



WelcomeBC

ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



2025

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)



ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ

ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਛਪਾਈ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਅੱਪ ਟੂ ਡੇਟ ਹੈ। ਨਾਮ, ਪਤੇ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਬਿਨਾਂ ਨੋਟਿਸ ਦੇ ਮੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਗਾਈਡ ਗੈਰ-ਮੂਲ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੈਂਗੂਏਜ ਬੈਚਮਾਰਕ 4 (ਸੀ ਐੱਲ ਬੀ 4) ਪੱਧਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ।

ਧੰਨਵਾਦ

ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਨਿਊਕਮਰਜ਼ ਗਾਈਡ ਟੂ ਰਿਸੋਰਸਜ਼ ਐਂਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼) ਦਾ ਇਹ ਐਡੀਸ਼ਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ।

Library and Archives Canada Cataloguing in Publication Data

Main entry under title:

British Columbia newcomers' guide to resources. – June 1999-

Irregular.

“Immigrant settlement”.

Issued also in multiple other language eds.

Issued also on the Internet.

Imprint varies.

ISSN 1493-8065 = British Columbia newcomers' guide to resources and services

1. Human services – British Columbia. 2. Immigrants – Services for – British Columbia. I. British Columbia. Ministry Responsible for Multiculturalism and Immigration. II. British Columbia. Ministry of Community, Aboriginal and Women's Services. III. British Columbia. Welcome BC.



WelcomeBC

ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



2025
ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)

ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ

ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਐਡੀਸ਼ਨ ਤੁਹਾਨੂੰ welcomebc.ca 'ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਾਪੀਆਂ ਵੀ ਮੁੱਕਣ ਤੱਕ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸਰੋਤ ਆਰਡਰ ਫਾਰਮ ਭਰੋ: welcomebc.ca/newcomersguides

ਅਸੀਂ ਇਸ ਸੂਬੇ ਦੇ ਚੁਗਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਾਨਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੂਲਵਾਸੀ (ਇਨਡਿਜਨਸ) ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ, ਹਿੱਤਾਂ, ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਦੂਸਰੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਲਈ ਚੁਣਿਆ; ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਵੇਕਲੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ, ਇਤਿਹਾਸਾਂ, ਅਧਿਕਾਰਾਂ, ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।



ਮਾਨਯੋਗ ਜੈਸੀ ਸੁੱਨਰ,
ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ
ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ
ਹੁਨਰਾਂ ਦੇ ਮੰਤਰੀ

ਮੰਤਰੀ ਵੱਲੋਂ ਸਵਾਗਤੀ ਸੰਦੇਸ਼

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਮੰਤਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਡਾ ਤਹਿ ਦਿਲੋਂ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹਾਂਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਹੋ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕੈਰੀਅਰ ਬਣਾਉਣ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ, ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਮਿਲਣ, ਸ਼ਰਨ ਲੈਣ ਜਾਂ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਅਧਿਆਇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਏ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੋ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਰਥਪੂਰਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰਤਿਭਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇਪਨ ਦੀ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਸਾਡਾ ਸੂਬਾ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਹਰ ਕੋਨੇ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਘਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਂਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਹੁਨਰ, ਸੁਪਨੇ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਚੁਨੌਤੀਆਂ ਦੋਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰਿਹਾਇਸ਼, ਕੰਮ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਪਰਕ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਣਾਈ ਗਈ ਸੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਇੱਥੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਸੋਬਾ ਕਰਨ, ਸਮਰਥਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਧਣ-ਫੁੱਲਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਆਪਣੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਵਧਕੇ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਉਚਿਤ ਅਤੇ ਸਵਾਗਤ ਯੋਗ ਭਵਿੱਖ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਂਝੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਉਤਸੁਕ ਹਾਂ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸਵਾਗਤ ਹੈ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਅਗਲਾ ਅਧਿਆਇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਹਰ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਕਰਦੀ ਹਾਂ।

ਤਤਕਰਾ



1 ਜਾਣ-ਪਛਾਣ 1

- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ, ਕੈਨੇਡਾ ਬਾਰੇ



2 ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਰਹਿਣ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 19

- ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਓ
- ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਬੀ.ਸੀ. ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ



3 ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 27

- ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਓ
- ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ
- ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਵਿਸ ਕਾਰਡ ਲਵੋ
- ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭੋ
- ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲਵੋ
- ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹੋ
- ਫ਼ੋਨ ਲਵੋ
- ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ/ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ
- ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਕਾਰਡ ਲਵੋ
- ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਲਵੋ



4 ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ 39

4.1 ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ 41

- ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ
- ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲੈਣਾ
- ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ
- ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ
- ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ
- ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ
- ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਣਨਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣਾ
- ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

4.2 ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ) 65

- ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ
- ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲੱਭਣੀ
- ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

4.3 ਰਿਹਾਇਸ਼ 71

- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ
- ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣੀ
- ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ
- ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋ-ਆਪ (ਸਹਿਕਾਰੀ ਰਿਹਾਇਸ਼) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ
- ਜਗ੍ਹਾ ਖਰੀਦਣੀ
- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ(A-Z)

4.4 ਡਰਾਈਵਿੰਗ 91

- ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ
- ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣਾ
- ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ
- ਕਾਰ ਚਲਾਉਣੀ ਸਿੱਖਣੀ
- ਕਾਰ ਹਾਦਸੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ
- ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ
- ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ
- ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਬਾਰੇ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

4.5 ਆਵਾਜਾਈ 113

- ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ
- ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ
- ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ
- ਟੈਕਸੀ ਲੈਣੀ
- ਰਾਈਡ-ਹੋਲਿੰਗ (ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ)
- ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ (ਕਾਰ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਰਲ ਕੇ ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ)
- ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਚਾਰਟਰਡ ਬੱਸ ਲੈਣੀ
- ਜਹਾਜ਼ ਲੈਣਾ
- ਫੈਰੀ ਲੈਣੀ
- ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ
- ਬਾਈਕ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ (ਸਾਈਕਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ)
- ਪੈਦਲ ਚੱਲਣਾ
- ਆਵਾਜਾਈ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ(A-Z)

4.6 ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ 129

- ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਸੰਕਟ-ਕਾਲ) ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਸੰਕਟ-ਕਾਲੀਨ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ
- ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ
- ਆਪਣੀ ਜਾਇਦਾਦ (ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ) ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ
- ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ
- ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

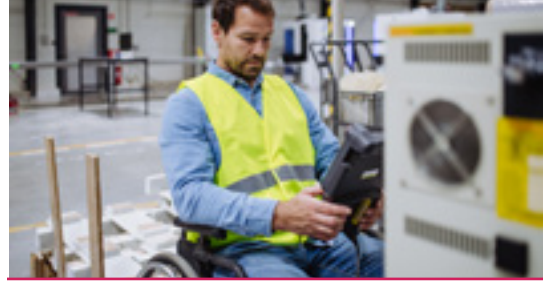


4.7 ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ 145

- ਖਰੀਦਦਾਰੀ
- ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ
- ਆਪਣੇ ਵਿੱਤ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ
- ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

4.8 ਟੈਕਸ 159

- ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ
- ਵਿਕਰੀ ਟੈਕਸ
- ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ
- ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ
- ਸਪੈਰੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੋਸੀ ਟੈਕਸ (ਮਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਾਉਣ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਰੱਖਣ ਦਾ ਟੈਕਸ)
- ਟੈਕਸ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)



5 ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ 165

- ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ
- ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ
- ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ
- ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ
- ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ
- ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ (A-Z)

6 ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ 193

- ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ
- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਿਆ
- ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12
- ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ
- ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ
- ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣੀ
- ਸਿੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

7 ਵਸੀਲੇ 209

- ਹਾਲਾਤ ਅਨੁਸਾਰ ਵਸੀਲੇ
- ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ A-Z
- ਵਸੇਬਾ (ਸੈਟਲਮੈਂਟ) ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣੀ (A-Z)



ਇਸ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ

ਅਧਿਆਇ 1 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ2

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ, ਕੈਨੇਡਾ ਬਾਰੇ4

- ਇਤਿਹਾਸ
- ਭੂਗੋਲ
- ਜਲਵਾਯੂ
- ਸਮੇਂ ਦੇ ਜ਼ੋਨ
- ਸਰਕਾਰ
- ਕਾਨੂੰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ
- ਸਮਾਜਿਕ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ

1

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ



ਅਧਿਆਇ 1 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਏਜੰਸੀ: ਇੱਕ ਸੰਸਥਾ ਜੋ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਸਰਕਾਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਸੇਬਾ (ਸੈਟਲਮੈਂਟ) ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਵੇਂ ਆਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਪ੍ਰਾਇੰਟਮੈਂਟ: ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਜੋ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੈੱਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ, ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਸੱਦਣ ਦੀ, ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਐਪ੍ਰਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ): ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਵਾਸਤੇ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਡਰੱਗ। 2020 ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਨੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ।

ਜੈਂਡਰ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਦਮੀ, ਔਰਤ, ਦੋਵਾਂ, ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ, ਪਛਾਣ। ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਲਿੰਗ (ਸੈਕਸ) ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਤਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਦਾ ਉਸ ਦੇ ਲਿੰਗ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਇਸ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਅੰਦਰੋਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਦਿੱਖ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ।

ਮਲਟੀਕਲਚਰਲਿਜ਼ਮ (ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਾਦ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਦੇਸ਼ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੀ ਕਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਮਿਊਂਸਪਲ (ਸਥਾਨਕ) ਸਰਕਾਰ: ਕਸਬੇ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਸਰਕਾਰ।

ਪੇਰੋਟਿੰਗ ਅਰੋਜ਼ਮੈਂਟਸ (ਪਾਲਣ-ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ): ਜਿਹੜੇ ਮਾਪੇ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਲਈ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣਾ, ਬੱਚਾ ਕਿਸ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਹਰੇਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਰਿਜਨਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ (ਖੇਤਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ): ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਪੱਧਰ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਖੇਤਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੇਂਦਰਾਂ (ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਭਾਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ, ਸੀਵਰੇਜ ਅਤੇ ਗਾਰਬੇਜ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ : ਇੱਕ ਏਜੰਸੀ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇੱਕ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਨਵੇਂ ਆਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸੈਟਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।



ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀ: ਇੱਕ ਸੰਸਥਾ ਜਿਹੜੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸੈਟਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਵੇਂ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ, ਨੌਕਰੀ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ।

ਟਿੱਪ (ਬਖ਼ਸ਼ੀਸ਼): ਨਿੱਜੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਰਤਾਵੇ, ਹੋਅਰ ਡ੍ਰੈਸਰ ਆਦਿ)। ਟਿੱਪ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁੱਲ ਖਿੱਲ ਦੇ 10% ਅਤੇ 20% ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਅਕਸਰ ਉਦੋਂ ਟਿੱਪ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਸਰਵਿਸ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਲੰਟੀਅਰ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।



ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ, ਕੈਨੇਡਾ ਬਾਰੇ

ਇਤਿਹਾਸ

ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ (ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕ)

ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਉਹ ਲੋਕ ਹਨ ਜੋ ਯੂਰਪੀਅਨਾਂ ਦੇ ਇੱਥੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਵੇਲੇ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ 20 ਲੱਖ ਦੇ ਕਰੀਬ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ (ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕ) ਹਨ, ਅਤੇ 600 ਤੋਂ ਵੱਧ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ (ਪਹਿਲੀ ਕੌਮੀਅਤ ਦੇ ਲੋਕ) ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਇਨਡਿਜਨਸ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਉਹ ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕਸਬਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕ 3 ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹਨ - ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ।

- ▶ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਲੋਕ ਅਨਾਦਿ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਆਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਜਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ। 1700 ਵਿਆਂ ਦੇ ਮੱਧ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਯੂਰਪੀ ਲੋਕ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਆਏ ਸਨ ਤਾਂ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕ ਇੱਥੇ ਸਨ।
- ▶ ਮੇਟੀ ਲੋਕ ਯੂਰਪੀ ਅਤੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਵੰਸ਼ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹਨ। ਉਹ ਵੱਖਰੇ ਲੋਕ ਅਤੇ ਨੇਸ਼ਨ ਹਨ।
- ▶ ਇਨੂਇਟ ਆਰਕਟਿਕ ਦੇ ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰੂੜੀਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਪੱਖਪਾਤੀ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਯੂਰਪੀ ਅਬਾਦਕਾਰਾਂ ਦੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਰਤਾਉ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ।



ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਅਤੇ ਯੂਰਪੀਅਨ ਇਤਿਹਾਸ

ਪਹਿਲੇ ਯੂਰਪੀਅਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਹਿਲਾਂ, ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਰਕਾਰ, ਕਾਨੂੰਨ, ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ, ਰਸਮਾਂ, ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸਨ (ਅਤੇ ਅਜੇ ਵੀ ਹਨ)।

ਜਦੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਅਤੇ ਸਪੇਨੀ ਖੋਜੀ ਉੱਤਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਪਹੁੰਚੇ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੇਸ਼ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਉੱਪਰ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਲਈ ਲੜ ਰਹੇ ਸਨ। ਇੱਥੇ ਅਬਾਦਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ, ਸਰਕਾਰਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ, ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਜਾਂ ਸਬੰਧਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਨ।

1867 ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਬਣਾਈ ਗਈ। ਇਸ ਨੇ ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਟ ਬਣਾਇਆ, ਜੋ 1876 ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੋਇਆ। ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਟ ਸਿਰਫ ਸਟੇਟਸ ਵਾਲੇ ਇੰਡੀਅਨਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਇੰਡੀਅਨ ਸਟੇਟਸ (ਦਰਜਾ) ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਸਟੇਟਸ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇ। ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਟ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਟਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਟ ਅਤੇ ਬਸਤੀਵਾਦ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਲਈ ਲੜਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਐਮਨੈਸਟੀ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ, ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ, ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਟ ਨੂੰ "ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ" ਕਿਹਾ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਬਸਤੀਵਾਦੀ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਭੈੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀਅਲ ਸਕੂਲ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਕੂਲ) ਸੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਲਗਭਗ 150,000 ਇਨਡਿਜਨਸ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਚੁੱਕ ਲਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਣ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਨੁਸਾਰ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਭਿਆਨਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਨਾਲ ਪੀੜ੍ਹਤ ਹੋਏ, ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਆਖਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀਅਲ ਸਕੂਲ 1996 ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਹੋ ਗਿਆ।

ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀਅਲ ਸਕੂਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਹੋਇਆ ਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਸਦਮਾ - ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਅਤੇ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ - ਅੱਜ ਵੀ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤਾਜ਼ਾ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਸਕੂਲ

ਫੈਡਰਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸੀਅਲ (ਕੇਂਦਰੀ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ) ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ। 2008 ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਅਤੇ ਪਛਾਣਨ ਲਈ ਟਰੂਥ ਐਂਡ ਰੀਕਨਸੀਲੀਏਸ਼ਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਬਣਾਇਆ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਟਰੂਥ ਐਂਡ ਰੀਕਨਸੀਲੀਏਸ਼ਨ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: nctr.ca

2007 ਵਿੱਚ, ਯੂਨਾਈਟਡ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਜਨਰਲ ਅਸੈਂਬਲੀ (ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੀ ਆਮ ਸਭਾ) ਨੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦਾ ਐਲਾਨਨਾਮਾ (ਯੂ ਐਨ ਡੇਕਲੇਅਰੇਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਯੂ ਐਨ ਡੀ ਆਰ ਆਈ ਪੀ) ਅਪਣਾਇਆ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਐਲਾਨਨਾਮੇ ਨੂੰ 148 ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਪਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਨਮਾਨ ਨਾਲ ਰਹਿਣ; ਇਨਡਿਜਨਸ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ; ਅਤੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣਾ ਭਵਿੱਖ ਖੁਦ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।



ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਐਲਾਨਨਾਮੇ (ਯੂ ਐਨ ਡੇਕਲੇਅਰੇਸ਼ਨ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



un.org/development/desa/indigenouspeoples/declaration-on-the-rights-of-indigenous-peoples.html

ਨਵੰਬਰ 2019 ਵਿੱਚ, ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਐਲਾਨਨਾਮੇ ਨੂੰ ਸੂਬਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਡੇਕਲੇਅਰੇਸ਼ਨ ਆਨ ਦਾ ਰਾਈਟਸ ਆਫ ਇਨਡਿਜਨਸ ਪੀਪਲਜ਼ ਐਕਟ (ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਐਲਾਨਨਾਮਾ ਐਕਟ) ਪਾਸ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਭਵਿੱਖ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕੀ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਇਸ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ: declaration.gov.bc.ca

ਮੌਜੂਦਾ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ, ਅਰਥਵਿਵਸਥਾਵਾਂ, ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ। ਪਰ ਉਹ ਸਬੰਧ ਅੱਜ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹਨ। ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸਿਰਜ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਲਗਭਗ ਖਤਮ ਹੋ ਗਈਆਂ ਸਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਨ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜਸ਼ਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਉਵਾਓਜ਼ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਾਉਵਾਓਜ਼ ਰਵਾਇਤੀ ਇਕੱਠ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗਾਉਣਾ, ਨੱਚਣਾ, ਖਾਣਾ, ਸ਼ਿਲਪਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਜੁੜਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਵਿਰਾਸਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਪਰਿਵਾਰ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ)। ਇੰਡੀਅਨ ਐਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ "ਬੈਂਡ" ਬਣਾਏ - ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਜਿਸ ਨੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਸੀ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ - ਨਾ ਕਿ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ - ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਬੈਂਡ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਕੌਣ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੈਂਡਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਇੱਕ ਚੁਣੀ ਹੋਈ ਕੌਂਸਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ "ਬੈਂਡ ਕੌਂਸਲ"



ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਇੱਕ ਚੀਫ (ਮੁਖੀ) ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਬੈਂਡਾਂ ਵਿੱਚ ਦੋਵੇਂ, ਵਿਰਾਸਤੀ ਅਤੇ ਚੁਣੇ ਹੋਏ ਚੀਫ (ਮੁਖੀ), ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਮੇਟਰੀਆਰਕਸ (ਮਹਿਲਾ ਨੇਤਾਵਾਂ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਚੁਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਬੈਂਡ ਕੌਂਸਲਾਂ ਸਿੱਖਿਆ, ਬੈਂਡ ਸਕੂਲ, ਰਿਹਾਇਸ਼, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸੀਵਰ ਸਿਸਟਮ, ਸੜਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਈਚਾਰਕ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਭਾਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੁਝ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਕੋਲ ਸਵੈ-ਸ਼ਾਸਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਝੌਤੇ ਹਨ। ਸਵੈ-ਸ਼ਾਸਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦਾ ਕੰਟਰੋਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਧਨ ਕਿਵੇਂ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਖਰਚ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਮੌਕੇ ਕਿਵੇਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਬਰਤਾਨਵੀ ਰਾਜ ਨੇ ਕੈਨੇਡਾ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਨਾਲ ਸੰਧੀਆਂ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਨੇ ਪੱਛਮ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਵਸੇਬੇ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਧੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਇਹ ਨੀਤੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖੀ, ਪਰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਕਦੇ ਵੀ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਅੱਜ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕੋਈ ਸਮਾਗਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, "ਅਸੀਂ ਕੇਸਟ ਸੈਲਿਸ਼ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ"। ਇਹ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਰਤਾਨੀਆ ਜਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸੌਂਪਿਆ। ਜਿਸ ਖੇਤਰ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣਾ ਵੀ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।



ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ। ਇਸ ਗਿਆਨ ਦੀ ਘਾਟ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ।

- ▶ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਨਸਲਵਾਦ ਦਾ ਇੱਕ ਲੰਮਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਗਲਤ ਵਿਚਾਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਕੌਣ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਵਾਪਰ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।
- ▶ ਬਹੁਤ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ, ਸਰਕਾਰ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀ ਅਤੇ ਇਨੂਇਟ ਵਜੋਂ ਆਪਣੀ ਪਛਾਣ ਗੁਆ ਦੇਣ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਲ ਜਾਣ।
- ▶ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਰਿਜ਼ਰਵ (ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ) ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਹਨ।
- ▶ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਸਲ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਸਿਖਾਇਆ ਹੈ।
- ▶ ਅਕਸਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਰਫ਼ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਣਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਲਈ ਰੋਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ "ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ" ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਵਜੋਂ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਖੀਰ, ਇਹ ਬਦਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੈਰ-ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਅਦਾਲਤਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਦੇ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅਸੀਂ ਜਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਕੁਝ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ "ਇੰਡੀਅਨਜ਼" ਜਾਂ "ਨੇਟਿਵਜ਼" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅੱਜ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਹੁਣ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀ, ਇਨੂਇਟ ਅਤੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਇਨਡਿਜਨਸ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ, ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਫਾਇਦੇ ਲਈ ਇਨਡਿਜਨਸ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਅਰਥ ਜਾਂ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਗੈਰ-ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਤੇ ਪਵਿੱਤਰ ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਦੁਰਵਰਤੋਂ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਚੋਰੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਬਦਲ ਰਹੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵਸੀਲੇ ਵੇਖੋ:

- ▶ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਇਨਡਿਜਨਸ ਲੋਕ:



gov.bc.ca/gov/content/governments/indigenous-people

- ▶ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ, ਕ੍ਰਾਊਨ-ਇਨਡਿਜਨਸ ਸਬੰਧ ਅਤੇ ਨੌਰਦਰਨ ਅਫੇਰਜ਼ ਕੈਨੇਡਾ:



canada.ca/en/crown-indigenous-relations-northern-affairs.html

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪਾਉਵਾਓ ਲੱਭੋ:



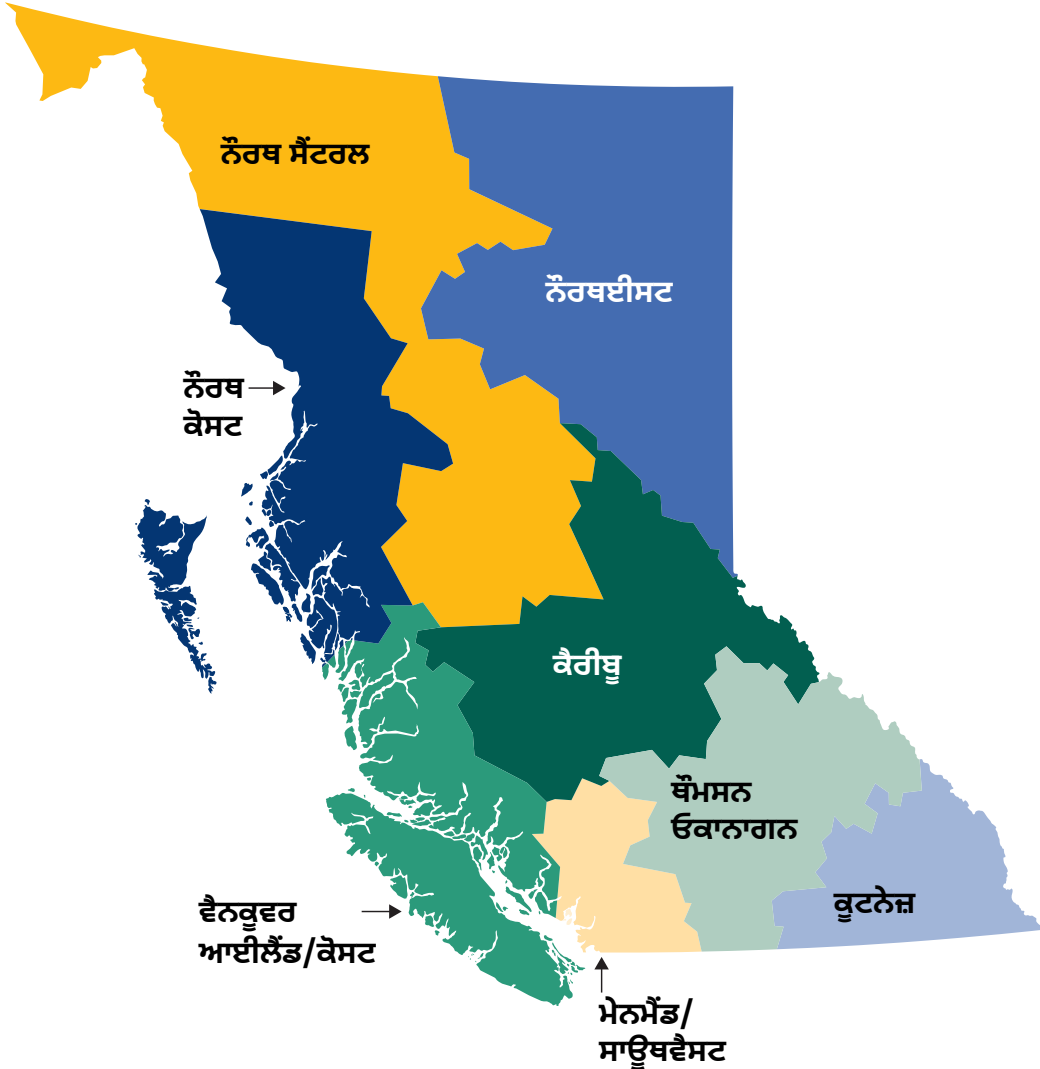
calendar.powwows.com/events/categories/pow-wows/pow-wows-in-british-columbia/



ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦਾ ਖੇਤਰੀ ਨਕਸ਼ਾ



ਭੂਗੋਲ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪੱਛਮ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਖਰੀ ਸੂਬਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਛਮ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਮਹਾਸਾਗਰ (ਪਸੇਫਿਕ ਓਸ਼ਨ) ਅਤੇ ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ ਰੌਕੀ ਮਾਊਂਟੇਨਜ਼ (ਪਹਾੜਾਂ) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਸੂਬਾ ਦੱਖਣ ਵਿੱਚ ਯੂਨਾਈਟਡ ਸਟੇਟਸ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਯੂਕੋਨ, ਨੌਰਥਵੈਸਟ ਟੈਰੇਟੋਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਅਲਾਸਕਾ ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਵਿਭਿੰਨ ਭੂਗੋਲ ਹੈ (ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਮੀਨ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰੀ ਹੈ)। ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਮਹਾਸਾਗਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਪਥਰੀਲੀਆਂ ਤਟ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਰੇਤਲੇ ਕੰਢੇ (ਬੀਚ) ਅਤੇ ਟਾਪੂ ਹਨ। ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਾਲ ਜੰਗਲ, ਝੀਲਾਂ, ਪਹਾੜੀ ਲੜੀਆਂ ਅਤੇ ਘਾਹ ਵਾਲੇ ਮੈਦਾਨ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਾਰੂਥਲ ਵੀ ਹੈ।



ਕੈਰੀਬੂ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਮੱਧ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ, ਕੈਰੀਬੂ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸੂਬੇ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਉੱਤਰੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਛਮ ਵਿੱਚ ਕੈਰੀਬੂ ਪਠਾਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕੈਰੀਬੂ ਅਤੇ ਰੌਕੀ ਪਹਾੜੀ ਲੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਘਾਟੀਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਤਿੰਨ ਧਰਤੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਕਾ ਹੈ: ਮਾਰੂਥਲ ਅਤੇ ਘਾਟੀਆਂ, ਸਦਾਬਹਾਰ ਜੰਗਲ, ਅਤੇ ਅਲਪਾਈਨ ਪਹਾੜ ਅਤੇ ਬਰਫ਼ਾਨੀ ਤੋਂ (ਗਲੇਸ਼ੀਅਰ)।

ਕੂਟਨੇਜ਼

ਕੂਟਨੇ ਖੇਤਰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਦੱਖਣ-ਪੂਰਬੀ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ, ਰੌਕੀ ਪਹਾੜਾਂ, ਯੁਨਾਈਟਡ ਸਟੇਟਸ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਅਤੇ ਥੌਮਸਨ ਓਕਾਨਾਗਨ ਖੇਤਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼ ਨਦੀਆਂ, ਝੀਲਾਂ, ਝਰਨੇ, ਬੀਚਾਂ, ਖਣਿਜਾਂ ਵਾਲੇ ਗਰਮ ਚਸਮੇ, ਪਰਬਤੀ ਘਾਹ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਅਤੇ ਬਰਫ਼ੀਲੀਆਂ ਚੋਟੀਆਂ ਵਾਲੇ ਪਹਾੜ ਹਨ।

ਮੇਨਮੈਂਡ/ਸਾਊਥਵੈਸਟ

ਮੇਨਮੈਂਡ/ਸਾਊਥਵੈਸਟ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ, ਫਰੇਜ਼ਰ ਵੈਲੀ, ਸਨਸ਼ਾਈਨ ਕੋਸਟ, ਅਤੇ ਸੀ ਟੂ ਸਕਾਈ ਕੋਰੀਡੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਸਟ ਮਾਊਂਟੇਨ ਲੜੀ, ਦਰਿਆ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿੱਚ ਸਮਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਸੇਮ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਮੀਨਾਂ, ਤਟ ਅਤੇ ਟਾਪੂ, ਅਤੇ ਹਰੇ-ਭਰੇ ਸ਼ਾਂਤ ਮੌਸਮ ਵਾਲੇ ਬਾਰਿਸ਼ੀ ਜੰਗਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਪਹਾੜਾਂ, ਸਮੁੰਦਰਾਂ, ਝੀਲਾਂ, ਦਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਬੀਚਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹਨ। ਵੈਨਕੂਵਰ 2010 ਓਲੰਪਿਕ ਅਤੇ ਪੈਰਾਲੰਪਿਕ ਸਰਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਇੱਥੇ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ।

ਨੇਚਾਕੋ

ਨੇਚਾਕੋ ਖੇਤਰ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਬੀ.ਸੀ.-ਯੂਕੋਨ ਸਰਹੱਦ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕੇਂਦਰੀ ਲੇਕਜ਼ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ (ਝੀਲਾਂ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ) ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਸੂਬੇ ਦੇ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਰੌਕੀ ਮਾਊਂਟੇਨ ਟਰੈਂਚ (ਰੌਕੀ ਪਹਾੜੀ ਖਾਈ) ਦੁਆਰਾ ਵੱਖ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਤੇ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਜੰਗਲ ਦਾ ਇੱਕ ਇਲਾਕਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਹਾੜ, ਗਲੇਸ਼ੀਅਰ, ਵਾਦੀਆਂ ਅਤੇ ਪਠਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਨੌਰਥ ਕੋਸਟ

ਨੌਰਥ ਕੋਸਟ ਖੇਤਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਮਹਾਸਾਗਰ ਦੇ ਨਾਲ ਹੈ। ਇਹ ਸੂਬੇ ਦੇ ਉੱਤਰੀ ਤਟ ਅਤੇ ਹਾਈਡਾ ਗਵਾਈ ਦੇ ਟਾਪੂਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਜੰਗਲਾਂ, ਪਹਾੜਾਂ ਅਤੇ ਤਟ ਰੇਖਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਨਸਲਾਂ (ਕਿਸਮਾਂ) ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨੌਰਥਈਸਟ

ਨੌਰਥਈਸਟ ਖੇਤਰ ਦੀ ਅਲਬਰਟਾ ਅਤੇ ਯੂਕੋਨ ਨਾਲ ਸਰਹੱਦ ਸਾਂਝੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪੀਸ ਰਿਵਰ ਬੇਸਿਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੂਬੇ ਦੇ ਉੱਤਰ-ਪੱਛਮੀ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਰੌਕੀ ਮਾਊਂਟੇਨ ਟਰੈਂਚ ਦੁਆਰਾ ਵੱਖ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਾੜਾਂ, ਨੀਵੀਆਂ ਪਹਾੜੀਆਂ, ਜੰਗਲਾਂ, ਝੀਲਾਂ ਅਤੇ ਪੀਸ ਰਿਵਰ ਵੈਲੀ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਅਤੇ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡਾ ਇਲਾਕਾ ਹੈ।

ਥੌਮਸਨ ਓਕਾਨਾਗਨ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ, ਥੌਮਸਨ ਓਕਾਨਾਗਨ ਖੇਤਰ ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ ਅਲਬਰਟਾ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਅਤੇ ਦੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਮਾਰੂਥਲ ਇਸ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਾੜਾਂ, ਦਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਵਾਦੀਆਂ, ਝੀਲਾਂ, ਸੁੱਕੇ ਘਾਹ ਦੇ ਮੈਦਾਨਾਂ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਉੱਚੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦਾ ਘਰ ਵੀ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ/ਕੋਸਟ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ/ਕੋਸਟ ਖੇਤਰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪੱਛਮੀ ਤਟ 'ਤੇ ਸਥਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਰਾ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਗਲਫ ਆਈਲੈਂਡ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਮੇਨਲੈਂਡ ਦੇ ਕੁਝ ਤਟਵਰਤੀ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਤਟ ਰੇਖਾਵਾਂ, ਪਹਾੜ, ਬੀਚਾਂ, ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਬਾਰਿਸ਼ੀ ਜੰਗਲ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤ ਮਿਲਣਗੇ।



ਜਲਵਾਯੂ

ਬੀ.ਸੀ. ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਸੂਬਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਜਲਵਾਯੂ ਇੱਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਦੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਵਧੇਰੇ ਗਰਮ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਠੰਢਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਟ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੀਂਹ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਮੌਸਮ

ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮੌਸਮ (ਸਰਦੀਆਂ, ਬਸੰਤ, ਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਪਤਝੜ) ਵੀ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਸਰਦੀਆਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ ਬਰਫ਼ਬਾਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਠੰਢੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਦੱਖਣੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ, ਗਰਮੀਆਂ ਗਰਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉੱਤਰੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ, ਗਰਮੀਆਂ ਨਿੱਘੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤਟ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਮਹਾਸਾਗਰ ਤਟਵਰਤੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਦਰਮਿਆਨਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਗਰਮੀਆਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਬਾਕੀ ਸੂਬੇ ਵਾਂਗ ਠੰਢੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੀਂਹ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ, ਜੇਕਰ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਉੱਤਰੀ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਠੰਢੀ ਹਵਾ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤਾਪਮਾਨ ਘੱਟ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਮੀਂਹ ਬਰਫ਼ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪਹਾੜ ਵੀ ਜਲਵਾਯੂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਪਹਾੜਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨੇ ਉੱਚੇ ਹੋਵੋਗੇ, ਤਾਪਮਾਨ ਓਨਾ ਹੀ ਠੰਢਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਦੱਖਣੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਗਰਮੀਆਂ (ਜੂਨ, ਜੁਲਾਈ ਅਤੇ ਅਗਸਤ) ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਰਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਤਟ ਦੇ ਨੇੜੇ, ਗਰਮੀਆਂ ਦਰਮਿਆਨੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਲੰਬੀਆਂ ਪੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸਵੈਟਰ ਪਹਿਨਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿੱਕਰਾਂ, ਛੋਟੀਆਂ ਬਾਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਮੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਦੇ ਹਨ।

ਬਸੰਤ (ਮਾਰਚ, ਅਪ੍ਰੈਲ ਅਤੇ ਮਈ) ਅਤੇ ਪਤਝੜ (ਸਤੰਬਰ, ਅਕਤੂਬਰ ਅਤੇ ਨਵੰਬਰ) ਦਾ ਮੌਸਮ ਨਿੱਘਾ ਅਤੇ ਸੁਹਾਵਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਦੱਖਣ ਵਿੱਚ। ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਨਿੱਕਰਾਂ, ਛੋਟੀਆਂ ਬਾਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਮੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪੁਸ਼ਾਕਾਂ ਪਹਿਨਣ ਜੋਗਾ ਨਿੱਘਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੰਢੀਆਂ ਸ਼ਾਮਾਂ ਅਤੇ ਬਰਸਾਤੀ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਸਵੈਟਰ, ਲੰਬੀਆਂ ਪੈਂਟਾਂ, ਹਲਕੀ ਜੈਕਟ ਅਤੇ ਛੱਤਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤਟ 'ਤੇ ਸਰਦੀਆਂ (ਦਸੰਬਰ, ਜਨਵਰੀ ਅਤੇ ਫਰਵਰੀ) ਦਰਮਿਆਨੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਬਰਫ਼ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਲਦੀ ਪਿਘਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਹਾੜਾਂ 'ਤੇ, ਬਰਫ਼ ਜੰਮੀ ਰਹੇਗੀ। ਤਟ 'ਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿੱਘਾ ਕੋਟ, ਚੰਗੀ ਬਰਸਾਤੀ, ਦਸਤਾਨੇ, ਬੂਟ ਅਤੇ ਛੱਤਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਜਮਾਓਂ ਦਰਜੇ ਵਾਲੇ ਠੰਢੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਬਰਫ਼ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਰੀ ਕੋਟ, ਗਰਮ ਟੋਪੀ, ਅਤੇ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਉਂਗਲਾਂ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਨਿਆਂ (ਮਿਟਨਜ਼) ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਸੂਬੇ ਦੇ ਉੱਤਰ ਵਿੱਚ ਸਰਦੀਆਂ ਲੰਬੀਆਂ, ਵਧੇਰੇ ਅੱਤ ਦਰਜੇ ਦੀਆਂ ਠੰਢੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਭਾਰੀ ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਬੂਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਸਮੇਂ ਦੇ ਜ਼ੋਨ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੱਸਾ ਪੈਸੀਫਿਕ ਸਟੈਂਡਰਡ ਟਾਈਮ (ਪੀ ਐੱਸ ਟੀ) 'ਤੇ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਵੈਨਕੂਵਰ, ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਕੈਮਲੂਪਸ, ਪ੍ਰਿੰਸ ਜਾਰਜ ਅਤੇ ਡਾਸਨ ਕਰੀਕ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਲੇਕਿਨ, ਕ੍ਰੈਨਬਰੁਕ, ਗੋਲਡਨ, ਇਨਵਰਮੇਅਰ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਸਟਨ (ਅਲਬਰਟਾ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਦੇ ਨਾਲ) ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਇਲਾਕਾ ਮਾਊਂਟਨ ਸਟੈਂਡਰਡ ਟਾਈਮ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਟੀ) 'ਤੇ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵੈਨਕੂਵਰ ਵਿੱਚ ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦਾ 1 ਵੱਜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ 2 ਵੱਜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਡੇਅ ਲਾਈਟ ਸੇਵਿੰਗ ਟਾਈਮ ਦੀ ਵੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕੋਈ ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਘੜੀਆਂ ਨੂੰ 1 ਘੰਟਾ ਪਿੱਛੇ ਅਤੇ ਬਸੰਤ ਵਿੱਚ 1 ਘੰਟਾ ਅੱਗੇ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਧੁੱਪ ਦੇ ਘੰਟੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਲੇਕਿਨ, ਕ੍ਰੈਸਟਨ ਦੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਡੇਅ ਲਾਈਟ ਸੇਵਿੰਗ ਟਾਈਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਮਾਊਂਟਨ ਸਟੈਂਡਰਡ ਟਾਈਮ 'ਤੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਨੇ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਡੇਅ ਲਾਈਟ ਸੇਵਿੰਗ ਟਾਈਮ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।



ਸਰਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਦੇ 3 ਤਿੰਨ ਪੱਧਰ ਹਨ:

- ▶ ਫੈਡਰਲ (ਕੇਂਦਰੀ)
- ▶ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ/ਟੈਰੇਟੋਰੀਅਲ (ਸੂਬਾਈ/ਰਾਜ ਖੇਤਰੀ)
- ▶ ਮਿਊਨਿਸਿਪਲ/ਸਥਾਨਕ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਰਕਾਰ ਲਈ ਚੋਣ ਵਿੱਚ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਫੈਡਰਲ (ਕੇਂਦਰੀ) ਸਰਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਫੈਡਰਲ (ਕੇਂਦਰੀ) ਸਰਕਾਰ ਓਟਾਵਾ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰੱਖਿਆ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 622-6232 (1 800 O-Canada)



canada.ca/en/employment-social-development/corporate-portfolio/service-canada.html

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ ਲੱਭੋ:



offices.service.canada.ca/en/Search

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਰਾਜ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਡਰਲ ਚੋਣ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ (ਰਾਈਡਿੰਗਜ਼) ਹਨ। ਹਰੇਕ ਰਾਈਡਿੰਗ (ਚੋਣ ਹਲਕਾ) ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਲਈ 1 ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ (ਐੱਮ ਪੀ) ਚੁਣਦੀ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ 42 ਫੈਡਰਲ ਰਾਈਡਿੰਗਜ਼ ਹਨ।

ਹਰੇਕ ਰਾਈਡਿੰਗ ਦੇ ਐੱਮ ਪੀ ਦਾ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦਫ਼ਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਕਨਸਟੀਚਿਊਊਐਂਸੀ ਆਫ਼ਿਸ" ("ਚੋਣ ਹਲਕੇ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਐੱਮ ਪੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪੋਸਟਲ (ਡਾਕ) ਕੋਡ (ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕ ਪਤੇ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ourcommons.ca/en/members

ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ/ਟੈਰੇਟੋਰੀਅਲ (ਸੂਬਾਈ/ਰਾਜ ਖੇਤਰੀ) ਸਰਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ 10 ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਆਂ (ਸੂਬੇ) ਅਤੇ 3 ਟੈਰੇਟੋਰੀਜ਼ (ਰਾਜ ਖੇਤਰ) ਹਨ। ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ/ਟੈਰੇਟੋਰੀਅਲ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ, ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕੋਲ ਸਾਂਝਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੋਵੇਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਕੁਦਰਤੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਮੀਅਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਤੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-2421

ਵਿਕਟੋਰੀਆ: 250 387-6121

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7867

servicebc.gov.bc.ca

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ 87 ਸੂਬਾਈ ਚੋਣ ਹਲਕੇ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਚੋਣ ਹਲਕਾ ਆਪਣੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਲਈ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦਾ 1 ਮੈਂਬਰ (ਐੱਮ ਐੱਲ ਏ) ਚੁਣਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਐੱਮ ਐੱਲ ਏ ਦਾ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦਫ਼ਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਕਨਸਟੀਚਿਊਊਐਂਸੀ ਆਫ਼ਿਸ" ("ਚੋਣ ਹਲਕੇ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਹਲਕੇ ਅਤੇ ਐੱਮ ਐੱਲ ਏ ਨੂੰ ਲੱਭੋ: leg.bc.ca/members



ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਸਨ

ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ, ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਤਭੇਦਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ। ਜਦੋਂ ਯੂਰਪੀਅਨ ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚੇ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਉੱਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸ਼ਾਸਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਥੋਪ ਦਿੱਤਾ।

ਕੁਝ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਦੇ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਮਲਿਆਂ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਧਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਖਰਚਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਿਊਂਸਿਪਲ/ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ

ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰਾਂ (ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀਆਂ) ਸ਼ਹਿਰ, ਕਸਬੇ, ਪਿੰਡ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਹਨ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ 188 ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀਆਂ ਅਤੇ 27 ਖੇਤਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਹਨ। ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅੱਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਰੂੜਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ, ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ, ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ (ਸੀਵਰ), ਮਨੋਰੰਜਨ (ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ), ਅਤੇ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਭਾਲਦੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਰੇਕ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਦਫ਼ਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਟੀ ਹਾਲ ਜਾਂ ਟਾਊਨ ਹਾਲ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਈ ਲਾਈਸੈਂਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਨੂੰ ਮੇਅਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀ ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੱਭੋ:

civinfo.bc.ca/directories





ਕਾਨੂੰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

ਕੁਝ ਕਾਨੂੰਨ ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡਾ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਕਾਨੂੰਨ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਉਸੇ ਸੂਬੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ (ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਕੀ ਅਪਰਾਧ ਹੈ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ)

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਚਾਰਟਰ ਆਫ਼ ਰਾਈਟਸ ਐਂਡ ਫਰੀਡਮ (ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਜ਼ਾਦੀਆਂ ਦਾ ਸੰਵਿਧਾਨ) ਹੈ। ਇਹ ਸੰਵਿਧਾਨ ਇੱਕ ਕੇਂਦਰੀ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨਾਲ ਬੋਲਣ, ਆਪਣਾ ਧਰਮ ਰੱਖਣ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀਪੂਰਵਕ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਚਾਰਟਰ ਆਫ਼ ਰਾਈਟਸ ਐਂਡ ਫਰੀਡਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/canadian-heritage/services/how-rights-protected/guide-canadian-charter-rights-freedoms.html

ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਆਪਣੇ ਸੂਬੇ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਵਸੀਲਿਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੱਕੜ ਕੱਟਣ ਅਤੇ ਖਾਣ ਖੁਦਾਈ) ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ (ਘਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ) ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰਾਂ ਆਪਣੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪੀਪਲਜ਼ ਲਾਅ ਸਕੂਲ ਦੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨ, ਘਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਪੀਪਲਜ਼ ਲਾਅ ਸਕੂਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ "ਲਰਨਿੰਗ ਅਬਾਊਟ ਦ ਲਾਅ" ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ:



peopleslawschool.ca/publications/learning-about-the-law/

ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਕਸਬੇ ਗਲੀਆਂ, ਪਾਰਕਿੰਗ ਅਤੇ ਸ਼ੋਰ ਪਾਉਣ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ "ਬਾਈਲਾਅ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ ਅਦਾਲਤਾਂ

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ 3 ਮੁੱਖ ਅਦਾਲਤਾਂ ਹਨ:

- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਕੋਰਟ ਆਫ਼ ਅਪੀਲ
- ▶ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ
- ▶ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਕੋਰਟ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ

ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਕੋਰਟ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ:



provincialcourt.bc.ca/about-court

ਸਮਾਜਿਕ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ

ਕੈਨੇਡਾ ਇੱਕ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਦੇਸ਼ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸ 'ਤੇ ਮਾਣ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਅੰਗ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਬਰਾਬਰ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੋਲਦੇ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਏ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਸਮਝ ਨਾ ਸਕੋ ਕਿ ਲੋਕ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਕਿਉਂ ਕਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਅਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਲਝਣ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦਿਆਲੂ ਜਾਂ ਨਿਮਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ, ਜਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ।



ਇਹ ਉਲਝਣ ਆਮ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਖਰੇਵਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਮਝਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਮਾਜਿਕ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਕਿਵੇਂ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਨਵੇਂ ਦੋਸਤ ਬਣਾਓ, ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੋਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ,
ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, [ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ](http://welcomebc.ca/temporaryresidents) ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents ਤੇ ਜਾਓ।

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ) ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 19 ਸਾਲ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਭੰਗ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਰੀ ਫ਼ੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਜਾਂ ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕੁਝ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਾਰ ਜਾਂ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਖਰੀਦਿਆ ਸੀ। ਕੁਝ ਕਸਬਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਪਾਰਕਾਂ ਜਾਂ ਪਲਾਜ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ) ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਤਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਜਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਮੈਦਾਨਾਂ, ਸਕੇਟ ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ, ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ 'ਤੇ ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਭੰਗ ਖਰੀਦਣਾ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ, ਲਸੀਸਸੂਦਾ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਰਹੇ ਹੋ। ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਟੋਰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਭੰਗ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: cannabis.gov.bc.ca

ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਭੰਗ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਖ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ। ਭੰਗ ਨੂੰ ਕੋਲ ਰੱਖ ਕੇ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਕਰੋ:



travel.gc.ca/travelling/health-safety/drugs



ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚਣਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦੇਰ ਕਰਨੀ ਅਸੰਭਵ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਾਂ, ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਇਕੱਠਾਂ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ) ਲਈ ਦੇਰ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਵਾਰੀ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੀਸ ਦੇਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਮੀਟਿੰਗ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਸਬੰਧਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਤਹਿ ਕਰਨ (ਨਵਾਂ ਸਮਾਂ ਲੱਭਣ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਕੁਝ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੇ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਖ਼ਤ ਨਿਯਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ "ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਨੀਤੀ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਨੀਤੀ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 24 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੱਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਫ਼ੀਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਸਦਾਚਾਰ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਲੋਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਮਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਨਿਮਰ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨ (ਸਦਾਚਾਰ) ਲਈ ਗੈਰ-ਰਸਮੀ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸੈਟਲ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਦਾਚਾਰ ਦੇ ਇਹ ਕੁਝ ਆਮ ਨਿਯਮ ਹਨ:

- ▶ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਹੱਥ ਮਿਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਅੱਖ ਨਾਲ ਅੱਖ ਮਿਲਾਉਣੀ ਆਮ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਵੇਖਣਾ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਧਿਆਨ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ।
- ▶ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ, ਬਾਰਾਂ, ਟੈਕਸੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਅਰ ਸੈਲੂਨ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਬਖਸ਼ੀਸ਼ (ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਦੇਣੀ ਆਮ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟਿਪ (ਬਖਸ਼ੀਸ਼) ਬਿੱਲ ਦੇ 10% ਤੋਂ 20% ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ▶ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫੁੱਟਪਾਥ 'ਤੇ ਤੁਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਆਉਂਦਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਚੱਲੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਲੰਘ ਸਕੇ।
- ▶ ਐਸਕੇਲੇਟਰ ਦੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਜੋ ਦੂਸਰੇ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਲੰਘ ਸਕਣ। ਇਸ ਸਦਾਚਾਰ ਨੂੰ ਅਕਸਰ "ਸੱਜੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਵੋ, ਖੱਬੇ ਪਾਸਿਓ ਅੱਗੇ ਲੰਘੋ" ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਫੜ ਕੇ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰੱਖਣਾ ਨਿਮਰਤਾ ਹੈ।
- ▶ ਬੱਸ, ਰੇਲਗੱਡੀ, ਇਮਾਰਤ ਜਾਂ ਲਿਫਟ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਿਓ।
- ▶ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਈਨ (ਕਤਾਰ) ਵਿੱਚ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਲਈ ਠਰ੍ਹੰਮੇ ਨਾਲ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਸ ਜਾਂ ਰੇਲਗੱਡੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ, ਕੈਸ਼ੀਅਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਜਾਂ ਸਟੋਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਵਿਆਹ, ਤਲਾਕ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ

