm911.ca), busque "interpretation services" (servicios de interpretación).

## Detenciones policiales

La policía se asegura de que las personas cumplan la ley. La policía puede detener a las personas que infringen la ley.

La policía también debe obedecer ciertas leyes. Cuando arrestan a personas, los agentes de policía deben decir quiénes son. Deben mostrar su identificación. Deben explicar por qué lo detienen. También deben informarle de sus derechos.



Si lo detienen, el agente de policía puede preguntarle su nombre y dirección. Debe decirles esto. Pero no tiene que decir nada más hasta que hable con un abogado. Tiene derecho a hablar con un abogado. Si la policía lo detiene o le hace preguntas sobre un delito, debe permitirle llamar a un abogado de inmediato. Deben dejarlo hablar a solas con el abogado.

Si no conoce a un abogado o no puede pagarlo, póngase en contacto con Brydges Line. Está gestionado por Legal Aid BC y está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Llamada sin costo: 1 866 458-5500  
[lss.bc.ca/legal\\_aid/brydgesLine](http://lss.bc.ca/legal_aid/brydgesLine)

También puede pedir a la policía el número de teléfono de asistencia jurídica. El agente de policía debe darle el número y dejarlo llamar. Para obtener más información sobre abogados y la asistencia jurídica, consulte la página 133.

Si lo detienen, la policía debe llevarlo al juzgado o ponerlo en libertad (dejarlo ir) en un plazo de 24 horas.

## Denuncias contra la policía

Si tiene una denuncia contra la policía municipal, tiene derecho a decir lo que ha pasado. Puede ponerse en contacto con la Oficina del Comisionado de Quejas contra la Policía (Office of the Police Complaint Commissioner).

Llamada sin costo: 1 877 999-8707  
[opcc.bc.ca](http://opcc.bc.ca)

Si tiene una queja contra la RCMP, puede ponerse en contacto con la Comisión de Quejas del Público contra la Real Policía Montada de Canadá.

Llamada sin costo: 1 800 665-6878  
[crcc-ccetp.gc.ca](http://crcc-ccetp.gc.ca)

## Ser testigo

Un testigo es alguien que ve pasar algo, como un accidente de tráfico o un crimen. Los testigos pueden dar información a la policía. Pueden ayudar a la policía a encontrar a un delincuente o a entender quién ha causado un accidente. Los testigos son muy importantes en las leyes canadienses. Si es testigo de un delito o

accidente, debe informar a la policía. Si le piden que testifique (que vaya al tribunal y diga lo que vio), debe ir.

Si observa un accidente de automóvil, puede dar al conductor su nombre y número de teléfono. Es posible que necesiten que le cuente a la policía lo que vio. También pueden necesitar que hable con la compañía de seguros o el tribunal.

Para obtener más información sobre lo que hay que hacer en un accidente de tráfico, consulte la página 101.

El maltrato infantil es un delito grave. La ley dice que los testigos deben denunciar el maltrato infantil. Si es testigo de que un niño ha sido herido, maltratado o abandonado, debe denunciarlo.

[gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/reporting-child-abuse](http://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/reporting-child-abuse)

## Los tribunales

Los distintos tribunales se ocupan de diferentes tipos de problemas legales. Los principales tribunales de B.C. son:

- Tribunal de Apelación de BC.
- Tribunal Supremo de BC.
- Tribunal Provincial de Columbia Británica, que tiene 5 divisiones:
  - La división penal se encarga de los casos de derecho penal. El Tribunal Supremo de BC se ocupa de los delitos más graves.
  - La división de tránsito, multas y estatutos se encarga de las multas de tránsito. También se encarga de las multas por delitos federales y las infracciones de los estatutos municipales.
  - La división de familia se encarga de manutención familiar, las decisiones sobre crianza y órdenes de protección.
  - La división del tribunal de menores se ocupa de personas de 12 a 17 años acusadas de un delito.
  - La división del tribunal para casos menores maneja desacuerdos sobre negocios y dinero entre \$5.001 y \$35.000.  
[gov.bc.ca/gov/content/justice/courthouse-services/small-claims/how-to-guides/what-is-small-claims](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/courthouse-services/small-claims/how-to-guides/what-is-small-claims)



Para obtener más información, visite el sitio web del Tribunal Provincial de Columbia Británica.