ਵਿਆਹ 2 ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਮਝੌਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਵਿਆਹ ਦਾ ਧਾਰਮਿਕ ਅਰਥ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਵਿਆਹ ਵਿੱਚ ਦੋਵੇਂ ਲੋਕ ਬਰਾਬਰ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ 2 ਮਰਦਾਂ, 2 ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਆਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹਨ। ਵਿਆਹ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਵਿਆਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ "ਕਾਮਨ-ਲਾਅ ਰਿਸ਼ਤਾ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਜੋੜੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵਿਆਹ ਵਰਗੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਾਮਨ-ਲਾਅ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਆਹੇ ਜੋੜਿਆਂ ਜਿੰਨੇ ਹੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇੱਕ ਜੋੜਾ ਜਿਸ ਦਾ ਇੱਕਠਿਆਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਹੈ ਅਤੇ 2 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇਕੱਠਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਾਮਨ-ਲਾਅ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੇਕਿਨ, ਜੇਕਰ ਜੋੜਾ ਵੱਖ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਾਇਦਾਦ, ਕਰਜ਼ੇ ਜਾਂ ਪੈਨਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਵੰਡਣ ਦੀ ਗੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਮਨ-ਲਾਅ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ।



ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਿਆਹੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਖ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤਲਾਕ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਤੀ-ਪਤਨੀ (ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋ) ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਤਲਾਕ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਾਥੀ ਤਲਾਕ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਤਲਾਕ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿੰਗਲ-ਪੇਰੈਂਟ (ਇੱਕ-ਮਾਪੇ ਵਾਲੇ) ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਾਦੀ-ਦਾਦਾ, ਨਾਨੀ-ਨਾਨਾ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮਾਪੇ ਵੱਖ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤਲਾਕ ਲੈ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਸ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਇੱਕ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਿੰਗਲ ਮਾਪੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਿੰਗਲ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੋਵੇਂ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇੱਕੋ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ "ਬਲੈਂਡਡ ਫੈਮਲੀਜ਼" ("ਮਿਸ਼ਰਤ ਪਰਿਵਾਰ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਅਸੰਭਵ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਕੀ ਹੈ, ਕੀ ਉਹ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਹ ਕਿਸ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਕਿੰਨੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧਰਮ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ ਬਾਰੇ। ਲੇਕਿਨ, ਕੁਝ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਕਿੰਨਾ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਗੱਲਬਾਤ ਗੈਰ-ਰਸਮੀ ਹੈ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ) ਜਾਂ ਰਸਮੀ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ)। ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਨਿੱਜੀ ਸੰਬੋਧਨ

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਗੈਰ-ਰਸਮੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਟਾਈਟਲ (ਸੰਬੋਧਨ) ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਖਰੀ ਨਾਮ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਮਿਸਟਰ ਸਮਿਥ ਜਾਂ ਮਿਸ ਜੇਨਸ) ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਆਮ ਸੰਬੋਧਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ▶ ਮਿਸ ("ਮਿਸ"): ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸੰਬੋਧਨ। ਕੁਝ ਵਿਆਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ("ਮਿਸਜ਼") ਸੰਬੋਧਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ▶ ਸ਼੍ਰੀ ("ਮਿਸਟਰ"): ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਸੰਬੋਧਨ
- ▶ ਐੱਮਐੱਕਸ: ("ਮਿਕਸ" ਜਾਂ "ਮਕਸ"): ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਲਿੰਗ-ਨਿਰਪੱਖ ਟਾਈਟਲ

ਇਹਨਾਂ ਸੰਬੋਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਬਾਰੇ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਾਂ ਕੁਆਰੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੀ ਅਖਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੰਬੋਧਨ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੁਲਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਨਗੇ। ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ: "ਕੀ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹਿਲੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਬੁਲਾ ਸਕਦੀ/ਸਕਦਾ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਮ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ?"

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟਾਈਟਲ (ਸੰਬੋਧਨ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕੰਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਲਈ "ਡਾਕਟਰ" (ਡਾ.), ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਅਫ਼ਸਰ ਲਈ "ਐਂਡੀਸਰ"।

ਕੁਝ ਰਸਮੀ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਜਾਂ ਗਾਹਕ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ, ਤੁਸੀਂ ਸੰਬੋਧਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫਾਰਮ ਭਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਟਾਈਟਲ (ਸੰਬੋਧਨ) ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਵੇਪਿੰਗ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਤੰਬਾਕੂ (ਸਿਗਰਟ, ਸਿਗਾਰ, ਆਦਿ) ਅਤੇ ਵੇਪ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 19 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਫ਼ਤਰੀ ਇਮਾਰਤਾਂ, ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਸਟੋਰ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਅਤੇ ਬਾਰਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜਨਤਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ, ਖਿੜਕੀਆਂ ਜਾਂ ਹਵਾ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਵਾਲੇ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ 'ਤੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨਾ ਵੀ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਭਰ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਪਾਰਕਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਵੇਪਿੰਗ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/health/keeping-bc-healthy-safe/tobacco-vapour/requirements-under-tobacco-vapour-product-control-act-regulation/tobacco-vapour-free-places

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਵੇਪਿੰਗ (ਈ-ਸਿਗਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ) 'ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: gov.bc.ca/gov/content/vaping

ਸਵੈ-ਸੇਵਾ (ਵਲੰਟੀਅਰ) ਕਰਨਾ

ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਲਏ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨਾ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ, ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ, ਤਜਰਬਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਸੰਸਥਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਮਿਊਨਿਸਿਪੈਲਿਟੀਆਂ ਕੋਲ ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਕਸਬੇ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।

ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਮੌਕਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਗੀਆਂ। ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਇਹ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕਸਬੇ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੰਸਥਾ ਹੈ।



ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



ਇਸ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ

ਅਧਿਆਇ 2 ਚੈਕਲਿਸਟ	20
ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰੋ.....	21
<ul style="list-style-type: none"> ■ "ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ" ("ਲਾਈਵ") ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ■ "ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ" ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ■ "ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ" ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ 	
ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਓ	22
ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ	22
ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ	22
ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ	23
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ■ ਜੈਂਡਰ ਬਰਾਬਰੀ ■ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ■ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ 	
ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ	25
ਬੀ.ਸੀ. ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ	26

2

ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਰਹਿਣ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ



ਅਧਿਆਇ 2 ਚੈਕਲਿਸਟ

ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ★★★

- ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਓ
- ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ -ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ★★

- ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ
- ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ - ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗਾ ★

- ਬੀ.ਸੀ. ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ



ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਰਹਿਣ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰੋ

ਜਿਸ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਉੱਥੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਸਿਸਟਮ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ ਯਾਤਰਾ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਉਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ:



cbsa-asfc.gc.ca/travel-voyage/td-dv-eng.html

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਜਿਹੜੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਦੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਨੁਵਾਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ:

"ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ" ("ਲਾਈਵ") ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼

- ਗੋਦ ਲੈਣ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ਾਤ
- ਜਨਮ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਪੁਰਦਗੀ ਦੇ ਕਾਗਜ਼ਾਤ
- ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ
- ਤਲਾਕ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਾਸੰਸ
- ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਪਰਚੀਆਂ (ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨਜ਼)

- ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ
- ਟੀਕਿਆਂ (ਵੈਕਸੀਨ) ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ
- ਬੀਮਾ ਪਾਲਿਸੀਆਂ
- ਵਿਆਹ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ਡਾਕਟਰੀ ਰਿਕਾਰਡ
- ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਵੀਜ਼ਾ
- ਪਾਸਪੋਰਟ

"ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ" ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼

- ਸੀ ਵੀ (ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਪੱਤਰ)
- ਡਿੱਗਰੀ
- ਡਿਪਲੋਮਾ
- ਪੇਸ਼ੇ ਦੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ਪੇਸ਼ੇ ਦੇ ਲਾਸੰਸ
- ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ (ਯੋਗਤਾ ਪੱਤਰ)
- ਕੰਮ ਦਾ ਵੀਜ਼ਾ

"ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ" ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼

- ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ਡਿੱਗਰੀ
- ਡਿਪਲੋਮਾ
- ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਟ੍ਰਾਂਸਕ੍ਰਿਪਟਾਂ
- ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀਜ਼ਾ



ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰੋ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ 2 ਸਰਕਾਰੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਹਨ: ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫਰਾਂਸੀਸੀ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਬੋਲ ਚਾਲ ਦੀ ਮੂਲ ਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ▶ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਤੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ
- ▶ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਜੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ (ਜਿੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ) ਲੈਣੀਆਂ
- ▶ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਦੇ ਐਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਕੋਰਸ ਲੈਣੇ
- ▶ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ 'ਚ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਭਾਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਆ ਰਹੇ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਕੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ:

- ▶ [ਆਪਣੇ ਰਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ: ਪੰਨਾ 169](#)
- ▶ [ਆਪਣੀ ਵਿੱਦਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ: ਪੰਨਾ 202](#)

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਮਾਰਕੀਟ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਮਾਰਕੀਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਹ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਲੋਕ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਲਾਤਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸਾਈਜ਼ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਤ) ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:

- ▶ [ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ: ਪੰਨਾ 75](#)
- ▶ [ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣੀ: ਪੰਨਾ 77](#)
- ▶ [ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ: ਪੰਨਾ 77](#)
- ▶ [ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕੋ-ਅਪ \(ਸਹਿਕਾਰੀ\) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ: ਪੰਨਾ 87](#)
- ▶ [ਜਗ੍ਹਾ ਖਰੀਦਣੀ: ਪੰਨਾ 88](#)



ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਆਜ਼ਾਦੀ, ਬਰਾਬਰੀ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਦਾ ਜਨਮ ਸਿੱਧ ਅਧਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਇਹਨਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਿਸ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਉੱਥੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜੋ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ, ਉਹ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਬਰਾਬਰ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਹੋ ਸਕੇ। ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵਿਸ਼ੇ ਵੇਖੋ।

ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ

ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਤਕਰਾ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੀ ਪਛਾਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵੱਖਰਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਰਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ (ਬੀ.ਸੀ.ਦਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ:

- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਨਸਲ, ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਰੰਗ, ਤੁਹਾਡਾ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਵੰਸ਼
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਲਿੰਗ (ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਨਰ, ਮਾਦਾ, ਜਾਂ ਅੰਤਰਲਿੰਗੀ - ਨਰ ਅਤੇ ਮਾਦਾ ਦੋਵਾਂ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਹੋਣੇ, ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ)
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ (ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗਾ ਹੀ ਜੈਂਡਰ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਜੈਂਡਰ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 1 ਤੋਂ ਵੱਧ ਜੈਂਡਰ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)

- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ (ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਔਰਤ ਹੋ, ਇੱਕ ਮਰਦ, ਗੈਰ-ਬਾਈਨਰੀ, ਜਾਂ ਦੋ-ਸਪਿਰਟ)
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਜੈਂਡਰ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੈਂਡਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਨੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ, ਜਾਂ ਉਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ)
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਧਰਮ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਘਰ ਅਤੇ ਪੂਜਾ ਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਪਹਿਰਾਵਾ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ)
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਪਾਹਜਤਾ
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹੁਤਾ ਦਰਜਾ (ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਹੋ, ਤਲਾਕਸ਼ੁਦਾ ਹੋ, ਜਾਂ ਕੁਆਰੇ ਹੋ)
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਵੋਟ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਜਿਹੜਾ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਾਲਤ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ)
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ ਵਸੀਲਾ, ਆਮਦਨ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ (ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ) ਸਮੇਤ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ "ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਡ ਕੈਰੈਕਟਰਿਸਟਿਕਸ" ("ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਡ ਕੈਰੈਕਟਰਿਸਟਿਕ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੱਖਰਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖੇਗਾ), ਤਾਂ ਇਹ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਅਪਵਾਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਕੁਝ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕੰਡੋਮੀਨੀਅਮ ਇਮਾਰਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ (55 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ) ਲਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ 55 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਨਤਕ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਬਾਥਰੂਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, [ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ ਪੰਨਾ 240 'ਤੇ "ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ" ਵੇਖੋ।](#)

ਜੈਂਡਰ ਬਰਾਬਰੀ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਕ ਔਰਤ, ਆਦਮੀ, ਦੋਵੇਂ, ਵਿਚਕਾਰ, ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ।



ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਲਿੰਗ (ਸੈਕਸ) ਦੇ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਹ ਵੱਖਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਿਰਫ਼ ਤੁਸੀਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੈਂਡਰ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ:

- ▶ **ਦੇ-ਸਪਿਰਟ (2 ਔਸ ਜਾਂ 2-ਸਪਿਰਟ)** ਕੁਝ ਇਨਡਿਜ਼ਨਸ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸ਼ਬਦ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਇੱਕੋ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਾਰੀ ਆਤਮਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਮਰਦਾਨਾ ਆਤਮਾ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਰਹਿਣਾ।
- ▶ **ਏਜੰਡਰ** ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੈਂਡਰ ਨਾਲ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂ ਜੈਂਡਰ ਰਹਿਤ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਿਸਜੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਲਿੰਗ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀ ਹੈ।
- ▶ **ਜੈਂਡਰ ਡਿਸਫੋਰੀਆ** ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਦੁੱਖ (ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਾਂਹ-ਪੱਖੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ) ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਲਿੰਗ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਮੇਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੀ।
- ▶ **ਜੈਂਡਰ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ਼ਨ (ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ)** ਉਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੈਂਡਰ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਨਾਮ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੱਪੜੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਹਾਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸੰਦ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਵਾਜ਼ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਪੜਨਾਂਵ (ਹੀ, ਸੀ, ਦੇ) ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹੋ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਕੁਝ ਲੋਕ "ਹੀ" ਜਾਂ "ਸੀ" ਦੀ ਬਜਾਏ "ਦੇ" ਵਜੋਂ ਵਿਅਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ▶ **ਜੈਂਡਰ ਫਲਿਊਡ** ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਜੈਂਡਰ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਸਮੇਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ▶ **ਜੈਂਡਰਕੁਈਰ** ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਨਾ ਹੀ ਮਰਦ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਔਰਤ, ਮਰਦ ਅਤੇ ਔਰਤ ਦੋਹਾਂ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਜੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਜੈਂਡਰਕੁਈਰ ਵਜੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਟ੍ਰਾਂਸ ਵਜੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ।

- ▶ **ਨਾਨ-ਬਾਈਨਰੀ** ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਜੈਂਡਰ ਨੂੰ ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਦੇਖਦੇ। ਨਾਨ-ਬਾਈਨਰੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੋਈ ਜੈਂਡਰ ਨਾ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੈਂਡਰਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਜੈਂਡਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ▶ **ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ** ਇੱਕ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਹੋਣ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਲਿੰਗ (ਸੈਕਸ) ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਲੋਕ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਦਿਸਦੇ ਹਨ ਉਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਇੱਕ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਆਦਮੀ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਔਰਤ ਵਜੋਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਪਰ ਉਸ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਮਰਦ ਹੈ। "ਟ੍ਰਾਂਸ" ਅਕਸਰ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਹਿਣ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਓਰੀਐਨਟੇਸ਼ਨ), ਜੋ ਕਿ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਰੋਮਾਂਟਿਕ, ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਖਿੱਚ ਦੀ ਵੰਨਗੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਵਿੱਚ ਉਸੇ ਜੈਂਡਰ ਵੱਲ ਖਿੱਚ (ਸਮਲਿੰਗਕਤਾ); ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਜੈਂਡਰ ਵੱਲ ਖਿੱਚ (ਵਿਪਰੀਤ ਲਿੰਗਕਤਾ); ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚ (ਬਾਈਸੈਕਸੁਅਲਟੀ); ਸਾਰੇ ਜੈਂਡਰਾਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚ (ਪੋਨੋਸੈਕਸੁਅਲਟੀ); ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੈਂਡਰ ਵੱਲ ਕੋਈ ਖਿੱਚ ਨਹੀਂ (ਅਸੈਕਸੁਅਲਟੀ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਜੈਂਡਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕਾਨੂੰਨ ਸਾਰੇ ਜੈਂਡਰਾਂ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਆਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੈਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਲਿੰਗਕ ਸਮਾਨਤਾ (ਜੈਂਡਰ ਇਕੁਇਟੀ) ਦਫ਼ਤਰ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



gov.bc.ca/gov/content/gender-equity



ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਦੋ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ:

► ਫਰੀਡਮ ਆਫ਼ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਕਟ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਫ਼

ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਐਕਟ (ਸੂਚਨਾ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਐਕਟ) (ਐੱਫ ਆਈ ਪੀ ਪੀ ਏ) ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਜਨਤਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰਕਾਰੀ ਮੰਤਰਾਲਿਆਂ, ਸਕੂਲ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ, ਜਾਂ ਮਿਊਂਸਪਿਲ ਪੁਲਿਸ ਬਲਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਕੋਈ ਵੀ ਜਨਤਕ ਸੰਸਥਾ, ਜਿਹੜੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

► ਪਰਸਨਲ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ (ਨਿੱਜੀ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ) (ਪੀ ਆਈ ਪੀ ਏ) ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਨਿੱਜੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰੋਬਾਰ, ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਚੈਰਿਟੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਪੀ ਆਈ ਪੀ ਏ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਨਿੱਜੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਲੈਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਦੋਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਰ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ, ਬਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਜਨਤਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ "ਫਰੀਡਮ ਆਫ਼ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਰੀਕੂਐਸਟ" ("ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਬੇਨਤੀ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦਾ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਆਫ਼ ਬੀ. ਸੀ. (ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ) ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਸੀਲੇ ਹਨ: oipc.bc.ca

ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਮੰਗਣੀ ਹੈ ਸਿੱਖੋ:



gov.bc.ca/gov/content/governments/about-the-bc-government/opengovernment/open-information/freedom-of-information

ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੇਂਦਰੀ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਏਅਰਲਾਈਨਾਂ, ਬੈਂਕ ਅਤੇ ਦੂਰਸੰਚਾਰ (ਰੇਡੀਓ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ) ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦਾ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: priv.gc.ca/en

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇੰਪਲੌਏਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਐਕਟ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦਾ ਐਕਟ) ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ। ਬੀ. ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ) ਕਾਨੂੰਨ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 180 'ਤੇ "ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ" ਦੇਖੋ।](#)

ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਅਕਸਰ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ (ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ), ਕੁਝ ਲੋਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਣਗੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਝੂਠੇ ਬੋਲਣਗੇ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਮ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਓ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 140 'ਤੇ "ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ" ਵੇਖੋ।](#)



ਬੀ.ਸੀ. ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕ ਬੀ. ਸੀ. 'ਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਵੱਡੇ ਮੌਕਿਆਂ ਕਾਰਨ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਅਮੀਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਕੁਦਰਤੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਕਾਰਨ ਵੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਲਵੋ:

- ▶ [ਇਤਿਹਾਸ: ਪੰਨਾ 4](#)
- ▶ [ਭੂਗੋਲ: ਪੰਨਾ 9](#)
- ▶ [ਜਲਵਾਯੂ: ਪੰਨਾ 11](#)
- ▶ [ਸਮੇਂ ਦੇ ਜ਼ੋਨ: ਪੰਨਾ 11](#)
- ▶ [ਸਰਕਾਰ: ਪੰਨਾ 12](#)
- ▶ [ਕਾਨੂੰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ: ਪੰਨਾ 14](#)
- ▶ [ਸਮਾਜਿਕ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ: ਪੰਨਾ 14](#)



ਇਸ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ

ਅਧਿਆਇ 3 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ	28
ਅਧਿਆਇ 3 ਚੈਕਲਿਸਟ	29
ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰੋ	30
ਸੇਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ	30
ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲਵੋ	30
ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭੋ	30
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀਆਂ ■ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ■ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ (ਭਾਈਚਾਰਕ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੇਂਦਰ) 	
ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲਵੋ	35
ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹੋ	35
ਫੋਨ ਲਵੋ	35
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਪ੍ਰੀਪੇਡ (ਪੇ-ਐਂਜ਼-ਯੂ-ਗੋ) ਪਲਾਨ ■ ਪੋਸਟਪੇਡ ਪਲਾਨ (ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬਿੱਲ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਪਲਾਨ) 	
ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ/ਫੋਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ	38
ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਕਾਰਡ ਲਵੋ	38
ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਲਵੋ	38

3

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ





ਅਧਿਆਇ 3 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਸਹਾਇਤਾ): ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਦਦ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ। ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਧਨ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਲਾਸਾਂ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਰਗੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਸਰਕਾਰ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਭੱਤੇ): ਪੈਸਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮਦਦ ਜੋ ਲੋਕ ਸਰਕਾਰ, ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਡੈਮੋਬਿਲਿਟੀ (ਅਪਾਹਜਤਾ) : ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਜਿਹੜੀ ਕੁਝ ਖਾਸ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਪਾਹਜਤਾ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਅਪਾਹਜਤਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਬੋਲਣ, ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਹਿੱਲਣ-ਜੁਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਕੈਮ (ਘੋਟਾਲਾ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਧੋਖਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਝੂਠ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਕੋਈ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ ਚੋਰੀ ਕਰ ਸਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਘੋਟਾਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਦੇਣਦਾਰ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਦਾ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਘੋਟਾਲਿਆਂ ਨੂੰ "ਫਰਾਡ" ("ਧੋਖਾਧੜੀ") ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ): ਇੱਕ ਏਜੰਸੀ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਨਵੇਂ ਆਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ (ਵਸੇਬਾ ਏਜੰਸੀ): ਇੱਕ ਸੰਸਥਾ ਜਿਹੜੀ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਵੇਂ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ, ਨੌਕਰੀ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਇਹ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਮੁਢਲਾ ਹੈ।



ਅਧਿਆਇ 3 ਚੈੱਕਲਿਸਟ

ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ ★★★

- ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਓ
- ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ
- ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲਵੋ

ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ★★

- ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭੋ
- ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲਵੋ
- ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹੋ
- ਫੋਨ ਲਵੋ

ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗਾ ★

- ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ/ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ
- ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ (ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ) ਦਾ ਕਾਰਡ ਲਵੋ
- ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਲਵੋ



ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਓ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਇੱਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 47 'ਤੇ "ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ" ਵੇਖੋ।](#)

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ) ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ 9-ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਨੰਬਰ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ, ਤਨਖਾਹ ਲੈਣ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਭੱਤਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 169 'ਤੇ "ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ" ਵੇਖੋ।](#)

ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲਵੋ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਆਈ ਡੀ (ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ) ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਮੇਤ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 49 'ਤੇ "ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲਵੋ" ਵੇਖੋ।](#)

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭੋ

ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀਆਂ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਵਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ

ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ
- ▶ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ
- ▶ ਆਪਣੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ
- ▶ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ
- ▶ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ
- ▶ ਸਰਕਾਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ
- ▶ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰੀ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਵੀਜੇ ਅਤੇ ਪਰਮਿਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ▶ ਆਪਣੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਕਲਾਸਾਂ ਲੱਭਣ
- ▶ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਏਜੰਸੀ ਜਾਂ ਕਾਰੋਬਾਰ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ, [ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ](#) ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents 'ਤੇ ਜਾਓ



211 ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ (ਨਿੱਜੀ) ਸੇਵਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਈ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ, ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੁਨੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ (ਨੈਵੀਗੇਟਰ) ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ 2-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ। ਇਹ ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ, ਅਤੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, 24 ਘੰਟੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 240 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਪਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। bc.211.ca

ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਤੋਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ, ਪਰ ਉਹ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ▶ ਸਧਾਰਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨਾ
- ▶ ਫਾਰਮਾਂ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਲਿਖਣਾ
- ▶ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਬੋਲਿਆ ਅਨੁਵਾਦ)
- ▶ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਅਨੁਵਾਦਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ

ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਫ਼ੀਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮੋਹਰ ਜਾਂ ਸੀਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦੇ ਅਨੁਵਾਦ ਲਈ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਅਨੁਵਾਦਕ ਜਾਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਸੇਸਾਇਟੀ ਆਫ਼ ਟਰਾਂਸਲੇਟਰਜ਼ ਐਂਡ ਇੰਟਰਪਰੇਟਰਜ਼ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਅਨੁਵਾਦਕਾਂ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਸੇਸਾਇਟੀ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

**ਸੇਸਾਇਟੀ ਆਫ਼ ਟਰਾਂਸਲੇਟਰਜ਼ ਐਂਡ
ਇੰਟਰਪਰੇਟਰਜ਼ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ**
220-1501 West Broadway
ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 684-2940
stibc.org

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ

**ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ
ਅਤੇ ਜੁਆਇੰਟ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿੱਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
(ਸਾਂਝਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿੱਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)**

ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਯੂਨਾਈਟਡ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਏਜੰਸੀ (ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੀ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਏਜੰਸੀ) ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫੈਡਰਲ (ਹਵਾਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ) ਸੰਸਥਾ ਦੁਆਰਾ ਪੁਨਰਵਾਸ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ 1 ਸਾਲ ਤੱਕ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਆਪਣਾ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ - ਜੇ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ, ਕੱਪੜੇ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/resettle-refugee/government-assisted-refugee-program.html

ਕੇਂਦਰੀ ਸਰਕਾਰ ਅਸਧਾਰਨ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਵਾਲੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਸਪਾਂਸਰਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੁਆਇੰਟ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿੱਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਸਾਂਝਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿੱਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/sponsor-refugee/private-sponsorship-program/joint-assistance-program.html



ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਪਾਂਸਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ

ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਪਾਂਸਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਸਪਾਂਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਗਰੁੱਪ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ:

- ▶ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ
- ▶ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣੀ
- ▶ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣੀ
- ▶ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਦੇਣੇ

ਸਪਾਂਸਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਲਈ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਦੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 1 ਸਾਲ ਤੱਕ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਆਪਣਾ ਭਾਰ ਆਪ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ - ਜੋ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਪਾਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਪਾਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਦੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬੇ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਧਨ ਮੰਗਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਰਿਫਿਊਜੀ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿਪ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/sponsor-refugee/private-sponsorship-program.html

ਰਿਫਿਊਜੀ ਕਲੇਮੰਟ (ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਦਾਅਵਾ ਦਾਇਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਦਾਅਵਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/protection.html

ਬੀ ਸੀ ਸੇਫ ਹੇਵਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਦਾਅਵੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸੇਫ ਹੇਵਨ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਰਾਹੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਕੋਈ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲੱਭੋ ਜਿਹੜਾ ਬੀ ਸੀ ਸੇਫ ਹੇਵਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ:



welcomebc.ca/start-your-life-in-b-c/settlement-services



ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਵਸੇਬੇ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ 'ਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਨਰ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਹੋਰ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਸਾਲੇ, ਸੀ ਡੀਆਂ, ਡੀ ਵੀ ਡੀਆਂ, ਈ-ਕਿਤਾਬਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਉਧਾਰ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਸਾਲੇ ਅਤੇ ਅਖ਼ਬਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਕਾਰਡ ਬਣਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਕਾਰਡ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੋਈ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ (ਆਈ ਡੀ) ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਓ ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤਾ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ। ਕੁਝ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਦੂਜੀਆਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉਧਾਰ ਲੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਜਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣਗੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਤੋਂ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਵਾਇਰਲੈੱਸ ਇੰਟਰਨੈੱਟ (ਵਾਈ ਫਾਈ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੰਪਿਊਟਰ, ਟੈਬਲੇਟ, ਜਾਂ ਸਮਾਰਟਫੋਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਸ਼ਿਲਪਕਾਰੀ, ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ। ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਸਮਾਗਮ, ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਖਾਸ ਉਪਕਰਨ ਉਧਾਰ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ— ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਕੈਮਰੇ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਅੱਜ਼ਾਰ ਜਿਹੜੇ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਮਹਿੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਦੇਖਦੇ, ਲਈ ਆਡੀਓਬੁੱਕਾਂ ਜਾਂ ਵੱਡੇ-ਪ੍ਰਿੰਟ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਲੱਭਣ, ਰਾਖਵੀਆਂ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਰੱਖਣ) ਲਈ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਈ-ਕਿਤਾਬਾਂ, ਆਡੀਓਬੁੱਕਾਂ, ਫਿਲਮਾਂ, ਡਿਜੀਟਲ ਮੈਗਜ਼ੀਨਾਂ ਅਤੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਧਾਰ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਾਊਨਲੋਡ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕੁਝ ਤੁਸੀਂ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਨਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਵਸੇਬੇ ਦੀ ਮਦਦ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਿਊ ਟੂ ਬੀ ਸੀ (ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ) ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦਾ ਵਸੇਬਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਸੇਬੇ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੇ ਲਿੰਕਾਂ ਲਈ ਨਿਊ ਟੂ ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: Newtobc.ca

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਲੱਭੋ:



www2.gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries/find-your-public



ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ (ਭਾਈਚਾਰਕ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੇਂਦਰ)

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਜਾਂ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਅਕਸਰ ਸਵੀਮਿੰਗ ਪੂਲ, ਆਈਸ ਰਿੰਕ, ਟੈਨਿਸ ਕੋਰਟ, ਸਮਾਗਮ ਕਰਨ ਲਈ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸ਼ਿਲਪਕਾਰੀ, ਨਾਚ, ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਈ ਐੱਸ ਐੱਲ) ਵਜੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀਆਂ ਗਾਈਡਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਕਲਾਸਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦਿੱਤੀ ਹੁੰਦੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਹੜੇ ਸਮੇਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੈ। ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹਿੰਗੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸੈਂਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਕਸਬੇ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਖੋਜ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ "ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ" ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਗਰੁੱਪ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ, ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਜਾਂ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲਵੇ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਹਰੇਕ ਮੋਟਰ ਵਾਹਨ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਹੋਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਰੇਕ ਡਰਾਈਵਰ ਕੋਲ ਲਸੰਸ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਆਈਸੀਬੀਸੀ) ਤੋਂ ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਵੇਖੋ:

- ▶ [ਪੰਨਾ 94 'ਤੇ "ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ"](#)
- ▶ [ਪੰਨਾ 96 'ਤੇ "ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣਾ"](#)

ਬੈਂਕ ਦਾ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹੋ

ਬੈਂਕ ਦਾ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਿੱਤ (ਜਮਾ, ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ, ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾਉਣ) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕੋਗੇ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਂਕ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਕੱਢਣ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਬੈਂਕਿੰਗ ਔਨਲਾਈਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਖਰੀਦਾਰੀ ਲਈ ਹੋਵੇ, ਕੰਮ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ

ਲਈ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਲਈ ਹੋਵੇ, ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 151 'ਤੇ "ਬੈਂਕ ਦਾ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣਾ" ਦੇਖੋ।](#)

ਫ਼ੋਨ ਲਵੇ

ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੈੱਲਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟਫ਼ੋਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਲੈਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਕੰਮ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ, ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰਨੀ ਸੌਖੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ 2 ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਹਨ: ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਪਲਾਨਜ਼ (ਪਹਿਲਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ) ਅਤੇ ਪੋਸਟਪੇਡ ਪਲਾਨਜ਼ (ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ)।



ਪ੍ਰੀਪੇਡ (ਪੇ-ਐਜ਼-ਯੂ-ਗੋ) ਪਲਾਨ

- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ (ਪੀ ਆਰ) ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਸਪੋਰਟ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਪੈਸੇ ਤੁਹਾਡੇ ਫ਼ੋਨ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੈਸਾ ਕਾਲਾਂ, ਟੈਕਸਟ ਅਤੇ ਡੇਟਾ (ਇੰਟਰਨੈੱਟ) ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਮਿੰਟਾਂ ਅਤੇ ਡੇਟਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੋਨ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਦੁਬਾਰਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲੱਗਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪੈਸੇ ਪਾਉਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਣਗੇ।
- ▶ ਕੋਈ ਬਿੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਕੋਈ ਅਣਕਿਆਸੇ ਖਰਚੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਹੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ।
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਮਿੰਟਾਂ ਅਤੇ ਡੇਟਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ (ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ)।
- ▶ ਸਿਮ ਕਾਰਡ ਦੀ ਕੀਮਤ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਫ਼ੋਨ ਪਲਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਿਮ ਕਾਰਡ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਿਮ ਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ 10 ਡਾਲਰ ਜਾਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੋਸਟਪੇਡ ਪਲਾਨ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਪਲਾਨ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਚੋਣ ਹੈ।

ਪੋਸਟਪੇਡ ਪਲਾਨ

- ▶ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਤੁਹਾਨੂੰ 1 ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਡੇਟਾ ਅਤੇ ਮਿੰਟ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਾਲਾਂ, ਟੈਕਸਟ ਅਤੇ ਡੇਟਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਲਾਨ (ਯੋਜਨਾ) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਰਕਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਵਾਧੂ ਚਾਰਜ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।
- ▶ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 1 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਜਲਦੀ ਰੱਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਫ਼ੀਸ (ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਪਲਾਨ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਡੇਟਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਛੋਟ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਸਿਮ ਕਾਰਡ ਦੀ ਕੀਮਤ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਫ਼ੋਨ ਵੇਚਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ 2 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਫ਼ੀਸ ਦੇਣ ਦੇ ਆਪਣਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਰੱਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ - ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਏ ਹੋਵੋ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



crtc.gc.ca/eng/phone/mobile/code.htm

- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਸਟਪੇਡ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਹਿਸਟਰੀ (ਪਿਛੋਕੜ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਹ ਪੋਸਟਪੇਡ ਫ਼ੋਨ ਪਲਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਦੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਕਨਜ਼ਿਊਮਰ (ਖਪਤਕਾਰ) ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਐਕੁਆਫੈਕਸ:



equifax.ca/personal/products/credit-score-report/

ਟਰਾਂਸਯੂਨੀਅਨ:



transunion.ca/product/consumerdisclosure#articleSection3

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਮਿੰਟ ਅਤੇ ਡੇਟਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੋਨ ਪਲਾਨ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਪੋਸਟਪੇਡ ਪਲਾਨ ਚੰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫੀਸਾਂ (ਟੋਲਜ਼) ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਥਾਨਕ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਕਾਲਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਵੱਧ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨਾ ਮੁਫਤ (ਟੋਲ-ਫਰੀ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਟੋਲ-ਫਰੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 1 800, 1 855, 1 866, 1 877, ਜਾਂ 1 888 ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

1 900 ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੰਬਰ ਟੋਲ-ਫਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਬਹੁਤ ਮਹਿੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਕਾਲਾਂ

ਕੁਝ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਕਾਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਕਾਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਕਾਲਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਰਾਂ ਵਾਲਾ ਫੋਨ ਪਲਾਨ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਫੋਨ ਕਾਰਡ ਵੀ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਕਾਰਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਨ ਪਲਾਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਦੀਆਂ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਕਨਵੀਨੀਐਂਸ ਸਟੋਰਾਂ, ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ, ਸੁਪਰਮਾਰਕੀਟਾਂ ਅਤੇ ਫੋਨ ਸਟੋਰਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਫੋਨ ਕਾਰਡ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰੀਪੇਡ ਫੋਨ ਕਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਫੈਡਰਲ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



fcc.gov/consumers/guides/prepaid-phone-cards-what-consumers-should-know



ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ/ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ

ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ/ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ। ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਇੱਕ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਦਵਾਈਆਂ, ਮੈਡੀਕਲ ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਘੱਟ ਪਰਿਵਾਰਕ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 53 'ਤੇ "ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ" ਦੇਖੋ।](#)

ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ (ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ) ਦਾ ਕਾਰਡ ਲਵੋ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 2 ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ (ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ) ਦੇ ਨੈੱਟਵਰਕ ਹਨ। ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਬੱਸਾਂ, ਸਕਾਈ ਟ੍ਰੇਨ, ਸੀਬੱਸ, ਵੈਸਟ ਕੋਸਟ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ, ਅਤੇ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਬੱਸ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਜਨਤਕ ਸਿਸਟਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਕਾਰਡ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵਿਸ਼ੇ ਵੇਖੋ:

- ▶ [ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ: ਪੰਨਾ 115](#)
- ▶ [ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ: ਪੰਨਾ 117](#)

ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਲਵੋ

ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਸਰਕਾਰੀ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ (ਆਈ ਡੀ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਵਰਗੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਫੀਚਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਉਮਰ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਫੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 12 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ ਸੀ (ਆਈਸੀਬੀਸੀ) ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:



icbc.com/driver-licensing/getting-licensed/Apply-for-a-bcid





ਇਸ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ

4.1 ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ	41
4.2 ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ)	65
4.3 ਰਿਹਾਇਸ਼	71
4.4 ਡਰਾਈਵਿੰਗ	91
4.5 ਆਵਾਜਾਈ	113
4.6 ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ	129
4.7 ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕਿੰਗ	145
4.8 ਟੈਕਸ	159

4

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ



ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



4.1

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਭਾਗ 4.1 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ	42
ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ	45
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਬੀ.ਸੀ. ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ■ ਦਾਖਲਾ ■ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੂਡੈਂਟ ਹੈਲਥ ਫ਼ੀਸ ■ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ■ ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਵਰੇਜ 	
ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲੈਣਾ	49
ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ	50
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲੱਭਣਾ ■ ਐਪ੍ਰਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨੀ ■ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ) 'ਚ ਜਾਣਾ ■ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ (ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ) ਯੂਨਿਟ 'ਚ ਜਾਣਾ ■ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਲੀਨਿਕ 'ਚ ਜਾਣਾ 	
ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ	52
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ■ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਬੁਲਾਉਣੀ 	
ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ	53
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ■ ਦਵਾਈ ਖਰੀਦਣੀ ■ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ 	
ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ	55
ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ	56
ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ	57
ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਣਨਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣਾ	58
ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)	61



ਭਾਗ 4.1 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਆਡੀਓਲੋਜਿਸਟ: ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਜਿਹੜਾ ਸੁਣਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੈਨੀਫਿੱਟ(ਭੱਤੇ): ਪੈਸਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕ ਸਰਕਾਰ, ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ): ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਨਸ਼ਾ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, 19 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੈਨਾਬਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਡੈਂਟਿਸਟ (ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ): ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕੈਵਿਟੀਆਂ (ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਵਿੱਚ ਖੋੜਾਂ) ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਦੰਦ ਦੁੱਖਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਡਰੱਗਸਟੋਰ (ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਦੁਕਾਨ): "ਫਾਰਮੇਸੀ" ਵੇਖੋ

ਕੰਨ, ਨੱਕ, ਅਤੇ ਗਲੇ (ਈ ਐਨ ਟੀ) ਦਾ ਡਾਕਟਰ: ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਨਾਂ, ਨੱਕ ਅਤੇ ਗਲੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਗਲਾ ਬਹੁਤ ਦੁਖਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਈ ਐਨ ਟੀ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ: ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਿਹਤ, ਖੁਰਾਕ ਸਬੰਧੀ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣਾ), ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ (ਗਰਭ ਨਹਿਰਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ) ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਪਹਿਲਾ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਨਰਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਜਾਂ "ਜੀ ਪੀ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ (ਮਾਹਰ) (ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ) ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਵਿੱਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸਾਂ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਹੋਮ ਕੇਅਰ ਵਰਕਰਜ਼, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਟੀਕਾਕਰਨ (ਇਮੀਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ): ਵੇਖੋ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇਣੀ।



ਮਿੱਡਵਾਈਫ (ਦਾਈ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਮਦਦ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹੈ। ਦਾਈਆਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਾਈ ਮਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨਰਸ: ਇੱਕ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਜਿਸ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗਿਆਨ, ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਰਸਾਂ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਜਾਂ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਵਰਗੇ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਅਕਸਰ ਹੋਰ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ: ਇੱਕ ਨਰਸ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਉਹੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਡਾਕਟਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਲੈਬਾਰਟਰੀ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਮਝਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਪਰਚੀ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਲਾਜਾਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੁਕਾਮ, ਕੱਟ ਜਾਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਲਾਗ) ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਅਨਾਂ ਕੋਲ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਟੋਮੈਟ੍ਰਿਸਟ (ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ): ਇੱਕ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਗ੍ਹਾ ਚੈੱਕ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਨਕਾਂ ਜਾਂ ਕਾਂਟੈਕਟ ਲੈਂਸਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸੱਟਾਂ ਦਾ ਵੀ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਓਵਰ-ਦੀ-ਕਾਊਂਟਰ ਦਵਾਈ: ਦਵਾਈ, ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ) ਦੇ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਐਲਰਜੀ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਜੁਕਾਮ, ਜਾਂ ਪੇਟ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਵਰਗੀਆਂ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ (ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ), ਗਰੋਸਰੀ ਦੇ ਸਟੋਰਾਂ, ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਸਟੋਰਾਂ ਅਤੇ ਕਈ ਕਨਵੀਨੀਐਂਸ ਸਟੋਰਾਂ ਤੋਂ ਓਵਰ-ਦੀ-ਕਾਊਂਟਰ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪੈਰਾਮੈਡਿਕ: ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਿਹੜਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪੈਰਾਮੈਡਿਕਸ ਜਾਣਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਟੁੱਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਰਗੇ ਗੰਭੀਰ ਮੁੱਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦੱਸੀ ਗਈ ਦਵਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਦਵਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਈ ਜਾ ਰਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦਵਾਈ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਹੋ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਗਰਭ ਠਹਿਰਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦੀ ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਫਾਰਮੇਸੀ: ਇੱਕ ਸਟੋਰ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਲਈ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ) ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਫਾਰਮੇਸੀ ਨੂੰ "ਡਰੱਗ ਸਟੋਰ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਵੱਡੇ ਸਟੋਰਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰੋਸਰੀ ਅਤੇ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ: ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਜਾਂ ਮਿੰਡਵਾਈਡ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਇੱਕ ਖਾਸ ਪਰਚੀ। ਪਰਚੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪਰਚੀ ਨੂੰ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕੁਆਲੀਟੀਡ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ (ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਸਰਤ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਵਰ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਤਾਕਤਵਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਸਰਤ ਕਰਨ, ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਤਾਕਤਵਰ ਹੋਣਾ) ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ (ਮਾਹਰ): ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਖੇਤਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਜਾਣਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਦਿਲ, ਅੱਖਾਂ, ਚਮੜੀ, ਕੰਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਲਈ ਮਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੈਂਸਰ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ, ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵੀ ਮਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਖਾਸ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵੈਕਸੀਨੋਲੋਜਿਸਟ (ਟੀਕਾਕਰਨ): ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਸਰਾ, ਪਰਟੂਸਿਸ (ਕਾਲੀ ਖੰਘ), ਟੈਟਨਸ, ਅਤੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ)। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਇਰਸ ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਲੜਨਾ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਇਸ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਜਿੰਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਣਾ ਓਨਾ ਹੀ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵਰਚੁਅਲ ਕੋਅਰ: ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੋਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੰਪਿਊਟਰ, ਟੈਬਲੇਟ ਜਾਂ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਵਰਚੁਅਲ ਕੋਅਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਸੌਖੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਵਰਚੁਅਲ ਕੋਅਰ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ "ਟੈਲੀਮੈਡੀਸਨ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜਨਤਾ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਿਸਟਮ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਬੀ. ਸੀ. ਵਸਨੀਕਾਂ ਕੋਲ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਰਾਹੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੈ।

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾ ਯੋਜਨਾ) ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ

ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਨਾਮਕ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ (ਸਿਹਤ ਦਾ ਬੀਮਾ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ, ਮੈਡੀਕਲ ਟੈਸਟਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ, ਰੋਕਥਾਮ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖਰਚਿਆਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ:



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/benefits/services-not-covered-by-msp

ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਹਰ ਕੋਈ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਲਈ ਹੈ:

- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਉਹ ਵਸਨੀਕ ਜੋ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ (ਪੀ ਆਰ) ਹਨ
- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਉਹ ਵਸਨੀਕ ਜੋ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹਨ
- ▶ ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟ ਵਾਲੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ
- ▶ ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ 6 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਹਨ

ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ:



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/eligibility-and-enrolment/are-you-eligible





ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ, ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਰਾਹੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ:

- ▶ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਲਈ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ 7-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਕੋਲ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਹੋ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, "ਪੰਜਾਬੀ")।

ਨੋਟ: ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਮਾਹਰ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਖਾਸ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਵੋ।
- ▶ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ▶ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ▶ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ▶ ਸਿਹਤ ਦੇ 5,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਪੇਸ਼ਣ, ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ (ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।
- ▶ ਅਰਬੀ, ਚੀਨੀ, ਫਾਰਸੀ, ਫਰਾਂਸੀਸੀ, ਕੋਰੀਆਈ, ਪੰਜਾਬੀ, ਸਪੇਨੀ ਅਤੇ ਵੀਅਤਨਾਮੀ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ:



[healthlinkbc.ca/more/
resources/other-languages](https://healthlinkbc.ca/more/resources/other-languages)

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਦਾ ਇੱਕ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਵੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ, ਹਸਪਤਾਲ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ, ਟੀਕਾ (ਵੈਕਸੀਨ) ਲਵਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ, ਲੇਬਰਟਰੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ:



[healthlinkbc.ca/bc-health-
service-locator-app](https://healthlinkbc.ca/bc-health-service-locator-app)



ਅੰਤਰਿਮ ਫੈਡਰਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੁੜ ਵਸੇ ਹੋਏ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਸੀਮਤ, ਅਸਥਾਈ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸੂਬਾਈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ, ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਵਾਈ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡੈਂਟਲ (ਦੰਦਾਂ ਦੀ) ਦੇਖਭਾਲ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਕੁਝ ਦੇਖਭਾਲ, ਅਤੇ ਹੋਰ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/eligibility.html

ਅੰਤਰਿਮ ਫੈਡਰਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹਨ। ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ: ifhp.medaviebc.ca/en/providers-search

ਦਾਖਲਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ (ਨਾਂ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣਾ) ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਈ ਨਾਂ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਿਖੋ ਜਿਵੇਂ ਇਹ ਹੋਰ ਸਰਕਾਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਪਹੁੰਚਦੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਈ ਨਾਂ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਹੋਣ ਲਈ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੈਡੀਕਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੈਡੀਕਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਡਾਕਟਰੀ ਖਰਚੇ ਖੁਦ ਅਦਾ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਇਹ ਖਰਚੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਜਾਂ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਈ ਨਾਂ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ, ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ:

604 683-7151

ਟੇਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents

ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਸੰਪੂਰਕ ਸਹਾਇਤਾ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਅਦਾ ਕਰਨਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ▶ ਐਕਿਊਪੰਕਚਰ (ਦਰਦ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪਤਲੀਆਂ ਸੂਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ)
- ▶ ਕਾਇਰੋਪ੍ਰੈਕਟਿਕ ਦੇਖਭਾਲ (ਪੱਠਿਆਂ, ਜੋੜਾਂ, ਨਸਾਂ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ)
- ▶ ਮਾਲਜ਼ ਥੈਰੇਪੀ (ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪੱਠਿਆਂ ਨੂੰ ਘੁੰਟਣਾ ਅਤੇ ਹਿਲਾਉਣਾ-ਜੁਲਾਉਣਾ)



- ▶ ਨੈਚੁਰੇਪੈਥੀ (ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਦਰਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੌਦੇ ਅਤੇ ਖਾਣਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ)
- ▶ ਫਿਜ਼ੀਕਲ ਥੈਰੇਪੀ (ਸੱਟਾਂ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹਿੱਲਣ-ਜੁੱਲਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜ)
- ▶ ਗੈਰ-ਸਰਜੀਕਲ ਪੇਡੀਆਟਰੀ (ਪੈਰ ਅਤੇ ਗਿੱਟੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰਜਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਟੀਜ਼ਨ (ਨਾਗਰਿਕ) ਜਾਂ ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ (ਪੀ ਆਰ) ਵਜੋਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ, ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਭਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ ਭੇਜੋ:



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/benefits/services-covered-by-msp/supplementary-benefits

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੂਡੈਂਟ ਹੈਲਥ ਫ਼ੀਸ

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮਾਸਿਕ ਸਿਹਤ ਫ਼ੀਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਫ਼ੀਸ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ 'ਚ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਦਾ ਯੋਗ (ਵੈਲਿਡ) ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ 12 ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੂਡੈਂਟ ਹੈਲਥ ਫ਼ੀਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/health-fee-international-students/pay

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਡਾਕਟਰੀ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਕਵਰੇਜ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਵਿਜ਼ਟਰ ਵੀਜ਼ਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਂਪੂਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀ) ਵੀਜ਼ਾ, ਪੇਰੈਂਟ (ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ) ਸੁਪਰ ਵੀਜ਼ਾ, ਜਾਂ ਗਰੈਂਡਪੇਰੈਂਟ (ਦਾਦੀ-ਦਾਦਾ, ਨਾਨੀ-ਨਾਨਾ) ਸੁਪਰ ਵੀਜ਼ਾ, 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀਜ਼ ਅਤੇ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਕੈਨੇਡਾ 'ਤੇ ਜਾਓ:



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/visit-canada.html

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਰਾਸੀਦ ਮੰਗੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਭੇਜੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਅਦਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੁਝ ਜਾਂ ਸਾਰੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜ ਦੇਣਗੇ। ਕੁਝ ਮੈਡੀਕਲ ਦਫ਼ਤਰ ਬਿੱਲ ਸਿੱਧਾ ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਭੇਜ ਦੇਣਗੇ। ਇਸ ਨੂੰ "ਡਾਇਰੈਕਟ ਬਿਲਿੰਗ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਬਿੱਲ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਵਰੇਜ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵਾਧੂ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣਾ ਚੰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਧੂ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/benefits/services-covered-by-msp/medical-benefits/medical-benefits-outside-of-british-columbia




ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲੈਣਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਆਪਣਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲੈਣ ਲਈ, ਇਹਨਾਂ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ:

1. ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ, ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ, ਜਾਂ ਜਾ ਕੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ

▶ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ:

 gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/eligibility-and-enrolment/apply-for-msp

▶ ਜਾ ਕੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ 'ਚ ਜਾਓ:

 gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/ministries/citizens-services/servicebc

2. ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ 'ਚ ਜਾਓ

ਆਪਣੇ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਅਤੇ ਦਾਖਲਾ ਫਾਰਮ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਮਿਲੇਗਾ। ਇਹ ਪੱਤਰ ਅਤੇ

ਸਨਾਖਤ (ਆਈ ਡੀ) ਵਾਲੀਆਂ 2 ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈ ਕੇ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਨਾਖਤ (ਆਈ ਡੀ) ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:



icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Accepted-ID

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦਾ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦਫ਼ਤਰ ਲੱਭੋ:
icbc.com/locators

19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ, 75 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ, ਅਤੇ ਸਟੱਡੀ ਅਤੇ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਮਿਲੇਗਾ।

ਬਿਨਾਂ ਫੋਟੋ ਵਾਲੇ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card/types-of-cards/non-photo

ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰਡ ਗੁੰਮ ਜਾਂ ਚੋਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਕਾਰਡ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਓ।



ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ

ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲੱਭਣਾ

ਅਜਿਹਾ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲੱਭਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਰੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਲੈ ਸਕੇ। ਲੱਭਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸੁਝਾਅ ਮੰਗੋ।

ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲੈਣ ਲਈ ਹੈਲਥ ਕਨੈਕਟ ਰਜਿਸਟਰੀ 'ਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ:

healthlinkbc.ca/health-connect-registry

ਹੈਲਥ ਕਨੈਕਟ ਰਜਿਸਟਰੀ ਦੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਸਿਰਫ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। 8-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਰੋ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, "ਪੰਜਾਬੀ")। ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲੱਭਣ ਦੇ ਕੁਝ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਇਹ ਹਨ:

- ▶ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ), ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਹਰ, ਕੋਲ ਗਏ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਕਿਸੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਰੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਲੈਣਗੇ।
- ▶ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਲੱਭਣ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪੁਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਟੈਂਪੋਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, [ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ](http://welcomebc.ca/temporaryresidents) ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨੀ

ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁਕਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਦਫਤਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਮਿਲਣ ਲਈ ਦਿਨ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਚੁਣੋ)।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ।

ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਖੁੰਝਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੀਸ ਦੇਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਫੀਸ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ) 'ਚ ਜਾਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ) ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਅਤੇ ਅਰਜੈਂਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ 12 ਤੋਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਸੇ ਦਿਨ ਦੀ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੋਚ ਆਉਣੀ, ਕੱਟ ਲੱਗਣਾ, ਬੁਖਾਰ ਹੋਣਾ, ਜਲਣਾ, ਐਲਰਜੀ ਹੋਣੀ ਅਤੇ ਹਲਕੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੋਣ ਵਰਗੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।



ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਕਲੀਨਿਕ ਦੇਰ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਉੱਡੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਜਾਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਚੈੱਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ ਲੱਭੋ:



healthlinkbc.ca/health-services/primary-care/urgent-and-primary-care-centres

ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਲੱਭੋ: medimap.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਦੀ ਉੱਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਨਾਖਤ (ਆਈ ਡੀ) ਵਾਲੀਆਂ 2 ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ। ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਆਈ ਡੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਫੋਟੋ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਆਪਣੀ ਰਸੀਦ ਰੱਖੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਮਿਲ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਮੁੜਵਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ 'ਚ ਜਾਣਾ

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ (ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ) ਯੂਨਿਟਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ:

- ▶ ਪ੍ਰੀਨੈਟਲ (ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦਾ ਵਿਕਾਸ
- ▶ ਟੀਕਾਕਰਨ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)
- ▶ ਬਾਲਾਂ ਨੂੰ ਪਿਲਾਉਣਾ-ਖਿਲਾਉਣਾ (ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ)
- ▶ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ
- ▶ ਸੁਣਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ▶ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬੋਲਣਾ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ
- ▶ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ
- ▶ ਮੌਖਿਕ (ਮੂੰਹ) ਸਿਹਤ
- ▶ ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ
- ▶ ਯੁਵਾ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 8-1-1



healthlinkbc.ca/health-services/search-services-your-area

("ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟਸ" ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ 'ਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਲੀਨਿਕ 'ਚ ਜਾਣਾ

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਲੀਨਿਕ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪੀ, ਰਵਾਇਤੀ ਚੀਨੀ ਦਵਾਈ, ਮਸਾਜ ਥੈਰੇਪੀ, ਐਕਿਊਪੰਕਚਰ, ਅਤੇ ਨੈਚੁਰੋਪੈਥਿਕ ਇਲਾਜ ਵਰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀਮਤ ਪਤਾ ਹੈ।

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ.ਸੀ.

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/benefits/services-covered-by-msp





ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਚਾਨਕ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ) ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ। ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲਿਜਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸਮੇਂ, ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੰਨੀ ਗੰਭੀਰ ਹੈ, ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮਾਅਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ ਕਿ ਉਹ ਕਦੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਵੇਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ (ਆਪਣੇ ਆਪ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਰਾਹੀਂ)। ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਉਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸੱਟਾਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਬੁਲਾਉਣੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਹਸਪਤਾਲ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ 9-1-1 ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਛੋਟੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਕੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਲਿਖ ਕੇ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਰੇਟਰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲਿਸ, ਫਾਇਰ ਬ੍ਰਿਗੇਡ, ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਮੰਗੋ। ਆਪਰੇਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ

ਹੈ। ਜੇਕਰ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੈਰਾਮੈਡਿਕਸ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੁਆਰਾ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗਤ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬਿੱਲ ਮਿਲੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿੱਲ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਿੱਲ ਦੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

bcehs.ca/about/billing

ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਲੈਂਗੂਏਜ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਸੂਬਾਈ ਭਾਸ਼ਾ

ਸੇਵਾਵਾਂ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੇਵਾ ਖੁਦ ਬੁੱਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ, ਜਾਂ ਮਿੱਡਵਾਈਫ (ਦਾਈ, ਜੋ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ) ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਨੂੰ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸੂਬਾਈ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ।

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 8-1-1 ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕਰਦਾ ਹੈ:



[healthlinkbc.ca/more/
resources/other-languages](http://healthlinkbc.ca/more/resources/other-languages)

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਪੰਨਾ 46 ਵੇਖੋ।



ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਨਰਸਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਪਰਚੀਆਂ) ਲਿਖਦੇ ਹਨ। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦਵਾਈ ਦਿੰਦੇ (ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ) ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ (ਕਿੰਨੀ ਲੈਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ)।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਲੈਣੀ ਸੌਖੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜਿਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਘੱਟ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰ (ਨਵਿਆ) ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ-ਮੋਟੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਖ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਪਿੱਕ ਆਈ) ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਨਾਲੀ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ (ਗਰਭ ਠਹਿਰਨ ਤੋਂ ਬਚਾਅ) ਲਈ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਦਵਾਈ ਲਈ ਪਰਚੀ) ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹਨ। ਉਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਕਮਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਡਿਸਪੈਂਸਿੰਗ ਫੀਸਾਂ (ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਦੀ ਫੀਸ) ਵੀ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਦਵਾਈ ਖ੍ਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ।

ਫਾਰਮਾਸਿਸਟਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:

gov.bc.ca/seeapharmacist



ਦਵਾਈ ਖਰੀਦਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਦਵਾਈ ਲਈ ਪਰਚੀ) ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਾਨ-ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਪਰਚੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਜਾਂ ਓਵਰ-ਦੀ-ਕਾਊਂਟਰ ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਰ ਦਰਦ, ਜ਼ੁਕਾਮ, ਜਾਂ ਐਲਰਜੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਓਵਰ-ਦੀ-ਕਾਊਂਟਰ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ 8-1-1 'ਤੇ ਵੀ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ

ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਤਾਂ ਹੀ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ) ਹੋਵੇ। ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨਾਂ ਡਾਕਟਰ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਦਾਈ, ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ, ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਫਾਰਮੇਸੀ (ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਦੁਕਾਨ) ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਗਰੇਸਰੀ ਦੇ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ। ਪਰਚੀ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਲੈਣੀ ਹੈ (ਖੁਰਾਕ)। ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਦਵਾਈ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, 1 ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 2 ਵਾਰ)।

ਫਾਰਮੇਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੀ ਸੀ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਲੋਕੇਟਰ ਐਪ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ:



healthlinkbc.ca/bc-health-service-locator-app

ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਅਤੇ ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ

ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਦੀਆਂ 12 ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਮੈਡੀਕਲ ਦੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਇਹਨਾਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।

ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਡਿਸਪੈਂਸਿੰਗ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮੈਡੀਕਲ ਦੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਆਮਦਨ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰ ਜਿੰਨਾ ਘੱਟ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਓਨੀ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਜਾਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100

gov.bc.ca/fairpharmacare



ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ

ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ

ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਹਾਈਜੈਨਿਸਟ (ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ) ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਹਾਈਜੈਨਿਸਟਾਂ ਦੀ ਦੱਸ ਪਾਉਣ।

ਤੁਸੀਂ ਬੀ ਸੀ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ:



yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਡੈਂਟਲ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਭੱਤੇ) ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੁਝ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਭੱਤੇ) ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗਾ।

ਕੁਝ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਕਲੀਨਿਕ ਹਨ। ਉਹ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਮਤ 'ਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

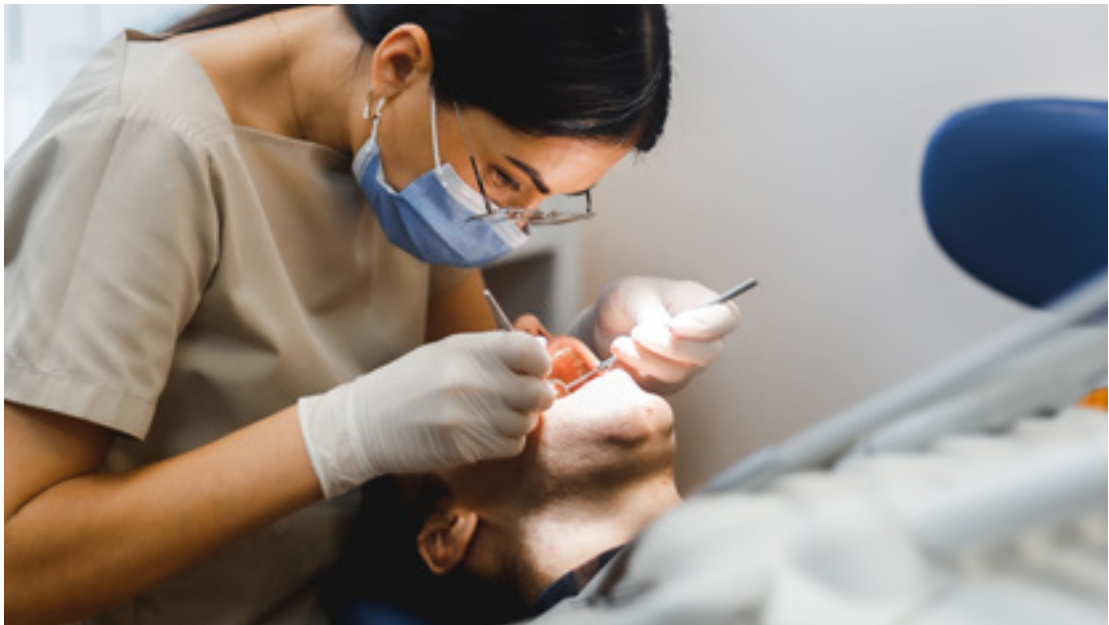
ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਹੈਲਥੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ** ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। **ਪੰਨਾ 56** ਦੇਖੋ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡੈਂਟਲ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਈ ਮੌਖਿਕ (ਮੂੰਹ ਦੀ) ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਲਾਗਤ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਅਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ, 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਵਾਜਬ ਡਿਸੈਬਿਲਿਟੀ ਟੈਕਸ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਯੋਗ ਨਿਵਾਸੀ 2025 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਯੋਜਨਾ ਕੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ:



canada.ca/en/services/benefits/dental/dental-care-plan.html





ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ) ਵਾਲੀਆਂ ਐਨਕਾਂ, ਸੁਣਨ ਦੇ ਯੰਤਰ (ਸੁਣਨ ਦੇ ਯੰਤਰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਦ), ਜਾਂ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੁਣਨ ਲਈ ਬਦਲਵੇਂ ਸਹਾਰੇ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਆਡੀਓਲੋਜਿਸਟ, ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਦੇ ਯੰਤਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਉੱਪਰ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਦੇ ਕੁਝ ਟੈਂਸਟਾਂ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖਰਚੇ ਜਾਂ ਕਵਰੇਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਲਿਜਾਓ। ਸਾਰੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਖਰਚੇ ਹੋਣਗੇ ਜਿਹੜੇ ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼

ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਐਂਡ ਪੌਵਰਟੀ ਰਿਡਕਸ਼ਨ (ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਗਰੀਬੀ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲਾ ਮੰਤਰਾਲਾ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 866-0800



gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/health-supplements-and-programs/healthy-kids

ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ

ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ

ਸਿਹਤ ਦੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਜਿਹੜੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਆਪਟੋਮੈਟ੍ਰਿਸਟ (ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕਲੀਨਿਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਐਨਕਾਂ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਹਰ ਸਾਲ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਅੱਖਾਂ ਦੀ 1 ਰੁਟੀਨ ਜਾਂਚ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ:

- ▶ 18 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ
- ▶ 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ

ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੁਟੀਨ (ਨਿਯਮਤ) ਜਾਂਚ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਕੋਈ ਸੰਕੇਤ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ।

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ 19 ਤੋਂ 64 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗੀ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ—ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਜ਼ਖਮੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ 19 ਤੋਂ 64 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੁਟੀਨ (ਨਿਯਮਤ) ਜਾਂਚ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਪਲਾਨ (ਭੱਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ) (ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਦੀ ਕਵਰੇਜ) ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਐਨਕਾਂ ਅਤੇ ਕਨਟੈਕਟ ਲੈਂਸਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਪਲਾਨ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ** ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। **ਪੰਨਾ 56 ਵੇਖੋ।**



ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ

ਸਿਹਤ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਤਾਕਤਵਰ ਸਰੀਰ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੋਚਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ, ਲੋਕ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਾਰਨ ਦੇ ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਗੁੱਸਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਉਦਾਸ, ਡਰੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਚਿੰਤਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਹੁਤ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਣਾ, ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਆਪ ਇਕੱਲੇ ਨਜਿੱਠਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕੁਝ ਲੋਕ ਦਰਦਨਾਕ ਸੋਚਾਂ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ, ਸ਼ਰਾਬ, ਭੰਗ, ਤੰਬਾਕੂ (ਸਿਗਰੇਟ), ਜਾਂ ਨਿਕੋਟੀਨ ਵਾਲੇ ਵੇਪ ਵਰਗੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣਾ ਅਤੇ ਵਰਤਣਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਖ਼ਤਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ 8-1-1 'ਤੇ ਟੋਲ-ਫਰੀ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



healthlinkbc.ca/mental-health-substance-use/substance-use

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਹਨ। ਉਹ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ—ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ, ਐਂਗਜ਼ਾਇਟੀ (ਚਿੰਤਾ), ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।

ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਵਸੀਲਿਆਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਬੀ. ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸਬਸਟਾਂਸ ਯੂਜ਼ (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



bcmhsus.ca/mental-health-substance-use-services

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਲੱਭੋ:



healthlinkbc.ca/mental-health-substance-use

ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇੱਕ ਸੰਕਟ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ—ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਜਿਹੜੀ ਇਕੱਲੇ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਕਟ ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸੰਕਟ ਲਾਈਨਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਲਈ ਹਵਾਲਾ (ਰੈਫਰਲ) ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਰਾਈਸਿਸ (ਸੰਕਟ) ਲਾਈਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਕਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ ਸੀ

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 310-6789 (ਕੋਈ ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਨਹੀਂ)

crisislines.bc.ca

ਵਧੇਰੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ **ਪੰਨਾ 241** 'ਤੇ "ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ" ਵੇਖੋ।



ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਣਨਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣਾ

ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਕੋਲ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਖਾਣ, ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਛੱਡਣ, ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

ਉਪਲਬਧ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ: healthlinkBC.ca

ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ

ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣਾ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਵਰਗੀ ਪੁਰਾਣੀ (ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ) ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ, ਤੁਰਨ, ਸਤੁੰਲਨ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਵਿੱਚ ਸੌਖ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀ ਦਰਦ, ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਐਂਗਜ਼ਾਇਟੀ (ਚਿੰਤਾ) ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:



healthlinkbc.ca/healthy-eating-physical-activity/being-active

ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸ਼ੂਗਰ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਕੋਲ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਖਾਣ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ ਦੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਲਿੰਕ ਵੀ ਹਨ:



healthlinkbc.ca/healthy-eating-physical-activity/food-and-nutrition

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਫੂਡ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

food-guide.canada.ca/en

ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਤਾਕਤਵਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਚੰਗਾ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣਾ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:



healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/heart-healthy-eating

ਹਾਰਟ ਐਂਡ ਸਟ੍ਰੋਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਖਾਣ ਅਤੇ ਇਹ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ (ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਚਰਬੀ) ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ: heartandstroke.ca



ਘੱਟ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ

ਸ਼ਰਾਬ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਨਸ਼ਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਪੀਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗਣ, ਕੈਂਸਰ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਾਂਹ ਪੱਖੀ ਅਸਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੇ ਅਸਰਾਂ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



healthlinkbc.ca/mental-health-substance-use/substance-use/alcohol-use

ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਮਾਤਰਾ ਜਾਂ ਕਿਸਮ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਾੜੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਹੈ - ਵਾਈਨ, ਬੀਅਰ, ਸਾਈਡਰ, ਅਤੇ ਸਪਿਰਿਟ (ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਹਾਰਡ ਅਲਕੋਹਲ) ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ ਤੁਸੀਂ ਪੀਂਦੇ ਹੋ, ਸਿਹਤ ਲਈ ਖ਼ਤਰੇ ਓਨੇ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 0 ਡ੍ਰਿੰਕ (ਹਾੜਾ): ਸ਼ਰਾਬ ਨਾ ਪੀਣ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਨੀਂਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ▶ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 1-2 ਡ੍ਰਿੰਕ: ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।
- ▶ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 3-6 ਡ੍ਰਿੰਕ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਸਮੇਤ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧੇਰੇ ਹੈ।
- ▶ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 7 ਜਾਂ ਵੱਧ ਡ੍ਰਿੰਕ: ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੋਕ (ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਵਹਿਣਾ) ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਡ੍ਰਿੰਕਾਂ (ਹਾੜਿਆਂ) ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਮਾਪੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਡ੍ਰਿੰਕ (ਹਾੜੇ) ਦਾ ਸਾਈਜ਼ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਡ੍ਰਿੰਕਾਂ (ਹਾੜਿਆਂ) ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

- ▶ ਬੀਅਰ: 341 ਮਿ.ਲੀ. (12 ਔਂਸ), 5% ਅਲਕੋਹਲ
- ▶ ਸਾਈਡਰ: 341 ਮਿ.ਲੀ. (12 ਔਂਸ), 5% ਅਲਕੋਹਲ
- ▶ ਵਾਈਨ: 142 ਮਿ.ਲੀ. (5 ਔਂਸ), 12% ਅਲਕੋਹਲ
- ▶ ਸਪਿਰਿਟ: 43 ਮਿ.ਲੀ. (1.5 ਔਂਸ), 40% ਅਲਕੋਹਲ

ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਘੱਟ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ'ਜ਼ ਗਾਈਡੈਂਸ ਆਨ ਅਲਕੋਹਲ ਐਂਡ ਹੈਲਥ (ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸੇਧ) ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:



ccsa.ca/canadas-guidance-alcohol-and-health

ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਜਾਂ ਵੇਪ ਕਰਨੀ ਛੱਡਣੀ

ਤੰਬਾਕੂ ਵਾਲੀਆਂ ਸਿਗਰਟਾਂ ਪੀਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਂਸਰ, ਸ਼ੂਗਰ, ਦਿਲ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਫਾਰਮਾਕੋਅਰ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਜਾਂ ਸਾਰਾ ਹਿੱਸਾ ਕਵਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੀ ਸੀ ਫਾਰਮਾਕੋਅਰ'ਜ਼ ਸਮੇਕਿੰਗ ਸਮੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਬੀ ਸੀ ਫਾਰਮਾਕੋਅਰ ਦੇ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/pharmacare-for-bc-residents/what-we-cover/bc-smoking-cessation-program

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਯੋਜਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਸੌਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਇੱਟ ਨਾਓ (ਹੁਣੇ ਛੱਡੋ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਫ਼ੋਨ, ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਚੈਟ ਰਾਹੀਂ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਕੋਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਜਾਂ ਵੇਪ ਕਰਨੀ ਛੱਡਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। 150 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

quitnow.ca



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਰੋਕਥਾਮ ਵਾਲੇ ਉਪਾਅ ਕਰਨੇ ਟੀਕਾਕਰਨ (ਇਮੀਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ)

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਫਲੂ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਫਲੂ ਨਾਲ ਇੰਨੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ-19 ਵੀ ਇੱਕ ਵਾਇਰਸ ਹੈ। ਫਲੂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੋਵੇਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫਲੂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਇਮੀਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (ਵੈਕਸੀਨ) ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਹਰ ਪਤਝੜ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਫਲੂ ਦਾ ਮੌਸਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਫ਼ਤਰ ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਦਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਅਤੇ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:



healthlinkbc.ca/tests-treatments-medications/medications/immunization-inactivated-influenza

ਜਿਉਂ ਹੀ ਨਵੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਵੈਕਸੀਨ ਲਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਉਣ ਲਈ ਨਾਂ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ (ਬੀ ਸੀ ਦਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸੈਂਟਰ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/covid-19-vaccine/international

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਫ਼ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਵੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਹੱਥ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਰਹੋ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਖਾਓ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਓ।

ਕੈਂਸਰ ਲਈ ਜਾਂਚ (ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ)

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਜਾਂਚ ਕਰਨ) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਲੱਛਣ ਹੋਣ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਕੈਂਸਰ ਹੋਣ ਦਾ ਜਲਦੀ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਕੋਲ ਬ੍ਰੈਸਟ (ਛਾਤੀ ਦਾ) ਕੈਂਸਰ, ਸਰਵਾਈਕਲ (ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ) ਕੈਂਸਰ, ਕੋਲਨ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ। ਇਹ ਟੈਸਟ ਬੀ ਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਏ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆਨਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ ("**ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ**", ਪੰਨਾ 45 ਦੇਖੋ)।

ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: screeningbc.ca



ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਬੀ.ਸੀ. ਕੈਂਸਰ

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ, ਕੋਲਨ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

screeningbc.ca

ਬੀ.ਸੀ. ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ

ਸੂਬਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕ ਜਿਹੜੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

bccdc.ca

ਬੀ ਸੀ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ

ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭੋ।



yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist

ਬੀ ਸੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bcehs.ca/about/billing

ਬੀ ਸੀ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ

ਦਵਾਈਆਂ, ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਪਲਾਈ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100

gov.bc.ca/pharmacare

ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca//gov/content/governments/government-id/bc-services-card

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਫੂਡ ਗਾਈਡ

ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਖਾਣ ਬਾਰੇ ਸੇਧਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ।

food-guide.canada.ca/en

**ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਂਟਰ ਔਨ ਸਬਸਟੈਂਸ ਯੂਜ਼ ਅੱਡ ਅਡਿਕਸ਼ਨ**

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਹੱਲ।

ccsa.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡੈਂਟਲ ਕੇਅਰ ਪਲਾਨ (ਸੀ ਡੀ ਸੀ ਪੀ)

19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਯੋਗ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਯੋਗ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਫਾਇਤੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ।



canada.ca/en/services/benefits/dental/dental-care-plan.html

ਕਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ.ਸੀ.

ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ/ਰੁਕਾਵਟ, ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 310-6789 (ਕੋਈ ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਨਹੀਂ)

crisislines.bc.ca

ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਪਰਚੀ) ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100

gov.bc.ca/fairpharmacare

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੂਡੈਂਟ ਹੈਲਥ ਫ਼ੀਸ

ਐਮ ਐਸ ਪੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਏ, ਵਾਜਬ (ਵੈਲਿਡ) ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟਾਂ ਵਾਲੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਫ਼ੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/health-fee-international-students/pay

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ, ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਲਈ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ 7-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

healthlinkbc.ca



ਹੈਲਥੀ ਕਿਡਜ਼ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚੇ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ) ਵਾਲੀਆਂ ਐਨਕਾਂ, ਸੁਣਨ ਦੇ ਯੰਤਰ (ਸੰਦ), ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਲਈ ਬਦਲਵੇਂ ਸਹਾਰੇ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 866-0800



gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/health-supplements-and-programs/healthy-kids

ਹਾਰਟ ਐਂਡ ਸਟ੍ਰੋਕ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ

ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੋਕ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

heartandstroke.ca

ਅੰਤਰਿਮ ਫੈਡਰਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਸਮੂਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸੂਬਾਈ, ਖੇਤਰੀ, ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਵਰੇਜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਲਈ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿਟਜ਼ (ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ) ਦੀ ਸੀਮਤ, ਅਸਥਾਈ ਕਵਰੇਜ।



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/eligibility.html

ਅੰਤਰਿਮ ਫੈਡਰਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ - ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਸਮੂਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸੂਬਾਈ, ਖੇਤਰੀ, ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ, ਲਈ ਸੀਮਤ, ਅਸਥਾਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਕਵਰੇਜ। ਸਥਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ (ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ ਜਿਹੜੇ ਆਈ ਐੱਫ ਐੱਚ ਪੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ifhp.medaviebc.ca/en/providers-search

ਮੈਨੇਜਿੰਗ ਯੂਅਰ ਹੈਲਥ (ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ)

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health



ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ)

ਬੀ.ਸੀ. ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਯੋਗਤਾ, ਕਵਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਕਵਰ ਨਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਵਰੇਜ, ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਅੰਸ਼ਕ ਭੁਗਤਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

gov.bc.ca/MSP/supplementary-benefits

ਮੈਡੀਮੈਪ

ਨੇੜਲਾ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ) ਲੱਭੋ।

medimap.ca

ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸਬਸਟਾਂਸ ਯੂਜ਼ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

(ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ)

ਵਸੀਲੇ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਹੜੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

bcmhsus.ca/mental-health-substance-use-services

ਕੁਇੱਟਨਾਓ ਬੀ ਸੀ

ਤੰਬਾਕੂ ਅਤੇ ਈ-ਸਿਗਰੇਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਛੱਡਣ ਜਾਂ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 877 455-2233

quitnow.ca



4.2

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ)

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ
ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ68

- ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ)
- ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਲਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ-ਨਹੀਂ
- ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ-ਨਹੀਂ
- ਬੱਚੇ ਦੀ-ਆਪਣੇ-ਘਰ ਦੇਖਭਾਲ

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲੱਭਣੀ69

- ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ
ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)70



ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ (ਸੀ ਸੀ ਆਰ ਆਰ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸੀ ਸੀ ਆਰ ਆਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਕਫਾਇਤੀ ਅਤੇ ਉੱਚ-ਮਿਆਰ ਦੀ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਸੇਵਾ) ਲੱਭਣੀ ਅਤੇ ਵਰਤਣੀ ਸੁਖਾਲੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਦੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਫ਼ਤਰ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ▶ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
- ▶ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਨਕਸ਼ਾ ਰੱਖਣਾ
- ▶ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਫੰਡਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਲਈ ਉਹ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ▶ ਇੱਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਜਿਹੜੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖਿਡੌਣੇ, ਕਿਤਾਬਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਉਧਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ
- ▶ ਸਰਕਲ ਟਾਈਮ (ਗੋਲ ਦਾਇਰੇ 'ਚ ਬੈਠਣਾ) ਜਾਂ ਪਲੇਗਰੁੱਪ (ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਰਲ ਮਿਲ ਕੇ ਖੇਡਣਾ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਦੂਜੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ) ਰਾਹੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ
- ▶ ਕੰਪਿਊਟਰ, ਟੈਬਲੇਟ, ਸੌਫਟਵੇਅਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਰਗੇ ਡਿਜੀਟਲ ਸਾਧਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ
- ▶ ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਣਾ

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸੈਂਟਰ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 338-6622 (4 ਦਬਾਓ)



[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs/child-care-resource-referral/find-your-ccrr](https://www.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs/child-care-resource-referral/find-your-ccrr)

ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ ਕਿ ਸੀ ਸੀ ਆਰ ਆਰ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:



[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs/child-care-resource-referral/info-for-families](https://www.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs/child-care-resource-referral/info-for-families)



ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਜਾਂ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਕਈ ਵਾਰ ਡੇਅ ਕੇਅਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਉਹ ਕੇਂਦਰ ਜਾਂ ਘਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ 1 ਜਾਂ ਵੱਧ ਬਾਲਗ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ) ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ, ਵਿਗਸਣ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰੀ (ਸਟੈਚੇਟਰੀ) ਛੁੱਟੀਆਂ 'ਤੇ ਬੰਦ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮਾਪੇ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪੈਸੇ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਵਿੱਚੋਂ ਛੋਟ ਲੈਣ (ਕਟੌਤੀ ਕਰਨ) ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਟੈਕਸ ਦੀਆਂ ਕਟੌਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[canada.ca/en/revenue-agency/
services/tax/individuals/topics/
about-your-tax-return/tax-
return/completing-a-tax-return/
deductions-credits-expenses/line-
21400-child-care-expenses.html](https://canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/about-your-tax-return/tax-return/completing-a-tax-return/deductions-credits-expenses/line-21400-child-care-expenses.html)



ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 4 ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਹਨ:

- ▶ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ
- ▶ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਲਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ ਨਹੀਂ
- ▶ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ ਨਹੀਂ
- ▶ ਬੱਚੇ ਦੇ-ਆਪਣੇ-ਘਰ ਦੇਖਭਾਲ

ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ

ਲਸੰਸ, ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਥਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਲਈ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਹੋਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਸਟਾਫ਼ ਕੋਲ ਸਿਖਲਾਈ ਹੋਣੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ, ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਹੋਣ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੱਚੇ ਨਾ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚੰਗੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਲਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ ਨਹੀਂ

ਇਹ ਉਹ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਕੇਂਦਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲਸੰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਅਕਸਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਲਸੰਸ ਵਾਲੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਲਈ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ▶ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ
- ▶ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ (ਅਪਰਾਧਿਕ) ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ
- ▶ ਚਾਲ-ਚੱਲਣ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰ (ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਹਨ)

- ▶ ਘਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ (ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ)
- ▶ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸਿਖਲਾਈ ਕੋਰਸ ਜਾਂ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲਾਇਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ ਨਹੀਂ

ਇਹ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 1 ਜਾਂ 2 ਬੱਚਿਆਂ (ਜਾਂ ਵੱਧ ਜੇ ਉਹ ਇੱਕੋ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਹਨ) ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੀ ਸੀ ਆਰ ਆਰ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਲਸੰਸ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ (ਨਿਗ੍ਰਾ ਰੱਖਣੀ) ਜਾਂ ਇਨਸਪੈਕਸ਼ਨ (ਜਾਂਚ) ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਲਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦਾ ਨਹੀਂ- ਵਾਲੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਵਾਂਗ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਸਹੂਲਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ।

ਬੱਚੇ ਦੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ

ਇਹ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਇੱਕ ਨੈਨੀ ਜਾਂ ਬੇਬੀਸਿਟਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਖਲਾਈ ਜਾਂ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕੁਝ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ—ਉਹ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ 4 ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵੇਰਵੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:



gov.bc.ca//gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/family-information/licensed-unlicensed-child-care



ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸੇਵਾ) ਲੱਭਣੀ

ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸੈਂਟਰ (ਸੀ ਸੀ ਆਰ ਆਰ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ, ਰਜਿਸਟਰਡ, ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲਾਇਸੰਸ-ਲੋੜੀਂਦੇ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ।

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸੈਂਟਰ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 338-6622



[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/child carebc-programs/child-care-resource-referral](https://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/child-carebc-programs/child-care-resource-referral)

ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਏ:



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/information-for-partners-providers/licensed-child-care-facility

ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਕਿਫਾਇਤੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ) ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਰਕਮ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਈਜ਼ ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਜਿਸ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs/child-care-benefit/information-for-families

ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 338-6622



ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿੱਟ

ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਭੁਗਤਾਨ।

gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਖਰਚੇ

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਦੀ ਕਟੌਤੀ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/about-your-tax-return/tax-return/completing-a-tax-return/deductions-credits-expenses/line-21400-child-care-expenses.html

ਚਾਈਲਡਕੇਅਰਬੀਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਚਾਈਲਡਕੇਅਰਬੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca//gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs



4.3

ਰਿਹਾਇਸ਼

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਭਾਗ 4.3 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ 4.3	72
ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ	75
ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣੀ.	77
ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ	77
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਵਿਤਕਰਾ (ਡਿਸਕ੍ਰਿਮੀਨੇਸ਼ਨ) ■ ਹਵਾਲੇ ■ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ■ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ■ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟਜ਼ (ਅਰਜੀ ਲਈ ਅਮਾਨਤਾਂ) ■ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ■ ਭੁਗਤਾਨ ■ ਲੀਜ਼ ਅਤੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ■ ਮੁਵ-ਇਨ (ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਣ) ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ■ ਗਾਰਬੇਜ਼ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ■ ਮੁਰੰਮਤਾਂ ■ ਨਿੱਜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ■ ਅਸਹਿਮਤੀਆਂ ■ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ■ ਮੁਵ-ਆਉਟ (ਮਕਾਨ ਛੱਡਣ) ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ■ ਖਾਲੀ ਕਰਾਉਣਾ 	
ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ	87
ਜਗ੍ਹਾ ਖਰੀਦਣੀ	88
ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)	89



ਭਾਗ 4.3 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ: ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਹੋ। ਕੋਈ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਕੰਪਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਜ਼ਾ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀ (ਅਪਾਹਜਤਾ): ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਜਿਹੜੀ ਕੁਝ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਨੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਪਾਹਜਤਾ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਅਪਾਹਜਤਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਬੋਲਣ, ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਹਿੱਲਣ-ਜੁਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਡਿਸਕ੍ਰਿਮੀਨੇਸ਼ਨ (ਵਿਤਕਰਾ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਨਸਲ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ, ਵੰਸ਼, ਜਨਮ ਸਥਾਨ, ਧਰਮ, ਲਿੰਗ, ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਾਲਤ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਾਲਤ, ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ, ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਪਾਹਜਤਾ, ਜਾਂ ਆਮਦਨ ਦੇ ਜਾਇਜ਼ ਵਸੀਲੇ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਕੁਝ ਕਰਨ ਜਾਂ ਲੈਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਬੀਮਾ): ਜੇਕਰ ਕੁਝ ਬੁਰਾ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਦੁਰਘਟਨਾ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਖਰਚਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਲਾਨ (ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ) ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਕੁਝ ਲਾਗਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਘਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਅੱਗ ਕਾਰਨ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਿਸੇ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨੀ ਗਈ ਕਾਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਜਾਂ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲੈਂਡਲੋਰਡ (ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ): ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਘਰ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਲੀਜ਼: ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ। ਲੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੇ ਕਿੰਨਾ ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਕਿਰਾਇਆ ਕਦੋਂ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਰਹੇਗਾ, ਅਤੇ ਕੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰਸੀਦ: ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਪਰਚੀ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਖਰੀਦਿਆ, ਇਸ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਕੀਮਤ ਚੁਕਾਈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਮਿਤੀ। ਇਹ ਸਬੂਤ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ।



ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ): ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ, ਚਾਲ-ਚੱਲਣ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਨਿੱਜੀ ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰੈਂਟਲ ਯੂਨਿਟ: ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਜਿਹੜੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਬੇਸਮੈਂਟ ਸੁਈਟ, ਮਕਾਨ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਿੰਗਲ-ਫੈਮਲੀ ਹਾਊਸ: ਮਕਾਨ ਜਿਹੜਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ 1 ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਭਾਵੇਂ ਮਕਾਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਪਰਿਵਾਰ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ, ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ ਦਾ "ਸਿੰਗਲ-ਫੈਮਲੀ" ਮਕਾਨ ਵਜੋਂ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਬਸਿਡੀ ਦੇਣਾ: ਜਦੋਂ ਸਰਕਾਰ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੇਵਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਟੈਨੈਂਸੀ ਐਗਰੀਮੈਂਟ (ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ): ਲੀਜ਼ ਵੇਖੋ

ਟੈਨੈਂਟ ਜਾਂ ਰੈਂਟਰ (ਕਿਰਾਏਦਾਰ): ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।



ਰਿਹਾਇਸ਼

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਮਕਾਨ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸਮਾਨ ਕਿਵੇਂ ਲਿਜਾਓਗੇ, ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਨਾ (ਟੈਲੀਫੋਨ, ਇੰਟਰਨੈਟ, ਹੀਟਿੰਗ, ਆਦਿ), ਡਾਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ।



ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ) (ਆਰ ਟੀ ਬੀ) ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਦੇਵਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਾਖਾ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਵਾਦਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਕਿਸ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

ਸੇਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 4 ਵਜੇ ਤੱਕ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ

ਵੈਨਕੂਵਰ: 604 660-1020

ਵਿਕਟੋਰੀਆ: 250 387-1602

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-8779

ਈਮੇਲ: HSRTO@gov.bc.ca

gov.bc.ca/landlordtenant



ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ

- ▶ **ਸਿੰਗਲ-ਫੈਮਲੀ ਹਾਊਸ** ਇੱਕ ਇਮਾਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰਸੋਈ, ਬਾਥਰੂਮ, ਲਿਵਿੰਗ ਰੂਮ ਅਤੇ ਬੈਡਰੂਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਟੀ ਵੀ ਦੇਖਣ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਲਈ ਹੋਰ ਕਮਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯਾਰਡ (ਵਿਹੜਾ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਰ ਪਾਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ▶ **ਡੂਪਲੈਕਸ** ਇੱਕ ਇਮਾਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ 2 ਸਿੰਗਲ-ਫੈਮਲੀ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ▶ **ਟਾਊਨਹਾਊਸ** ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਸਿੰਗਲ-ਫੈਮਲੀ ਘਰਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ **ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਬਿਲਡਿੰਗ** ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਯੂਨਿਟਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਅਤੇ 1 ਮਾਲਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਲਕ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚਲੀ ਹਰੇਕ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਯੂਨਿਟ ਦਾ ਲੈਂਡਲਾਰਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ **ਕੰਡੋਮੀਨੀਅਮ** (ਕੰਡੋ ਜਾਂ ਸਟਰਾਟਾ) ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕਈ ਯੂਨਿਟਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੋਕ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕੰਡੋ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।



- ▶ **ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸੁਈਟਾਂ** ਵੱਡੀ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਕੰਡੋ ਵਿੱਚ, ਜਾਂ ਸਿੰਗਲ-ਫੈਮਲੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
 - ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸੁਈਟਾਂ ਵਿੱਚ 1 ਜਾਂ 2 ਬੈਡਰੂਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
 - ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸੁਈਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰਸੋਈ, ਇੱਕ ਬਾਥਰੂਮ ਅਤੇ ਇੱਕ ਲਿਵਿੰਗ ਰੂਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
 - ਸਟੂਡੀਓ ਜਾਂ ਬੈਚਲਰ ਸੁਈਟ ਵਿੱਚ 1 ਕਮਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰਸੋਈ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਬਾਥਰੂਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ **"ਰੂਮ ਫਾਰ ਰੈਂਟ"** ("ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਕਮਰਾ") ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬੈਡਰੂਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਬਾਥਰੂਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰਸੋਈ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਰਲ ਮਿਲਕੇ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।
- ▶ **ਰੂਮ ਅਤੇ ਬੋਰਡ** ਦਾ ਮਤਲਬ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਬੈਡਰੂਮ, ਫਰਨੀਚਰ ਅਤੇ ਖਾਣੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਟੈਨੈਂਟ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਲਈ ਵਸੀਲਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:

tenants.bc.ca/your-tenancy



ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਏਜੰਸੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 433-2218

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 257-7756

bchousing.org/housing-assistance

ਹਾਊਸਿੰਗ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਹਾਇਤਾ)

ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਬੰਧੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇਸ ਔਨਲਾਈਨ ਟੂਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ।

programfinder.bchousing.org

ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਬਸਿਡੀ ਦੀ ਰਕਮ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



bchousing.org/housing-assistance/rental-housing/subsidized-housing

ਸਸਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟ 'ਚ ਚੱਲਦੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਸਸਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟ 'ਚ ਚੱਲਦੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਉਹਨਾਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕਿਰਾਏ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮਾਰਕੀਟ ਦੇ ਔਸਤ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਜਾਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੁੰਦੇ। ਸਸਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟ 'ਚ ਚੱਲਦੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: bchousing.org/housing-assistance/rental-housing

ਹਾਊਸਿੰਗ ਲਿਸਟਿੰਗਜ਼

ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਸਾਈਜ਼, ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਕਿਸਮ (ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ, ਸਸਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ, ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟ 'ਚ ਚੱਲਦੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ) ਦੁਆਰਾ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਾਊਸਿੰਗ ਲਿਸਟਿੰਗਜ਼ ਖਾਲੀ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਨਹੀਂ ਹੈ - ਇਹ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਯੂਨਿਟ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਇਮਾਰਤਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਊਸਿੰਗ ਰਜਿਸਟਰੀ ਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਾਊਸਿੰਗ ਲਿਸਟਿੰਗਜ਼ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਖੋ: bchousing.org/housinglistings

ਰੈਂਟਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਕਿਰਾਏ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ)

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਕੌਣ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਕਿ ਉਸ ਇਮਾਰਤ ਜਾਂ ਇਲਾਕੇ ਲਈ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੀ ਹਾਲਤ ਕੀ ਹੈ।

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜੇ ਉਹ ਕੁਝ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹ ਰੈਂਟਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਪੈਸੇ) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ: bchousing.org/housing-assistance/rental-assistance-programs



ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣੀ

- ▶ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਕੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਪਰਮਾਨੰਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ,
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ, ਟੈਂਪੋਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, [ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ](http://p248) ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents 'ਤੇ ਜਾਓ

- ▶ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਘਰਾਂ ਲਈ ਐਂਨਲਾਈਨ, ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ "ਬਾਏ ਐਂਡ ਸੈੱਲ" ("ਖਰੀਦੋ ਅਤੇ ਵੇਚੋ") ਵਾਲੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਲ ਕਰੋ।
- ▶ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲਗਾਏ ਗਏ "ਵੈਕੈਂਸੀ" ("ਖਾਲੀ ਥਾਂ") ਜਾਂ "ਫਾਰ ਰੈਂਟ" ("ਕਿਰਾਏ ਲਈ") ਦੇ ਸਾਈਨ ਦੇਖੋ।
- ▶ ਆਪਣੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਜਾਂ ਪੂਜਾ ਸਥਾਨ (ਚਰਚ, ਮਸਜਿਦ, ਸਿਨਾਗੋਗ, ਆਦਿ) ਵਿੱਚ "ਫਾਰ ਰੈਂਟ" ਦੇ ਨੋਟਿਸ ਦੇਖੋ।

- ▶ ਤੁਸੀਂ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 76 'ਤੇ "ਬੀ.ਸੀ. ਹਾਊਸਿੰਗ"](http://p76) ਦੇਖੋ।
- ▶ ਕੋ-ਆਪ ਹਾਊਸਿੰਗ (ਸਹਿਕਾਰੀ ਰਿਹਾਇਸ਼) ਲਈ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਖੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 87 'ਤੇ "ਕੋ-ਆਪ ਹਾਊਸਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ"](http://p87) ਦੇਖੋ।

ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ 'ਤੇ ਝਾਤ ਮਾਰਨ ਲਈ ਇਹ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਹਨ:

- ▶ ਕਿਰਾਏ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਖਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਨਕਲੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ▶ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲੀਜ਼ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰੋ।
- ▶ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਸਤੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਤੋਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਠੱਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸ 'ਤੇ ਝਾਤ ਮਾਰਨ ਲਈ ਕਰੋ।

ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਬਦਲੇ ਪੈਸੇ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।





ਹਰੇਕ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੇ ਘਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਲੈਂਡਲਾਰਡ, ਮਾਲਕ, ਜਾਂ ਇਮਾਰਤ ਦਾ ਮੈਨੇਜਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ, ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਵਾਉਣ (ਟੁੱਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ), ਜਾਂ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਡਿਸਕ੍ਰਿਮੀਨੇਸ਼ਨ (ਵਿਤਕਰਾ)

ਕੋਈ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਸਲ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ, ਵੰਸ਼, ਜਨਮ ਸਥਾਨ, ਧਰਮ, ਲਿੰਗ, ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਾਲਤ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਾਲਤ, ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ, ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਪਾਹਜਤਾ, ਜਾਂ ਆਮਦਨ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਸੀਲੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਵਿਤਕਰਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੋਟਾਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੁਝ ਇਮਾਰਤਾਂ 55 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਯੂਨਿਟਾਂ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨਾ ਰੱਖ ਸਕਣ ਜਾਂ ਸਿਗਰਟ ਨਾ ਪੀ ਸਕਣ।

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਅਪਾਹਜਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਗਾਈਡ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਡੌਗ (ਕੁੱਤਾ) ਰੱਖਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਵਜੋਂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਪਾਹਜਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਗਾਈਡ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਡੌਗ (ਕੁੱਤਾ) 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਕੁੱਤਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਗਾਈਡ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਕੁੱਤਿਆਂ ਲਈ ਪੈਂਟ ਡੈਮੇਜ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ) ਦੀ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਗਾਈਡ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਜਾਨਵਰ ਹੋਣ ਲਈ ਕੁੱਤੇ ਦਾ ਤਸਦੀਕਸ਼ੁਦਾ (ਸਰਟੀਫਾਈਡ) ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਰਵਿਸ ਡੌਗ ਨੂੰ ਸਰਟੀਫਾਈਡ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights/guide-and-service-dog

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕਲੀਨਿਕ (ਬੀ ਸੀ ਦਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕਲੀਨਿਕ) ਜਾਂ ਟੈਨੈਂਟ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਲਈ ਵਸੀਲਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕਲੀਨਿਕ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 622-1100

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 855 685-6222

infobchrc@clasbc.net

bchrc.net

ਟੈਨੈਂਟ ਰਿਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਟੀ ਆਰ ਏ ਸੀ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ : 604 255-0546

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 655-1185

Tenants.bc.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਬਾਰੇ ਸਰਕਾਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 775-2000

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 440-8844

BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca

bchrt.bc.ca



ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ)

ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਉਹ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਹੋ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ, ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਜਾਂ ਸੁਈਟ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ) ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਜਾਂ ਪੱਤਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇ। ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਘਰ ਲੱਭਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਵਾਲੇ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਇਹ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ 2 ਮੁੱਖ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਬਿਊਰੋ ਵਿੱਚੋਂ 1 ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ
- ▶ [ਪੰਨਾ 36 'ਤੇ ਐਕੁਆਫੈਕਸ ਅਤੇ ਟਰਾਂਸਯੂਨੀਅਨ ਵੇਖੋ](#)
- ▶ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ
- ▶ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨੀ ਦਾ ਸਬੂਤ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤਨਖਾਹ ਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਪੇਅ ਸਟੱਬ)
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਬੇਨਤੀਆਂ ਲਈ ਨਾਂਹ ਕਹਿਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕਿਰਾਇਆ ਅਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਫਾਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦਾ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਫਾਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ: 1 250 387-5629

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਤੋਂ ਬਾਹਰ: ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਾਲ ਨੂੰ ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਵੱਲ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ।

ਈਮੇਲ: info@oipc.bc.ca

oipc.bc.ca

ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ: 604 660-2421

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7867

ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਜਦੋਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਪਰਸਨਲ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਪਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ (ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ) ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡਾ ਪੂਰਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਜਨਮ ਮਿਤੀ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਕਾਰੀ ਪਛਾਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਾਸ਼ੰਸ, ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਛਾਣ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਕਾਪੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ। ["ਪੰਨਾ 79 'ਤੇ "ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ" ਵੇਖੋ।](#)

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਅਕਾਊਂਟ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਰਾਇਆ ਲੈ ਸਕੇ। ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਦਿਓ। [ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਲਈ, ਪੰਨਾ 81 'ਤੇ "ਪੇਅਮੈਂਟ" \("ਭੁਗਤਾਨ"\) ਵੇਖੋ।](#)

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਖੇਤਰ ਦੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਲਈ ਸੇਧਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ:



oipc.bc.ca/documents/guidance-documents/2202

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਫਾਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦਾ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:



ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟਜ਼ (ਅਰਜ਼ੀ ਲਈ ਅਮਾਨਤਾਂ)

ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਅਮਾਨਤ) ਉਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਕੀਮਤ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਚੀਜ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਮਾਲਕ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰੱਖੇਗਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਣਗੇ।

ਕੁਝ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਅਮਾਨਤ) ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਅਰਜ਼ੀ ਅਮਾਨਤ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਲੈ ਸਕੋ।

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਕਿਰੜੇ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਅਮਾਨਤਾਂ) ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀਜ਼ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀਆਂ) ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees

ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਲੀਜ਼ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਾ ਕਰੋ।



ਭੁਗਤਾਨ

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਕਦ, ਚੈੱਕ, ਬੈਂਕ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ, ਜਾਂ ਈ-ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਦੁਆਰਾ ਕਿਰਾਇਆ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਥਾਵਾਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਚੈੱਕ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਾ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਜੋਂ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ) (ਕਈ ਵਾਰ ਇਸ ਨੂੰ ਡੈਮੇਜ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਸੀਦ ਮਿਲੇ। ਰਸੀਦ ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਪਰਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਸਾਬਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਰਸੀਦ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਕਦ ਕਿਰਾਇਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਨਾ ਕਰੋ।

ਲੀਜ਼ ਅਤੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ:

ਕਿਰਾਇਆ ਕਿੰਨਾ ਹੈ? ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਕਦੋਂ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ?

ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਕਿਰਾਇਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਰਾਇਆ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ 1 ਵਾਰ ਹੀ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਰਕਮ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਸਾਲਾਨਾ ਵਾਧੇ ਦੀ ਸੀਮਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਰਾਇਆ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਵਧਾ ਸਕਦੇ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ 3 ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਰਾਇਆ ਵਧਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੀ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ (ਬਿਜਲੀ, ਪਾਣੀ, ਗੈਸ ਆਦਿ) ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ?

ਹਾਈਡਰੋ (ਬਿਜਲੀ), ਗੈਸ ਜਾਂ ਬਾਲਣ ਵਾਲਾ ਤੇਲ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸੀਵਰੇਜ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਹਨ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਹਿਣ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਪਾਰਕਿੰਗ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ਼ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ?

ਕੁਝ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਰਕਿੰਗ ਜਾਂ ਸਟੋਰੇਜ਼ ਲਈ ਥਾਂਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋਗੇ। ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਪਾਰਕਿੰਗ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਜੋਂ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ) ਕਿੰਨਾ ਹੈ?

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਕਈ ਵਾਰ ਡੈਮੇਜ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ 1 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਅੱਧੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਪੈਂਟ ਡੈਮੇਜ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ) ਵੀ ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਇਸ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਮੁਵ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਆਮ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹੋ (ਜਿਸ ਨੂੰ "ਵੇਅਰ ਐਂਡ ਟੇਅਰ" ("ਘਸਾਈ") ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੀ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਇਸ ਰਕਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਏ ਖਰਚ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਾਏ ਦੀਆਂ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮਾਂ ਅਤੇ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees



ਮੂਵ-ਇਨ (ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਣ) ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ

- ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਹੋਇਆਂ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਇੱਕ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਲੀਜ਼ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਦੇ ਨਿਯਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ, ਹਰੇਕ ਕੋਲ ਕੁਝ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕਰਨੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ (ਜਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ)।

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਹੋਵੇ। ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦਾ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਟੈਨੈਂਟ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਲਈ ਵਸੀਲਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ) (ਟੀ ਆਰ ਏ ਸੀ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: tenants.bc.ca/tenancy-agreements

- ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ

ਮੂਵ ਇਨ (ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਣ) ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਸਾਰੇ ਫਰਨੀਚਰ, ਉਪਕਰਨ, ਕੰਧਾਂ, ਫਰਸ਼, ਅਲਮਾਰੀਆਂ, ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖੋ। ਕੋਈ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੋਰੀ ਜਾਂ ਦਾਗ, ਉਸ ਦੀ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚੋ। ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਕੰਡੀਸ਼ਨ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਰਿਪੋਰਟ (ਹਾਲਤ ਦੀ ਨਿਰੀਖਣ ਰਿਪੋਰਟ) ਫਾਰਮ ਭਰੋ। ਇਹ ਫਾਰਮ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿਣ ਆਏ ਸੀ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਕਾਨ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਡੈਮੇਜ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਵਾਪਸ ਮੰਗਣ ਲਈ ਇਸ ਫਾਰਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੰਡੀਸ਼ਨ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਰਿਪੋਰਟਸ (ਹਾਲਤ ਦੀਆਂ ਨਿਰੀਖਣ ਰਿਪੋਰਟਾਂ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

tenants.bc.ca/condition-inspection-reports

- ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ (ਬਿਜਲੀ, ਗੈਸ, ਪਾਣੀ ਆਦਿ) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ

ਕਈ ਵਾਰ, ਸੇਵਾਵਾਂ (ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ) ਅਤੇ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ (ਹਾਈਡਰੋ, ਬਿਜਲੀ, ਅਤੇ ਗੈਸ) ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਝਾਤ ਮਾਰੋ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਖੁਦ ਲੈਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

- ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਬੀਮਾ (ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ) ਖਰੀਦੋ

ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦੋਵੇਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਨੈਂਟ (ਕਿਰਾਏਦਾਰ) ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਾਨ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਲਕ ਹੋ) ਦੇ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਅੱਗ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਹੜ੍ਹ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਡਕੈਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨੀ ਗਈ ਜਾਂ ਚੋਰੀ ਹੋਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਮਿਲਣਗੇ।

- ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਕੰਪਨੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੋਵੇਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕੁਝ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਕੀਮਤ ਬਹੁਤ ਸਸਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਕੀਮਤ ਮਹਿੰਗੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਨਾ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਐਹੋ ਜਿਹੀ ਕੋਈ ਮਸ਼ਹੂਰੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਬਦਲਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਬਚਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬਿਹਤਰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ ਫੀਸ ਦੇਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਗਾਰਬੇਜ਼ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਟਰੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਉਣਗੇ ਅਤੇ ਕੂੜਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲੈ ਜਾਣਗੇ। ਕੂੜੇ ਵਿੱਚ ਘਰੇਲੂ ਗਾਰਬੇਜ਼ ਅਤੇ ਜੈਵਿਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ (ਖਾਣੇ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਅਤੇ ਬਗੀਚੀ ਦਾ ਕੂੜਾ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਯੋਗ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬੇ, ਕਾਗਜ਼ ਅਤੇ ਗੱਤਾ, ਕੱਚ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਅਤੇ ਟੀਨ ਦੇ ਡੱਬੇ।

- ▶ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਯੋਗ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਛਪਾਈ ਵਾਲੇ ਕਾਗਜ਼ (ਚਿੱਠੀਆਂ, ਅਖ਼ਬਾਰ ਅਤੇ ਰਸਾਲੇ) ਅਤੇ ਪੈਕ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਗੱਤੇ, ਧਾਤ, ਪਲਾਸਟਿਕ, ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਡੱਬੇ) ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਤੋਂ ਚੁੱਕੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਕੱਚ ਦੇ ਭਾਂਡੇ ਅਤੇ ਬੋਤਲਾਂ ਵੀ ਚੁੱਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ▶ ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਜੈਵਿਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਵੀ ਚੁੱਕ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣੇ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ (ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੇ ਛਿਲਕੇ, ਮੀਟ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ, ਅਤੇ ਹੱਡੀਆਂ) ਅਤੇ ਯਾਰਡ (ਵਿਹੜੇ) ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ (ਪੱਤੇ, ਕੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਘਾਹ ਅਤੇ ਟਾਹਣੀਆਂ)। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੂੜੇ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਦ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਕੁਝ ਛੋਟੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਕੂੜਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਨਹੀਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੂੜਾ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਸਟੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਲੈਂਡਫਿਲ 'ਤੇ ਲਿਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਬੈਟਰੀਆਂ, ਲਾਈਟ ਬਲਬ, ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕਸ, ਉਪਕਰਨ, ਅਤੇ ਕਾਰ ਦੇ ਟਾਇਰ ਵਰਗੀਆਂ ਹੋਰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੇਂਦਰਾਂ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਟੋਰਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, 'ਤੇ ਸੁੱਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰੀਸਾਈਕਲ ਬੀ ਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਥਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਰੀਸਾਈਕਲ ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: recyclebc.ca/where-can-i-recycle

ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਯਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗਾਰਬੇਜ਼, ਜੈਵਿਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ, ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਮਾਤਰਾ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਨਿਯਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੂੜਾ ਕਦੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਾਰਬੇਜ਼, ਜੈਵਿਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ, ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਲਈ ਗਡੀਰੀਆਂ, ਡੱਬੇ, ਬੈਗ ਜਾਂ ਬਕਸੇ ਮਿਲਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸ਼ਹਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੂੜੇ ਵਾਲੇ ਕੰਟੇਨਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੂੜਾ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲਿਆਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਗਾਰਬੇਜ਼, ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਅਤੇ ਜੈਵਿਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੁੱਟੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੇਧਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਨੂੰ ਵੇਖੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ (ਬੋਤਲਬੰਦ ਪਾਣੀ, ਫਲਾਂ ਦਾ ਜੂਸ, ਦੁੱਧ, ਸੋਡਾ, ਬੀਅਰ, ਜਾਂ ਵਾਈਨ) ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਵਾਧੂ ਫੀਸ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਖਾਲੀ ਡੱਬੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਡਿਪੂ, ਗਰੇਸਰੀ ਸਟੋਰ, ਜਾਂ ਲੀਕਰ ਸਟੋਰ (ਸ਼ਰਾਬ ਵੇਚਣ ਵਾਲੀ ਦੁਕਾਨ) ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਦੇ ਪੈਸੇ ਮੋੜ ਦੇਣਗੇ। ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਮੋੜਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ: return-it.ca

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਵਾਸੀ ਕੂੜਾ-ਕਰਕਟ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੌਂਸਲ (ਆਰ ਸੀ ਬੀ ਸੀ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੌਂਸਲ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 732-9253

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 667-4321

ਈਮੇਲ: info@rcbc.ca

rcbc.ca



ਮੁਰੰਮਤਾਂ

ਕਈ ਵਾਰ, ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਏ ਗਏ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਛੱਤ ਚੌਂਦੀ ਹੈ, ਟਾਇਲਟ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਜਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ (ਟੁੱਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨਾ) ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਮੁਰੰਮਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਲਈ ਇਹ ਮੁਰੰਮਤ ਜਲਦੀ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਜਲਦੀ ਆ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਹਿਮਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਰੰਮਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਕਈ ਵਾਰ, ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਧਾਂ 'ਤੇ ਰੰਗ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਟਕਾਉਣ ਲਈ ਮੋਰੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਮੁਰੰਮਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਇਜਾਜ਼ਤ ਮੰਗੋ। ਇਜਾਜ਼ਤ ਲਿਖਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਤਾਂ **ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਪੰਨਾ 74 ਦੇਖੋ।**

ਨਿੱਜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਾਂਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੀ ਮਿਤੀ, ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨੋਟ ਉਸ ਦੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 24 ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਗ ਲੱਗਣੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਾਈਪ ਟੁੱਟ ਜਾਣੀ, ਤਾਂ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅੰਦਰ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਅਸਹਿਮਤੀਆਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਕਿਸੇ ਮੁੱਦੇ ਬਾਰੇ ਅਸਹਿਮਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਅਸਹਿਮਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਸਹਿਮਤੀ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਾਖਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ 2 ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਫਸਿਲੀਟੇਸ਼ਨ (ਹੱਲ ਕੱਢਣ ਲਈ ਸਹੂਲਤ ਦੇਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਸਮੱਸਿਆ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਫਸਿਲੀਟੇਸ਼ਨ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਵਾਦ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਤਿਮ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਕੁਝ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਕੇਸ ਫਸਿਲੀਟੇਟਰ (ਕਾਰਵਾਈ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲਾ) ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦੋਵਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਫਸਿਲੀਟੇਟਰ ਸਮਝੌਤੇ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਦੋਵਾਂ ਧਿਰਾਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਪਾਰਟੀਸੀਪੇਟੇਰੀ ਹੀਰਿੰਗ (ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਸੁਣਵਾਈ): ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਇੱਕ ਸਾਲਸ (ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲਾ) ਨਾਲ ਇੱਕ ਰਸਮੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਆਪਣੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਗੱਲਬਾਤ ਰਾਹੀਂ ਨਹੀਂ ਕੱਢ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਸਾਲਸ ਅਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਦੋਵਾਂ ਪੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣੇਗਾ। ਫਿਰ ਉਹ ਇੱਕ ਅੰਤਿਮ ਅਤੇ ਬੰਧਨਕਾਰੀ (ਪੱਕਾ) ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣਗੇ। ਸਾਲਸ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਸੁਣਵਾਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸੁਣਵਾਈ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗਵਾਹੀ (ਜਿਹੜਾ ਕੁਝ ਹੋਇਆ ਉਸ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ) ਦੇਣ ਅਤੇ ਸਬੂਤ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵਿੱਚ ਵਿਵਾਦ ਨਿਪਟਾਰੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

ਅਸਹਿਮਤੀ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems

ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦਾ ਨੋਟਿਸ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡਣ ਤੋਂ 1 ਪੂਰਾ ਮਹੀਨਾ ਪਹਿਲਾਂ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 31 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ 30 ਨਵੰਬਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। 1 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਆਪਣਾ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਖਤਮ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ 1 ਵਜੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।





ਮੂਵ ਆਊਟ (ਮਕਾਨ ਛੱਡਣ) ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ

ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟਿਸ ਦਿਓ

ਸਾਫ਼ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੂਵ ਆਊਟ ਹੋਣ (ਮਕਾਨ ਛੱਡਣ) ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਯੂਨਿਟ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਰੇ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਸਾਫ਼ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪਲਾਇੰਸਜ਼ (ਸਟੋਵ, ਫਰਿੱਜ, ਬਾਥਰੂਮ ਅਤੇ ਲਾਈਟ ਫਿਕਸਚਰ) ਵੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਕਾਰਪੇਟ (ਗਲੀਚਾ) ਜਾਂ ਪਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਝਾਤ ਮਾਰੋ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ (ਬਿਜਲੀ, ਗੈਸ, ਪਾਣੀ) ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਵਾ ਦਿਓ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੈਂਡ ਲਾਈਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੂਵ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਫੋਨ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਪਤੇ 'ਤੇ ਵੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ (ਤਬਦੀਲ) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਫੋਨ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਕੇਬਲ, ਬਿਜਲੀ, ਗੈਸ, ਜਾਂ ਤੇਲ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬੰਦ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਮਕਾਨ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਹਫ਼ਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਕਾਨ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਸੇਵਾ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਆਪਣਾ ਪਤਾ ਬਦਲੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਡਾਕ ਪਤਾ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੁਰਾਣੇ ਪਤੇ ਵਾਲੇ ਪੱਤਰ ਅਤੇ ਪਾਰਸਲ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਾਏ ਜਾਣ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਲਈ ਫੀਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕੈਨੇਡਾ ਪੋਸਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

canadapost.ca/mailforwarding

ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਪਤਾ ਦਿਓ

ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਪਤਾ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ, ਕੰਮ-ਮਾਲਕ, ਸਕੂਲ, ਮੈਡੀਕਲ ਯੋਜਨਾ, ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਕੰਪਨੀਆਂ, ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ, ਕੇਬਲ ਟੀ ਵੀ ਕੰਪਨੀ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਆਪਣਾ ਪਤਾ ਔਨਲਾਈਨ ਬਦਲ ਸਕੋ।

ਕਿਸੇ ਮੂਵਿੰਗ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟਰੱਕ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਓ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮੂਵਿੰਗ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਟਰੱਕ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਭੇਜਣ ਲਈ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਟਰੱਕ ਜਾਂ ਵੈਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪ ਮੂਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਬੇਦਖਲੀ

ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਮਕਾਨ ਛੱਡਣ ਲਈ ਆਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਬੇਦਖਲੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਦਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਬੇਦਖਲੀ ਦੇ ਠੋਸ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੋਂ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਨਿਯਮ ਇਸ ਕਾਰਨ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੋਂ ਬੇਦਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬੇਦਖਲੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/ending-a-tenancy/landlord-notice

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਦਖਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ) (ਪੰਨਾ 74 ਦੇਖੋ) ਜਾਂ ਟੈਨੈਂਟ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਲਈ ਵਸੀਲਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ:

ਟੈਨੈਂਟ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਟੀ ਆਰ ਏ ਸੀ) ਦੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 255-0546

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-1185

tenants.bc.ca

ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ

ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋ-ਆਪਰੇਟਿਵ (ਸਹਿਕਾਰੀ) ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ। ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਈ ਗਈ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ, ਕੋਈ ਹੋਰ ਯੂਨਿਟ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਕੋ-ਆਪ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ, ਜਿਹੜੇ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦਾ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਾਰੇ ਇਮਾਰਤ ਦੀ ਲਾਗਤ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੋ-ਆਪ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਡਾਇਰੈਕਟਰਾਂ ਦੇ ਬੋਰਡ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੋ-ਆਪ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬੋਰਡ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫੀਸਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੋ-ਆਪ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਨਿਯਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੋਈ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਮੈਂਬਰ ਕੋ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸੇ ਕੋ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੋ-ਆਪ ਇਮਾਰਤ ਨੂੰ ਰੈਨੋਵੇਟ (ਠੀਕ) ਕਰਨ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਬੇਦਖਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਕੋ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਹਾਊਸਿੰਗ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਕੋ-ਆਪ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਹੈ:

chf.bc.ca/what-is-a-co-op

ਕੁਝ ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋ-ਆਪ ਘੱਟ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਘੱਟ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਰੈਂਟ-ਗੀਅਰਡ-ਟੂ-ਇਨਕਮ (ਆਰ ਜੀ ਆਈ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਪੂਰੀ ਕੀਮਤ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਘੱਟ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫੀਸਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰ ਜੀ ਆਈ ਕੋ-ਆਪ ਯੂਨਿਟਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਕੋ-ਆਪ ਲੱਭੋ:

chf.bc.ca/find-co-op

ਕੋ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਕੋ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੋ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਹਾਊਸਿੰਗ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਕੋ-ਆਪ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੇਖਣ ਲਈ "ਫਾਈਂਡ ਏ ਕੋ-ਆਪ" ("ਕੋ-ਆਪ ਲੱਭੋ") ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਹਰੇਕ ਕੋ-ਆਪ ਦੀ ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ੀ ਅਰਜ਼ੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਿੱਧਾ ਕੋ-ਆਪ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੋ-ਆਪ ਹਾਊਸਿੰਗ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੋ-ਆਪ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੋਜਾਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋ-ਆਪ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਇਸ ਵੇਲੇ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹੋਣ, 55 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕੋ-ਆਪ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋ-ਆਪ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹੋਣ:

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਕੋ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਹਾਊਸਿੰਗ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 879-5111

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ: 250 384-9444

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 879-5111

chf.bc.ca



ਜਗ੍ਹਾ ਖਰੀਦਣੀ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਜਦੋਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਘਰ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸੇ ਰੀਅਲ ਅਸਟੇਟ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਰੀਅਲ ਅਸਟੇਟ ਏਜੰਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਕੰਡੇ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਕੀਮਤ ਲਈ ਸੌਦੇਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਗਜ਼ਾਤ ਸਮਝਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਵੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਗਜ਼ਾਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਕਾਊ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਕਰਜ਼ੇ 'ਤੇ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਮੌਰਗੇਜ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ, ਜਾਂ ਟਰੱਸਟ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਮੌਰਗੇਜ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ੇ 'ਤੇ ਲਏ ਪੈਸੇ 'ਤੇ ਫ਼ੀਸ (ਵਿਆਜ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋਗੇ। ਕਰਜ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰੇਟ (ਦਰ) ਲੱਭਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬੈਂਕਾਂ ਅਤੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ।

ਕੈਨੇਡਾ ਮੌਰਗੇਜ ਅਤੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵਿੱਚ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਮੌਰਗੇਜ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

cmhc-schl.gc.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਮਾਨ (ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਲਕ ਹੋ) ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ

ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਜਾਂ ਸਮਾਨ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਗੁੰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਅੱਗ, ਹੜ੍ਹ, ਭੂਚਾਲ, ਜਾਂ ਡਕੈਤੀ ਵਿੱਚ), ਤਾਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲਾਗਤ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਘਰੇਲੂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ, ਬਿਜਲੀ, ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਹੀਟ, ਸੀਵਰ (ਟਾਇਲਟ), ਅਤੇ ਕੂੜਾ ਚੁੱਕਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸੀਵਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖੁਦ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/real-estate-bc/buying-selling



ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ

ਹਾਊਸਿੰਗ ਲਿਸਟਿੰਗਜ਼, ਰੈਂਟਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਸਸਤੇ ਕਿਰਾਏ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟ 'ਚ ਚਲਦੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਹਾਇਸ਼, ਅਤੇ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 433-2218

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 257-7756

bchousing.org

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕਲੀਨਿਕ

ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਬਾਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਦਦ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 622-1100

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 855 685-6222

ਈਮੇਲ: infobchrc@clasbc.net

bchrc.net

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 775-2000

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 440-8844

ਈਮੇਲ: BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca

bchrt.bc.ca

ਕੈਨੇਡਾ ਮੌਰਗੇਜ ਅਤੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ

ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਮੌਰਗੇਜ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

cmhc-schl.gc.ca

ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਕੋ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਹਾਊਸਿੰਗ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ

ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ, ਸਮੂਹ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਹੱਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 879-5111

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ: 250 384-9444

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 879-5111

chf.bc.ca

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ

ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਜਾਂ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ, ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ।

gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy

**ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ**

ਸਮਝੋ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।

oipc.bc.ca/documents/guidance-documents/2202

ਰੀਸਾਈਕਲ ਬੀ ਸੀ

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ, ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿੱਥੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੜਕ ਕਿਨਾਰੇ ਤੋਂ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲਿਜਾਣ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

recyclebc.ca/where-can-i-recycle

ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੌਂਸਲ

ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਐਨਸਾਈਕਲੋਪੀਡੀਆ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਹੋਟਲਾਈਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 732-9253

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 667-4321

ਈਮੇਲ: info@rcbc.ca

rcbc.ca

ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ)

ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਸੇਵਾਂ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵਿਕਟੋਰੀਆ: 250 387-1602 | ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-1020

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-8779

ਈਮੇਲ: HSRTO@gov.bc.ca

gov.bc.ca/landlordtenant

ਰਿਟਰਨ-ਇਟ (ਇਸ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰੋ)

ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰੀਫੰਡ (ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਲੈਣ) ਲਈ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਖਾਲੀ ਡੱਬੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ, ਨਾਲ ਹੀ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕਸ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

return-it.ca

ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦਾ ਵਸੀਲਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ (ਟੀ ਆਰ ਏ ਸੀ)

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਕਾਲਤ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 255-0546 | ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-1185

tenants.bc.ca



4.4

ਡਰਾਈਵਿੰਗ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

- ਭਾਗ 4.4 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ 92**
- ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਜ਼ੇਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ 94**
 - ਬੁਨਿਆਦੀ ਬੀਮਾ (ਬੇਸਿਕ ਇੰਜ਼ੇਰੈਂਸ)
 - ਵਾਧੂ ਬੀਮਾ
 - ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਵਾਹਨਾਂ ਲਈ ਬੀਮਾ
- ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣਾ 96**
 - ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ
 - ਨਵੇਂ ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ
- ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ 100**
 - ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਡਰਾਈਵਿੰਗ
 - ਖਤਰਨਾਕ ਡਰਾਈਵਿੰਗ
 - ਖਾਸ ਲੇਨਾਂ
 - ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੀਆਂ ਟਿਕਟਾਂ
- ਕਾਰ ਚਲਾਉਣੀ ਸਿੱਖਣੀ 105**
 - ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਕੂਲ
 - ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਵਸੀਲੇ
- ਕਾਰ ਦੁਰਘਟਨਾ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ 106**
 - ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ
- ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ 107**
 - ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰ ਤੋਂ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ
 - ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ
 - ਵਾਹਨ ਦੀ ਵਾਰੰਟੀ ਹੋਣਾ
 - ਕਾਰ ਲੋਨ ਲੈਣਾ
- ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ 110**
- ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ 110**
- ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z) 111**