[provinciacourt.bc.ca/types-of-cases](http://provinciacourt.bc.ca/types-of-cases)

### **Tribunal de Resolución Civil**

El Tribunal de Resolución Civil (Civil Resolution Tribunal) resuelve demandas de menor cuantía de hasta \$5.000. También es competente para resolver determinadas demandas por accidente de hasta \$50.000. [civilresolutionbc.ca](http://civilresolutionbc.ca)

### **Acudir a los tribunales**

Los tribunales de Columbia Británica operan en inglés y, para ciertos asuntos, en francés. Puede pedir un intérprete para que lo ayude a comunicarse. El tribunal proporcionará intérpretes para:

- todos los procesos penales;
- procedimientos de familia en el Tribunal Provincial;
- tribunal de tránsito;
- casos de estatutos municipales;

Solo se consigue un intérprete si se pide.

En un juicio penal, las personas que hablan francés pueden pedir que todo el juicio sea en francés. Debe hacerlo antes de que comience el juicio.

### **Los jóvenes y la ley**

A veces los jóvenes infringen la ley. En Canadá existe una ley especial para los niños de 12 a 17 años. Se llama Ley de Justicia Penal Juvenil (Youth Criminal Justice Act).

Los jóvenes no acuden al mismo tribunal que los adultos. Van a un tribunal de menores. Lo mismo ocurre para un adulto que tenía menos de 18 años en el momento del delito. El juez del tribunal de menores se asegurará de que el joven tenga un abogado.

La ley canadiense dice que los mayores de 18 años son adultos. Si los mayores de 18 años infringen la ley, deben ir al tribunal de adultos.

Las familias con hijos que han infringido la ley pueden recibir asesoramiento. Los programas gubernamentales tienen trabajadores que pueden hablar con las familias. Estos programas tienen diferentes nombres

en diferentes áreas. Si usted o su familia necesitan asesoramiento legal, póngase en contacto con su agencia local de asentamiento para inmigrantes. Pueden ayudarlo a encontrar estos servicios. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted. [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)

### **Separación y divorcio**

A veces, las parejas con hijos se separan o se divorcian. Tienen que decidir cómo cuidar de sus hijos. A veces, el tribunal ayuda a los padres a tomar decisiones sobre el cuidado de los hijos.

Conseguir un divorcio es un proceso judicial, pero los padres no siempre necesitan acudir a los tribunales. Pueden obtener ayuda de los Centros de Justicia Familiar (Family Justice Centres). Las personas que trabajan en los Centros de Justicia Familiar tienen una formación especial en derecho familiar. Pueden ayudar a las parejas a ponerse de acuerdo sobre la crianza de los hijos (dónde viven y cuánto tiempo pasan con cada uno de los padres). También pueden ayudar a los padres a tomar una decisión sobre la cantidad de dinero que van a pagar para mantener a sus hijos, y tal vez el uno al otro. Los Centros de Justicia Familiar son gratuitos y confidenciales.

Encuentre un Centro de Justicia Familiar cerca de usted.

[clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019](http://clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019)

Los Centros de Acceso a la Justicia (Justice Access Centres) ofrecen ayuda en cuestiones de derecho familiar y civil que afectan a la vida cotidiana.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac)

También puede llamar a Service BC para encontrar un Centro de Justicia Familiar.  
Greater Vancouver: 604 660-2421  
Victoria: 250 387-6121  
Llamada sin costo: 1 800 663-7867

Las personas pueden obtener información y hacer un curso gratuito en línea sobre cómo ser padres después de la separación y el divorcio.

[gov.bc.ca/parentingafterseparation](http://gov.bc.ca/parentingafterseparation)



Legal Aid BC también tiene información, recursos y talleres para padres y familias. [familylaw.lss.bc.ca](http://familylaw.lss.bc.ca)

Si tiene bajos ingresos, puede obtener asesoramiento jurídico gratuito de un abogado especializado en temas de familia por teléfono. Los abogados de Family LawLINE asesoran sobre cuestiones de derecho familiar.

Para saber más sobre la Family LawLINE, llame a Legal Aid BC.

Área de Vancouver: 604 408-2172

Llamada sin costo: 1 866 577-2525

[familylaw.lss.bc.ca/call/family-lawline](http://familylaw.lss.bc.ca/call/family-lawline)

## Recurrir a un abogado

Si tiene un problema legal, puede necesitar un abogado. A veces un abogado puede ayudarlo a resolver un problema antes de acudir a los tribunales.

## Cómo encontrar un abogado

- Póngase en contacto con el Servicio de Remisión de Abogados (Lawyer Referral Service). Este servicio le dará el nombre de un abogado. Puede llamar y hacer una cita. El abogado hablará con usted gratuitamente durante un máximo de 30 minutos. Llamada sin costo: 1 800 663-1919 [accessprobono.ca/lawyer-referral-service](http://accessprobono.ca/lawyer-referral-service)

- Póngase en contacto con su agencia local de asentamiento para inmigrantes. Pueden ayudarlo a encontrar estos servicios. Encuentre una agencia de asentamiento cerca de usted.
- Residentes permanentes, incluidos refugiados [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Residentes temporales, incluidos solicitantes de refugio, trabajadores extranjeros temporales y estudiantes internacionales de pregrado [welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Obtener ayuda si no puede pagar un abogado

La asistencia jurídica es un servicio gratuito para personas que no pueden permitirse contratar un abogado. La asistencia jurídica puede ayudar con algunos tipos de problemas de derecho penal, derecho familiar y derecho migratorio. Si no puede permitirse un abogado, póngase en contacto con Legal Aid BC para saber si es elegible. Greater Vancouver: 604 408-2172 Llamada sin costo: 1 866 577-2525 [lss.bc.ca](http://lss.bc.ca)



## **i** Para obtener más información legal

El **Consultorio Jurídico de Inmigración y Refugiados (Immigration and Refugee Legal Clinic)** ofrece representación legal gratuita y asesoramiento a solicitantes de refugio con bajos ingresos, a inmigrantes y a personas sin estatus legal. Los servicios incluyen solicitudes de refugio complejas, solicitudes de refugio urgentes y apelaciones. Área de Vancouver: 778 372-6583  
Correo electrónico: [info@irlc.ca](mailto:info@irlc.ca)  
[irlc.ca](http://irlc.ca)

**Seniors First BC** ofrece ayuda legal gratuita a los mayores de 55 años. La Línea de Información y Maltrato de Personas Mayores (Seniors Abuse and Information Line, SAIL) ofrece información y remisiones a personas mayores. Área de Vancouver: 604 437-1940  
Llamada sin costo: 1 866 437-1940  
[seniorsfirstbc.ca](http://seniorsfirstbc.ca)

**Clicklaw** es un sitio web de información jurídica. Proporciona información y educación legal a los habitantes de B.C. Tienen información de más de 40 organizaciones.  
[clicklaw.bc.ca](http://clicklaw.bc.ca)

**Justice Education Society de BC** proporciona información sobre el funcionamiento del sistema judicial de B.C. Área de Vancouver: 604 660-9870  
[justiceeducation.ca](http://justiceeducation.ca)

**People's Law School** ayuda a las personas a resolver problemas jurídicos cotidianos. Proporciona información y apoyo para que pueda encontrar la ayuda legal adecuada. No proporciona asesoramiento jurídico sobre problemas legales individuales. Si necesita ayuda legal, People's Law School puede remitirlo a servicios jurídicos. El sitio web tiene muchos recursos útiles. Área de Vancouver: 604 331-5400  
Correo electrónico: [info@peopleslawschool.ca](mailto:info@peopleslawschool.ca)  
[peopleslawschool.ca](http://peopleslawschool.ca)

**PovNet** tiene información sobre los problemas de la pobreza y la ley.  
[povnet.org](http://povnet.org)

El sitio web **Dial-A-Law** tiene información jurídica gratuita. Puede leer o escuchar la información en línea. También puede escuchar la información por teléfono. Llamada sin costo: 1 800 565-5297  
[dialalaw.peopleslawschool.ca](http://dialalaw.peopleslawschool.ca)

La **Oficina especializada en los derechos humanos de BC (BC Human Rights Clinic)** ayuda a las personas con denuncias provinciales sobre derechos humanos. Ofrecen servicios legales gratuitos. Área de Vancouver: 604 622-1100  
Llamada sin costo: 1 855 685-6222  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

El **Tribunal de Derechos Humanos de BC (BC Human Rights Tribunal)** se ocupa de las denuncias sobre derechos humanos en B.C. Área de Vancouver: 604 775-2000  
Llamada sin costo: 1 888 440-8844  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

La **Comisión de Derechos Humanos de Canadá (Canadian Human Rights Commission)** protege los derechos humanos en Canadá. Llamada sin costo: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.gc.ca](http://chrc-ccdp.gc.ca)

Los **Centros de acceso a la justicia (Justice Access Centres)** ofrecen ayuda en cuestiones de derecho familiar y civil que afectan a la vida cotidiana. Entre ellos se incluyen: separación o divorcio, seguridad de los ingresos, empleo, vivienda y deudas.  
[gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac)

Los **Centros de Justicia Familiar (Family Justice Centres)** ofrecen servicios a los ciudadanos de Columbia Británica que se encuentran en proceso de separación o divorcio. Encuentre un Centro de Justicia Familiar cerca de usted.  
[clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019](http://clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019)

**Access Pro Bono** es una sociedad sin fines de lucro. Ayudan a personas con bajos ingresos a encontrar abogados voluntarios. Sus servicios son gratuitos. Llamada sin costo: 1 877 762-6664  
[accessprobono.ca](http://accessprobono.ca)



## Gobierno

Canadá tiene 3 niveles de Gobierno:

- federal
- provincial o territorial
- municipal o local

Estos Gobiernos son elegidos por los canadienses.

### Gobierno de Canadá

El Gobierno federal tiene su sede en Ottawa. Es responsable de cosas que afectan a todos los canadienses. Entre ellas se encuentran inmigración, defensa nacional, asuntos exteriores, seguro de empleo, banca, servicios postales, transporte, ferrocarriles, teléfonos, tuberías y derecho penal.

Puede obtener información sobre el Gobierno federal en Service Canada. Toda la información está disponible en francés e inglés.

Service Canada

Llamada sin costo: 1 800 622-6232

(1 800 O-Canada)

[Canada.ca](http://Canada.ca), busque “Service Canada” (Servicios de Canadá).

Encuentre un local de Service Canada cerca de usted.

[servicecanada.gc.ca/tbsc-fsco/sc-hme.jsp](http://servicecanada.gc.ca/tbsc-fsco/sc-hme.jsp)

Cada provincia y territorio de Canadá tiene circunscripciones federales (distritos electorales). Cada circunscripción elige a 1 miembro del Parlamento (Member of Parliament, MP) para el Gobierno de Canadá. Hay 42 circunscripciones federales en Columbia Británica. El MP de cada zona tiene una oficina en la comunidad. Esto se llama oficina de circunscripción.

Utilice su código postal (parte de su dirección postal) para encontrar a su MP en este sitio web. [ourcommons.ca/en/members](http://ourcommons.ca/en/members)

Para obtener información sobre el voto en las elecciones canadienses, visite Elecciones Canadá.

[Elections.ca](http://Elections.ca), busque “My voter’s guide” (Mi guía del votante).

## Gobierno provincial

Canadá tiene 10 provincias y 3 territorios. Cada uno tiene el poder de cambiar sus leyes y gestionar sus propias tierras. Los Gobiernos provinciales y territoriales son responsables de educación, atención médica, algunos recursos naturales y la normativa vial. A veces, los Gobiernos federales y provinciales comparten el poder. Por ejemplo, tanto el Gobierno federal como los provinciales hacen leyes sobre agricultura, recursos naturales e inmigración.

Puede obtener información sobre el Gobierno de Columbia Británica en Service BC.

Service BC

Área de Vancouver: 604 660-2421

Victoria: 250 387-6121

Llamada sin costo: 1 800 663-7867

[servicebc.gov.bc.ca](http://servicebc.gov.bc.ca)

Hay 87 circunscripciones provinciales en Columbia Británica. Cada circunscripción elige 1 Miembro de la Asamblea Legislativa (Member of the Legislative Assembly, MLA) para representarla. El MLA tiene una oficina en la comunidad. Esto se llama oficina de circunscripción.

Puede encontrar su MLA en línea.

[leg.bc.ca/learn-about-us/members](http://leg.bc.ca/learn-about-us/members)

Para obtener información sobre el voto en las elecciones de Columbia Británica, visite Elections BC.

[Elections.bc.ca](http://Elections.bc.ca)

## Gobierno local

Los Gobiernos locales son para ciudades, pueblos, aldeas (municipios) y distritos regionales. Los Gobiernos locales suelen prestar servicios de policía, protección contra incendios, recogida de basura, agua potable, alcantarillado y actividades recreativas (parques y centros comunitarios).

Todos los Gobiernos locales tienen una oficina en la que se pueden hacer preguntas, discutir problemas, pagar los impuestos sobre la propiedad y obtener una licencia comercial. A menudo se les llama “ayuntamiento”. Las oficinas y sitios web del Gobierno local tienen información sobre la comunidad, servicios, parques, recreación y otros programas para los residentes.



Encuentre su municipio o distrito regional.  
[civicinfo.bc.ca/directories](http://civicinfo.bc.ca/directories)

Para obtener información sobre el voto en las elecciones del Gobierno local, visite Elections BC.  
[Elections.bc.ca](http://Elections.bc.ca)

## Inmigración y ciudadanía

El Gobierno de Canadá es responsable de la inmigración y la ciudadanía. Para obtener información sobre inmigración, visite el sitio web del Ministerio de Inmigración, Refugiados y Ciudadanía de Canadá.  
[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada.html)

Obtenga información sobre cómo convertirse en ciudadano canadiense.  
[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/canadian-citizenship.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/canadian-citizenship.html)

Todos los años, B.C. acoge a nuevos inmigrantes en la provincia. Existen programas de inmigración provinciales y federales para ayudar a trabajadores extranjeros, estudiantes internacionales y empresarios con experiencia y sus familias a inmigrar a B.C. para trabajar y crear negocios.

Si los empleadores de B.C. no pueden encontrar trabajadores locales cualificados, pueden recurrir a programas de inmigración como el BC Provincial Nominee Program (BC PNP) (Programa Provincial de Nominados) para contratar a personas de todo el mundo.  
[welcomebc.ca/PNP](http://welcomebc.ca/PNP)



# SIGLAS Y ABREVIATURAS

En Canadá, muchas personas utilizan formas abreviadas hechas con las primeras letras de las palabras de un grupo de palabras. A veces, se pronuncian letra por letra. Por ejemplo, decimos “E-S-L” para el English as a Second Language (Inglés como Segundo Idioma). Estas abreviaturas se pronuncian letra por letra:

<b>ABE</b>	Adult Basic Education (Educación Básica para Adultos)
<b>ATM</b>	Automated Teller Machine (cajero automático)
<b>B.C.</b>	British Columbia (Columbia Británica)
<b>BCEA</b>	British Columbia Employment and Assistance (Empleo y Asistencia en Columbia Británica)
<b>CCRR</b>	Child Care Resource and Referral Centre (Centro de Recursos y Remisiones de Cuidado Infantil)
<b>CPP</b>	Canada Pension Plan (Plan de Pensiones de Canadá)
<b>EI</b>	Employment Insurance (Seguro de Empleo)
<b>ESL</b>	English as a Second Language (Inglés como Segundo Idioma)
<b>GIC</b>	Guaranteed Investment Certificate (Certificados de Inversión Garantizada)
<b>GIS</b>	Guaranteed Income Supplement (Suplemento de Ingreso Garantizado)
<b>ICBC</b>	Insurance Corporation of British Columbia (Corporación de Seguros de Columbia Británica)
<b>ID</b>	Identification (Identificación)
<b>LGBTQ2S+</b>	Lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, and Two-Spirit (lesbiana, gay, bisexual, transgénero, queer y de dos espíritus)
<b>LINC</b>	Language Instruction for Newcomers to Canada (Enseñanza de Idioma para Recién Llegados a Canadá)
<b>MOSAIC</b>	Multi-Lingual Orientation Service Association for Immigrant Communities (Asociación de Servicios de Orientación Multilingüe para Comunidades de Inmigrantes)
<b>MSP</b>	Medical Services Plan (Plan de Servicios Médicos)
<b>OAS</b>	Old Age Security (Programa de Seguro de Vejez)
<b>RCMP</b>	Royal Canadian Mounted Police (Real Policía Montada de Canadá)
<b>SPCA</b>	Society for the Prevention of Cruelty to Animals (Sociedad para la Prevención de la Crueldad contra los Animales)
<b>STD</b>	Sexually transmitted disease (Enfermedad de transmisión sexual)
<b>STI</b>	Sexually transmitted infection (Infección de transmisión sexual)
<b>TV</b>	Television (televisión)
<b>UPCC</b>	Urgent and Primary Care Centre (Centro de Atención Primaria y Urgente)
<b>WAVAW</b>	Women Against Violence Against Women (Mujeres contra la violencia Contra Mujeres)

A veces pronunciamos estas formas abreviadas como una palabra. Por ejemplo, decimos la palabra PIN para el número de identificación personal. Estas siglas se pronuncian como palabras:

<b>ICES</b>	International Credential Evaluation Service (Servicio de Evaluación de Credenciales Internacionales)
<b>PIN</b>	Personal Identification Number (Número de identificación personal)
<b>SAFER</b>	Shelter Aid for Elderly Renters (Asistencia de Refugio para Arrendatarios Mayores)
<b>SIN</b>	Social Insurance Number (Número de Seguro Social)

# ÍNDICE

## Símbolos

8-1-1 59  
9-1-1 19, 20, 61, 130

## A

Abogado 133  
Abuso 80-84  
Acoso 122  
Adicción 67, 85  
Aerolíneas 26  
Agencias de asentamiento 4  
Agencias de asentamiento para inmigrantes 4  
Agencias de ayuda a los recién llegados 4  
Agresión 80  
Alcohol y otras drogas 15, 63, 84, 99  
    Problemas con 84  
Alquiler 33  
Ambulancia 19  
Apartamento 33  
Aprendizaje del Idioma Inglés para niños 73  
Aprendizaje distribuido (a distancia)  
    y educación en casa 74  
Apuestas 84  
    Problemas con 84  
Arrendador 33-40  
    Convertirse en arrendador 43  
Asistencia  
    Familias 88  
    Personas mayores 90  
    Víctimas de delitos 130  
    Vivienda 41  
    Asistencia lingüística 61-68  
Autobuses 25  
    BC Transit 22  
    HandyDART 23  
    HandyDART 23  
    TransLink 21, 23  
Automóviles 25  
    Accidentes 101  
    Alquileres 104  
    Compartir 23  
    Comprar 101  
    Conducción 96  
Ayuda a los ingresos 86, 121  
Ayuda al empleo y de ingresos  
    (asistencia social) 86

## B

Bancos 48  
    Máquinas 50  
    Por teléfono, internet y teléfono  
        inteligente 50  
Bancos de alimentos 87  
Basura y reciclaje 38  
BC211 7, 79  
Bebida y conducción 99  
Beneficio Fiscal para la Primera Infancia de  
    BC 88  
Beneficios complementarios 57  
Beneficios para familias con niños 88  
Beneficios sociales  
    (ayuda a los ingresos) 86, 121  
Beneficios sujetos a impuestos 116  
Bibliotecas 27  
Bicicletas 24

## C

Caminar 24  
Cannabis 15, 85  
Carta de Derechos y Libertades 127  
Centros comunitarios, recreativos  
    y para personas mayores 28  
Centros de crisis 79  
Cheques 49  
Cinturones de seguridad 97  
Ciudadanía canadiense 136  
Clases de ESL para adultos 76  
Clínicas de atención sin cita previa 60  
Colegios universitarios 74  
    Aprendizaje distribuido (a distancia) 75  
    Clases de inglés 76  
    Educación continua 75  
    Educación postsecundaria 74  
Compras 47  
Conducción 96  
    Distracción 99  
    Escuelas 97  
Contrato de Arrendamiento Residencial 35  
Correo 26  
    Envío y recepción 26  
Costumbres sociales 14  
COVID-19 65  
Credenciales 110  
Crímenes de odio 129

Cualificaciones 110  
 Cuidados compasivos 118  
 Currículum 109  
 Cursos de mejora 112

## D

Deducciones 115  
 Defensor del Pueblo, Oficina del 92  
 Dentistas 62  
 Derechos humanos 127  
 Desalojo 39  
 Días festivos 117  
 Dinero 47  
     Banca 48  
     Enviar dinero 50  
     Inversión 54  
     Pedir préstamos y dinero adeudado 51  
 Dinero adeudado 51  
 Discriminación  
     Trabajo 122  
     Vivienda 34

## E

Educación  
     Postsecundaria 74  
     Secundaria 72  
 Educación continua 75  
 Educación postsecundaria 74  
 Efectivo 47  
 Empleo  
     Buscar empleo 107  
     Herirse en el empleo 122  
     Obtener un certificado para trabajar  
         en B.C. 111  
     Pérdida del empleo 120  
     Postularse para un empleo 108  
 Emergencias 19  
     Emergencias médicas 60  
     Llamar a la policía 130  
 Entrevistas de empleo 110  
 Escuelas  
     Escuelas públicas 71  
     Independientes (privadas) 72  
     Postsecundaria 74  
 Exámenes de la vista y anteojos 62

## F

Familias  
     Ayuda para 88  
     Beneficios 88  
     Costumbres sociales 14  
 Farmaceuta 61  
 Fármacos  
     Problemas con 84-85  
     Receta médica 61  
 Ferris 26  
 Fraude y estafas 18

## G

Gobierno 135  
 Gobierno federal 135  
 Gobierno local 135  
 Guía para los Recién Llegados a B.C.  
     Aplicaciones 3  
     Orden d  
     Uso 3

## H

Hipoteca 42  
 Horas de trabajo 114  
 Hospital 60

## I

Identidad de género 129  
 Impuestos 51  
     Pago de impuestos 51  
 Impuesto sobre bienes y servicios (GST) 47  
 Impuesto sobre la renta 51  
 Impuestos sobre la propiedad 53  
 Infantil  
     Asientos de seguridad para niños 98  
     Cuidado (guardería) 89  
 Inglés 76  
 Inmigración y ciudadanía 136  
 Institutos (educativos) 74  
 Internet  
     Banca por internet 50  
     Fraude y estafas en línea 18  
     Obtener servicio de internet 38  
     Uso de internet 7

## ÍNDICE

### J

- Jóvenes
  - Ayuda para 82
  - Los jóvenes y la ley 132

### Jurídico

- Información 134
- Sistema 127

### L

- Ley de Libertad de Información y Protección de la Privacidad 128

### Leyes

- Trabajo 114
- Tránsito 97

- Leyes de tránsito 97

- LGBTQ2S+ (lesbiana, gay, bisexual, transgénero, queer y de dos espíritus) 92, 129

- Licencia de conducir 96

### M

### Mapas

- Columbia Británica h
- Región de Vancouver 143

- Medicamentos con receta 61

### Medicinas

- Comprar 61
- Farmacias 61
- Recetas médicas 61

### Médico

- Emergencias 60
- Seguro 58

### Médicos 59

- Encontrar un médico de familia o un enfermero profesional 59

### Ministerio de Inmigración, Refugiados y

- Ciudadanía de Canadá (IRCC) 8, 81, 136

### N

- Necesidades especiales (niños en la escuela) 72

### Negocios

- Compañías privadas, hacer negocios con 51
- Iniciar su propio 123

### Niños

- Apoyo para 88
- Y trabajo 117

- Normas de empleo 114

- Número de Seguro Social (SIN) 107

### O

- Oficina de correos 26

- Optometristas 62

### P

### Patrocinio

- Desglose 85
- Refugiados 5

### Pensión 53

- Pensión de Seguro de Vejez (OAS) 53

- Pérdida del empleo 120

- Perfiles profesionales, WorkBC 110

- Permiso parental 118

- Permisos de maternidad y parental 118

- Personas con discapacidades 92

- Aplazamiento del impuesto sobre la propiedad para 53

- Transporte para 22

- Viviendas subsidiadas para 41

- Personas con discapacidades 92

- Diferimiento del impuesto sobre la propiedad 53

- Transporte 22

- Viviendas subsidiadas 41

- Personas mayores

- Ayuda financiera 53

- Centros comunitarios, recreativos y para personas mayores 28

- Programas y beneficios para personas mayores 90

- Suplemento para personas mayores 53

- Personas sin hogar 86

- PharmaCare y Fair PharmaCare 61

- Plan de Pensiones de Canadá (CPP) 115

- Plan de Servicios Médicos (MSP)

- Beneficios complementarios 57

- Cobertura 57

- Registro 57

- Tarifas y asistencia 57

- Plan Registrado de Ahorro para

- la Educación (RESP) 75

- Policía 130

- Denuncias contra la policía 131

- Detenciones 130

- Informar de los accidentes de tráfico 101

- Leyes de tránsito 97

- Prestación Canadiense por Hijos 52

- Préstamos

Aplazamiento del impuesto sobre la propiedad 53  
 Automóvil 103  
 Estudiante 74  
 Reconocimiento de cualificaciones extranjeras (FQR) 112  
 Programa de Bonificación Familiar de BC 88  
 Programa de Empleo y Asistencia de BC 86  
 Programa Federal Provisional de Salud (IFHP) 6, 58  
 Programa gradual de licencias 97  
 Programa Provincial de Nominados de BC 8, 136  
 Programas de educación en francés 73  
 Programas de primera infancia 72  
 Protección  
     Empleo 122  
     En línea 18  
     Personal 18  
 Pueblos indígenas 11

## R

Reconocimiento de cualificaciones extranjeras (FQR) 112  
 Recreación 28  
 Refugiados  
     Programa Federal Provisional de Salud (IFHP) 6, 58  
     Refugiados con asistencia del Gobierno 5  
     Refugiados con patrocinio privado 5  
     Solicitantes de refugio 6  
 Refugiados con asistencia del Gobierno 5  
 Refugios de emergencia 86

## S

Salud  
     HealthLink BC 58  
     Programa Federal Provisional de Salud (IFHP) 6, 58  
     Recuperar la salud y mantenerse saludable 64  
     Seguro médico 57  
 Salud mental 63  
     Alcohol y otras drogas 63  
 Seguro  
     Automóvil 95, 101  
     Casa 43  
     Médico 58

Seguro de empleo (EI) 121  
     Deducciones 115  
 Seguro médico 58  
 Seguro médico privado 58  
 Service BC 8  
 Service Canada 8  
 Servicios de asentamiento para inmigrantes francoparlantes 5  
 Servicios de enfermería (8-1-1) 59  
 Servicios de interpretación y traducción 5  
 Servicios de traducción e interpretación 5  
 Servicios públicos 35  
 Siglas y abreviaturas 137  
 Sindicatos  
     Afiliación a un sindicato 114  
     Cuotas sindicales 116  
 Sistema educativo 71  
 Sistemas métrico e imperial 48  
 Sueldo mínimo 116  
 Suplemento de Ingreso Garantizado (GIS) 53

## T

Tarjeta de servicios de BC 57  
 Tarjetas de crédito 49  
 Tarjetas de débito 49  
 Taxis 23  
 Teléfonos 16  
     Banca por teléfono 50  
     Llamadas de larga distancia 17  
     Teléfonos móviles 16  
 Testigo 131  
 Trabajadores de Asentamiento en las Escuelas (SWIS) 71  
 Trabajar (ver también empleo) 114  
     Discriminación y acoso 122  
     Herirse 122  
     Leyes sobre 114  
     Obtener un certificado para trabajar en B.C. 111  
     Permiso 118  
     Transporte 21  
 Trenes 26  
 Tribunales 131

## U

Unidades de salud pública 63  
 Universidades  
     Aprendizaje distribuido (a distancia) 74  
     Educación continua 75  
     Educación postsecundaria 74

## ÍNDICE

### V

Vacaciones 117

Vehículos

    Compra y venta 101

    Desde fuera de B.C. 104

Viaje

    Entre comunidades 25

Víctimas de delitos 130

Violación, agresión sexual 80

Violencia, maltrato y abandono 80

Vivienda

    Alquiler de viviendas 33

    Asistencia 41

    Comprar una vivienda 42

    Tipos de vivienda 33

    Vivienda de emergencia 86

    Viviendas subsidiadas 41

Viviendas de bajo costo 41

Viviendas subsidiadas 41

Voluntariado 29

### W

WorkSafeBC 122

# Región de Vancouver