ਸੈਕਸ਼ਨ 4.4 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਐਕਸਪਾਇਰੀ ਡੇਟ (ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ): ਆਖਰੀ ਦਿਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵਾਜਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਮਿਆਦ ਪੁੱਗ ਚੁੱਕੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਜਾਂ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗ ਚੁੱਕੀ ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨਾਲ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ (ਨਵਿਆਉਣਾ) ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਬੀਮਾ): ਕੁਝ ਬੁਰਾ ਵਾਪਰਨ ਵੇਲੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਦੁਰਘਟਨਾ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਖਰਚਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਯੋਜਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਕੁਝ ਖਰਚਿਆਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਘਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਅੱਗ ਕਾਰਨ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਿਸੇ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨੀ ਗਈ ਕਾਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਸਿਹਤ ਦਾ ਬੀਮਾ) ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਲੇਮ (ਬੀਮੇ ਲਈ ਦਾਅਵਾ): ਇੱਕ ਬੇਨਤੀ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਗਲਤ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਰਘਟਨਾ ਜਾਂ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ, ਲਈ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਲੈਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਨੁਕਸਾਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਮੁਰੰਮਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਇੱਕ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਲੇਮ ਦਾਇਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇੰਪੇਅਰਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ (ਅਸਮਰਥ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨਾ): ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਰ ਚਲਾਉਣਾ। ਅਸਮਰਥ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਦੇਖਣਾ, ਸੋਚਣਾ ਅਤੇ ਕਾਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸਮਰਥ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ।

ਲੈਟਰਹੈਂਡ: ਪੱਤਰ ਦਾ ਉੱਪਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੱਤਰ ਕਿਸ ਨੇ ਭੇਜਿਆ ਹੈ।

ਲਸੰਸ: ਇੱਕ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਕਰਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਚਲਾਉਣੀ ਜਾਂ ਕਾਰੋਬਾਰ ਖੋਲ੍ਹਣਾ, ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ (ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ) ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।

ਲਸੰਸ: ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੇਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਦਾ ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਲਸੰਸ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਲੀਅਨ: ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਲਕੀ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ, 'ਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਰਜ਼ਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ 'ਤੇ ਲੀਅਨ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਵੇਚਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਕਾਇਆ ਪੈਸੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਲੀਅਨ ਹਟਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਅਸਲ ਮਾਲਕ ਆਪਣੀ ਲੀਅਨ ਦਾ ਵਾਪਸ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ 'ਤੇ ਲੀਅਨ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਮਾਲਕ ਦੇ ਬਕਾਇਆ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਕਿ ਉਸ 'ਤੇ ਲੀਅਨ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਰੀਨਿਊ (ਨਵੀਨੀਕਰਨ): ਦੁਬਾਰਾ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਮਿਤੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ। ਮਿਆਦ ਪੂਰਾਣ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਵਾਲੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ, ਨੂੰ ਨਵਿਆਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨ (ਨਵਿਆਉਣ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੀ ਮਿਆਦ 31 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਸ ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਲਸੰਸ ਨਵੀਂ ਮਿਆਦ ਪੂਰਾਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਤੱਕ ਵਾਜਬ (ਵੈਲਿਡ) ਰਹੇਗਾ।

ਵਹੀਕਲ (ਵਾਹਨ) : ਇੱਕ ਮਸ਼ੀਨ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਥਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਰਾਂ, ਟਰੱਕ, ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।



ਡਰਾਈਵਿੰਗ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੂਬਿਆਂ, ਰਾਜਖੇਤਰ ਜਾਂ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਏ ਹੋ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਲੋਕ ਸੜਕ ਦੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮੀਂਹ, ਬਰਫ਼ਬਾਰੀ ਅਤੇ ਜੰਮੀ ਬਰਫ਼ ਵਾਲੇ ਮੌਸਮ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਵੀ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ, ਕਾਰ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ, ਸੜਕ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।

ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹਰ ਵਾਹਨ ਦੀ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਬੇਸਿਕ ਆਟੋਪਲੈਨ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਾਦਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੂਜੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗੀ। ਇਹ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਖਰਚੇ ਵੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।



ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਆਈਸੀਬੀਸੀ) ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ ਹੈ।

ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ▶ ਵਾਹਨ ਦੀ ਬੇਸਿਕ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਹਾਦਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੇ ਕਲੇਮਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ▶ ਨਵੇਂ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦੇ ਟੈਸਟ ਲੈਣੇ ਜਿਹੜੇ ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ▶ ਉਨ੍ਹਾਂ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦੀ ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਜਿਹੜੇ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਏ ਹਨ
- ▶ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨੀ

ਆਈਸੀਬੀਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-3051

icbc.com

170 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

icbc.com/getting-started-with-icbc



ਬੁਨਿਆਦੀ ਬੀਮਾ (ਬੇਸਿਕ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ)

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਆਟੋਪਲੈਨ ਬ੍ਰੇਕਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਤੋਂ ਬੇਸਿਕ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਟੋਪਲੈਨ ਬ੍ਰੇਕਰ ਸੁਤੰਤਰ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵੇਚਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਆਟੋਪਲੈਨ ਬ੍ਰੇਕਰ ਲੱਭੋ: icbc.com/locators

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਲਾਗਤ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਕੌਣ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਕੰਮ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ।

ਹਰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਚਲਾਏਗਾ। ਆਟੋਪਲੈਨ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਪਾਲਿਸੀ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਡਰਾਈਵਰ ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਪਾਲਿਸੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਦੁਰਘਟਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਆਟੋਪਲੈਨ ਬ੍ਰੇਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਪਾਲਿਸੀ 'ਤੇ ਕਿਸ ਦੇ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਬਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੂਬੇ ਜਾਂ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਸਸਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ 15 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਦੀ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਹਿਸਟਰੀ (ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ) ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦੇਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/getting-started-with-icbc#moving-to-bc

ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Book-a-road-test

ਵਾਧੂ ਬੀਮਾ (ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਹਾਦਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੇਸਿਕ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਸਾਰੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਲੀਜ਼ਨ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਟੱਕਰ ਬੀਮਾ)। ਆਪਣੇ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਆਟੋਪਲੈਨ ਬ੍ਰੇਕਰ ਨੂੰ ਐਕਸਟਰਾ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਵਾਧੂ ਬੀਮਾ) ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੇ ਵਾਹਨਾਂ ਲਈ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਜਾਂ ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਵਾਹਨ ਆਯਾਤ ਕਰਦੇ (ਲਿਆਉਂਦੇ) ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਦੀ ਇਨਸਪੈਕਸ਼ਨ (ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜਾਂਚ) ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਆਟੋਪਲੈਨ ਬ੍ਰੇਕਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵਾਹਨ ਆਯਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:



icbc.com/vehicle-registration/buy-vehicle/Importing-a-vehicle-into-B-C



ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਲਸੰਸ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਲਸੰਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 90 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਵਾਜਬ (ਵੈਲਿਡ) ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹੁੰਚਣ ਸਾਰ ਹੀ ਆਪਣੇ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਲਸੰਸ ਦੇ ਆਉਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੁਆਰਾ ਅਨੁਵਾਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



icbc.com/about-icbc/contact-us/language-services

ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਦੋਵੇਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ:

- ▶ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਵਾਜਬ (ਵੈਲਿਡ) ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਹੈ
- ▶ ਉਹ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ (ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਜੋਂ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹਨ:



tools.canlearn.ca/cslgs-scps/cln-cln/reea-mdl/reea-mdl-1-eng.do?nom-name=BC

ਸੀਜ਼ਨਲ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਵਰਕਰਜ਼ (ਮੌਸਮੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਾਮੇ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਧੀਨ ਆਏ ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਾਜਬ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਵਾਸੀ ਬਣਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵਿਜ਼ਟਰ ਵਜੋਂ ਆ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਥੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵਾਜਬ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ। ਕੋਈ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਇਸ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣਾ ਲਸੰਸ ਦਿਖਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖੋ। ਕੁਝ ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣੀ ਸਿੱਖੀ ਸੀ। ਲਰਨ ਟੂ ਡਰਾਈਵ ਸਮਾਰਟ ਕੋਲ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ, ਸੰਕੇਤਾਂ, ਸਿਗਨਲਾਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



icbc.com/driver-licensing/driving-guides/Learn-to-Drive-Smart

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਟੈਸਟ ਔਨਲਾਈਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਟੈਸਟ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: practicetest.icbc.com

ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:




icbc.com/about-icbc/newsroom/knowledge-test-study-for-this-test-as-if-your-life-depended-on-it

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਮਾਰਟਫੋਨ 'ਤੇ ਵੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਟੈਸਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। iOS ਜਾਂ Android ਦੇ ਐਪ ਸਟੋਰਾਂ ਤੋਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਨੌਲੇਜ ਟੈਸਟ ਦਾ ਐਪ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।




ਨਵੇਂ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣਾ

ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਕਿੱਥੋਂ ਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਜ਼ਰ ਅਤੇ ਰੋਡ (ਸੜਕ) ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੀ.ਸੀ. ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਝੌਤੇ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਲਸੰਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੜਕ ਟੈਸਟ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਬੀ ਸੀ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਇੱਥੇ ਦੇਖੋ:

 [icbc.com/driver-licensing/moving-bc/moving-from-another-country](https://www.icbc.com/driver-licensing/moving-bc/moving-from-another-country)


ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਲਸੰਸ ਇਹਨਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੜਕ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਆਪਣੇ ਨੌਲੇਜ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਟੈਸਟ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਐਪ੍ਰੀਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰੋ:

 [icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Book-a-knowledge-test-and-other-services](https://www.icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Book-a-knowledge-test-and-other-services)

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਨਾਖਤ, ਆਪਣਾ ਮੌਜੂਦਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ, ਫੀਸ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਦਾ ਸਬੂਤ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਹਨਾਂ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

- ▶ ਲੋੜੀਂਦੀ ਆਈ ਡੀ: [icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Accepted-ID](https://www.icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Accepted-ID)
- ▶ ਫੀਸ: [icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Fees](https://www.icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Fees)
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਦਾ ਸਬੂਤ: [icbc.com/driver-licensing/moving-bc/Proving-your-driving-experience](https://www.icbc.com/driver-licensing/moving-bc/Proving-your-driving-experience)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪੁਰਾਣਾ ਲਸੰਸ ਛੱਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

 [icbc.com/getting-started-with-icbc#moving-to-bc](https://www.icbc.com/getting-started-with-icbc#moving-to-bc)



ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 16 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 16 ਤੋਂ 19 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਤੋਂ ਸਹਿਮਤੀ (ਇਜਾਜ਼ਤ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸਹਿਮਤੀ ਫਾਰਮ (ਪੱਤਰ) ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/assets/en/6lGGlxxTosHuYXx5NtA04M/parental-consent.pdf

ਤੁਸੀਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਖੇ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਕੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦਫ਼ਤਰ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰੋ:



icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Book-a-knowledge-test-and-other-services

ਇਹ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨੌਲੇਜ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਟੈਸਟ ਲਈ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਕੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਗਾਈਡਬੁੱਕ, "ਲਰਨ ਟੂ ਡਰਾਈਵ ਸੇਫ" ("ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨੀ ਸਿੱਖੋ"), ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਗਾਈਡਬੁੱਕ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨ ਲਈ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



icbc.com/driver-licensing/driving-guides/Learn-to-Drive-Smart

ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ, ਇੱਕ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਟੈਸਟ ਲਓ:



icbc.com/driver-licensing/new-drivers/practice-knowledge-test

ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ 2 ਚੀਜ਼ਾਂ (ਆਈ ਡੀ) ਦਿਖਾਉਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਦੇਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਆਈ ਡੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Accepted-ID

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਲਸੰਸਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਰਾਂ, ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ, ਬੱਸਾਂ, ਵੱਡੇ ਟਰੱਕਾਂ ਅਤੇ ਟੈਕਸੀਆਂ, ਹਰੇਕ ਦਾ ਵੱਖਰਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟਿਡ ਲਾਇਸੈਂਸਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟਿਡ ਲਾਇਸੈਂਸਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ। 3 ਲਸੰਸ ਪੱਧਰ ਹਨ: ਲਰਨਰ (ਐੱਲ), ਨੌਵਿਸ (ਐਨ), ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਲਸੰਸ (ਕਲਾਸ 5)। ਲਰਨਰ ਅਤੇ ਨੌਵਿਸ ਲਸੰਸਾਂ ਲਈ ਕੁਝ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਪੂਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਡਰਾਈਵਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾ ਸਕਣ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਨਵੇਂ ਡਰਾਈਵਰ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ।

ਜੇਕਰ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣੀ ਅਤੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਨੌਲੇਜ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਲਰਨਰ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਪਾਸ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟਿਡ ਲਾਇਸੈਂਸਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Graduated-licensing



ਲਰਨਰ ਸਟੇਜ (ਸਿੱਖਿਆਰਥੀ ਪੜ੍ਹਾਅ)

ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲਾ ਲਸੰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਨੌਲੇਜ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਟੈਸਟ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਨੌਲੇਜ ਟੈਸਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਅਰਬੀ, ਕ੍ਰੇਏਸ਼ੀਅਨ, ਫਾਰਸੀ, ਫਰਾਂਸੀਸੀ, ਪੰਜਾਬੀ, ਰੂਸੀ, ਸਰਲ ਅਤੇ ਰਵਾਇਤੀ ਚੀਨੀ, ਸਪੇਨੀ ਅਤੇ ਵੀਅਤਨਾਮੀ ਵਿੱਚ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਲਰਨਰ ਲਸੰਸ 2 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵੈਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣਾ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਲਰਨਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਨਾਲ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਰਨਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੋਂ ਸਵੇਰ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨੀ।

ਤੁਸੀਂ ਲਰਨਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਔਨਲਾਈਨ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ: [icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Get-your-L](https://www.icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Get-your-L)

ਨੌਵਿਸ ਸਟੇਜ (ਸਿਖਾਂਦਰੂ ਪੜ੍ਹਾਅ)

ਆਪਣੇ ਲਰਨਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਨਾਲ 1 ਸਾਲ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨੌਵਿਸ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਲਈ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਐਪ੍ਰਾਂਟਿੰਟਮੈਂਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਐਪ੍ਰਾਂਟਿੰਟਮੈਂਟ ਔਨਲਾਈਨ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨੌਵਿਸ ਪੜ੍ਹਾਅ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

[icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Get-your-N](https://www.icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Get-your-N)

ਤੁਸੀਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਦੀ ਐਪ੍ਰਾਂਟਿੰਟਮੈਂਟ ਔਨਲਾਈਨ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



[icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Book-a-road-test](https://www.icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Book-a-road-test)

ਨੌਵਿਸ ਲਸੰਸ ਦੇ ਨਾਲ 24 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਾ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਪੂਰਾ ਕਲਾਸ 5 ਲਸੰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨੌਲੇਜ ਅਤੇ ਰੋਡ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਫੀਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਇੱਕ ਹੋਰ ਫੀਸ ਦਿਓਗੇ। ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



[icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Fees](https://www.icbc.com/driver-licensing/visit-dl-office/Fees)

ਪੂਰੇ ਲਸੰਸ ਦਾ ਪੜ੍ਹਾਅ

ਪੂਰੇ ਲਸੰਸ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਅ ਨੂੰ ਕਲਾਸ 5 ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਉਦੋਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ 24 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਨੌਵਿਸ ਡਰਾਈਵਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਲਸੰਸ ਕਦੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।

ਤੁਸੀਂ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਕਲਾਸ 5 ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ:

- ▶ ਐੱਲ ਪੜ੍ਹਾਅ ਵਿੱਚ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਡਰਾਈਵਰ ਸਿਖਲਾਈ ਕੋਰਸ ਲਿਆ ਹੈ
- ▶ ਕੋਈ ਹਾਦਸਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ
- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਵਿਸ ਪੜ੍ਹਾਅ ਦੌਰਾਨ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਟਿਕਟ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਲਸੰਸ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਨਾਲ ਲਸੰਸ ਐਕਸਚੇਂਜ ਸਮਝੌਤੇ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਲਸੰਸ ਲੈ ਕੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ। ਇੱਥੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ:



[icbc.com/driver-licensing/moving-bc/moving-from-another-country](https://www.icbc.com/driver-licensing/moving-bc/moving-from-another-country)

ਕਲਾਸ 5 ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



[icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Get-your-full-licence](https://www.icbc.com/driver-licensing/new-drivers/Get-your-full-licence)



ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਡਰਾਈਵਿੰਗ

ਸੜਕਾਂ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਹਾਈਵੇਅ ਹਨ। ਫਿਰ ਵੀ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੌਸਮ ਵਿੱਚ, ਪਹਾੜ ਅਤੇ ਮੌਸਮ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੂਰ ਜਾਣ ਲਈ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਉਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮੌਸਮ ਠੰਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਬਰਫ਼ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਸਨੋਅ (ਬਰਫ਼) ਅਤੇ ਆਈਸ (ਜੰਮੀ ਹੋਈ ਬਰਫ਼) ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਨੋਅ ਜਾਂ ਆਈਸ ਦੇ ਉੱਪਰ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਟਾਇਰ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਟਾਇਰਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟਣ ਲਈ ਚੋਨ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੰਬੀ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ।

ਡਰਾਈਵਬੀਸੀ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ, ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ, ਸਨੋਅ ਵਾਲੇ ਟਾਇਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਹਾਈਵੇਅਾਂ ਦੀਆਂ ਰੀਅਲ-ਟਾਈਮ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰਨ ਯੋਗ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਰੂਟ ਅਤੇ ਡਾਇਰੈਕਸ਼ਨਾਂ ਵੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਡਰਾਈਵਬੀਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:

drivebc.ca

ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਕੋਲ ਡਰਾਈਵ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ, ਸਰਦੀਆਂ ਦੀ ਡਰਾਈਵਿੰਗ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਜੰਗਲ ਦੀ ਅੱਗ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਹੜ੍ਹ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:



icbc.com/road-safety/safety-and-road-conditions

ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੁਰਘਟਨਾ ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਮਰਨ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਅਤੇ ਸਵਾਰੀਆਂ (ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰ ਹੋਰ ਲੋਕ) ਲਈ ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਲਾਉਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਨਹੀਂ ਲਾਉਂਦੀਆਂ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਭਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।



ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 9 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਜਾਂ 40 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (ਲਗਭਗ 88 ਪੌਂਡ) ਭਾਰ ਦਾ ਹੋਣ ਤੱਕ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਰ ਸੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਬਾਲਗ ਸੀਟਾਂ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੁਰਘਟਨਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਲਗ ਸੀਟ 'ਤੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਗੋਦੀ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾ ਕੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ 3 ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਇਹ ਨਿਯਮ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਾਈਜ਼ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹਨ।

ਇਨਫੈਂਟ (ਬੇਬੀ) ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ:

- ▶ ਬੇਬੀ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਅਤੇ 9 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (20 ਪੌਂਡ) ਤੋਂ ਘੱਟ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ
- ▶ ਸੀਟ ਦਾ ਰੁਖ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ (ਕਾਰ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ)

ਚਾਇਲਡ (ਬੱਚਾ) ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ:

- ▶ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਅਤੇ 9 ਤੋਂ 18 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (20 ਅਤੇ 40 ਪੌਂਡ) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ
- ▶ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਰ ਨਾਲ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਗਾਇਆ (ਜੋੜਿਆ) ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
- ▶ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੁਖ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਜਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ▶ ਸਾਹਮਣੇ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਕੇ ਲਗਾਈਆਂ ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਧਰੀ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਸੀਟ ਨੂੰ ਕਾਰ ਦੇ ਫਰੋਮ ਨਾਲ ਬੰਨਦੀ ਹੋਵੇ

ਬੂਸਟਰ ਸੀਟਾਂ:

- ▶ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟਾਂ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਸੀਟਬੈਲਟ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਲੰਬੇ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ▶ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟਾਂ 18 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (40 ਪੌਂਡ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ 9 ਸਾਲ ਦੇ ਜਾਂ 145 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (4'9") ਲੰਬੇ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ



ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਕੁਝ ਖਾਸ ਸ਼ਰਤਾਂ 'ਤੇ ਪੂਰੀ ਉਤਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ:

- ▶ ਇਸ 'ਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੇਫਟੀ ਸਟਿੱਕਰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਹ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।



- ▶ ਇਹ ਨਵੀਂ, ਜਾਂ ਲਗਭਗ ਨਵੀਂ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਇੱਕ ਤਾਰੀਖ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ)। ਤਾਰੀਖ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੀਟ ਦੇ ਪਾਸੇ ਜਾਂ ਪਿੱਛੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੀ ਹੋਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਲੰਘਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲੋ। ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨਾ ਵਰਤੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ।
- ▶ ਇਹ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਵੀ ਨਿਯਮ ਹਨ:

- ▶ ਕਾਰ ਸੀਟ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਿਛਲੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਦੇ ਵੀ ਅਗਲੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਗਲੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਏਅਰਬੈਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਏਅਰਬੈਗ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨਾਲ ਟਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਖਮੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਾਰ ਸੀਟ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਵੱਧਰੀਆਂ ਕੱਸੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੀਟ ਨੂੰ ਧੱਕਦੇ ਜਾਂ ਖਿੱਚਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸੀਟ ਠਿੱਲਣੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦੀ।

ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਯਮ ਹਨ:

- ▶ 9 ਤੋਂ 13 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਿਛਲੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਬੈਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅੱਗੇ ਵਾਲੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਨਹੀਂ।
- ▶ 9 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਆਮ ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਆਟੋਮੋਟਿਵ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ) ਕੋਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਾਈਜ਼ ਲਈ ਸਹੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੀਟ ਵਿੱਚ ਪੇਟੀ ਲਗਾ ਕੇ ਬਿਠਾਉਣ ਦਾ ਸਹੀ ਤਰੀਕਾ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ ਦੇ ਕਾਰ ਸੀਟ ਕਲੀਨਿਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਵਲੰਟੀਅਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਹਨ ਦੀ ਮਾਲਕ ਵਾਲੀ ਮੈਨੂਅਲ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ।

ਬੀ ਸੀ ਆਟੋਮੋਟਿਵ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ)

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 247-5551



[bcaa.com/community/
community-programs/
child-passenger-safety](https://bcaa.com/community/community-programs/child-passenger-safety)

ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਕੋਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



[icbc.com/brochures/
child-car-seats](https://icbc.com/brochures/child-car-seats)

ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਕੈਨੇਡਾ ਕੋਲ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



[tc.canada.ca/en/
road-transportation/
child-car-seat-safety](https://tc.canada.ca/en/road-transportation/child-car-seat-safety)



ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਡਰਾਈਵਿੰਗ

ਇਮਪੇਅਰਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ

(ਅਸਮਰਥ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨੀ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਸਮਰਥ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋ (ਸ਼ਰਾਬ, ਭੰਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ) ਤਾਂ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਡਰਾਈਵਰ ਸ਼ਰਾਬ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪੀ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਪੁਲਿਸ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਨਾਕੇ ਲਗਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬ੍ਰੈਂਡ ਟੈਸਟ (ਸਾਹ ਦਾ ਟੈਸਟ) ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲਓਗੇ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਮਾਪਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਦੇਣ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇਮਪੇਅਰਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/roadsafetybc/high-risk/drugs-alcohol

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਕੇ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਫੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਭਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵੀ ਜਾਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੁਰਮਾਨੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਲਸੰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਲਏ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/roadsafetybc/prohibitions/alcohol

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:



icbc.com/road-safety/crashes-happen/alcohol-impaired-driving



icbc.com/road-safety/crashes-happen/drug-impaired-driving

ਡਿਸਟ੍ਰੈਕਟਿਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ (ਬੇਧਿਆਨੀ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਵਰਗੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਯੰਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਡਿਸਟ੍ਰੈਕਟਿਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡਿਸਟ੍ਰੈਕਟਿਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਾਰ ਹਾਦਸਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਦੇ ਯੰਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਫੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਭਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਡਿਸਟ੍ਰੈਕਟਿਡ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/road-safety/crashes-happen/distracted-driving

ਸਪੀਡਿੰਗ (ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ)

ਆਗਿਆ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੇਜ਼ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਨੂੰ ਸਪੀਡਿੰਗ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਮੁੱਖ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਸਪੀਡ ਦੀ ਸੀਮਾ 50 ਕੇ ਐੱਮ/ਐੱਚ (ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ) ਹੈ। ਇਹ ਕੁਝ ਗਲੀਆਂ, ਮਹੱਲਿਆਂ, ਜਾਂ ਕਸਬਿਆਂ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਪੀਡ ਦੀ ਸੀਮਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 30 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਸਬਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਅਤੇ ਹਾਈਵੇਅ 'ਤੇ, ਸਪੀਡ ਦੀ ਸੀਮਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਪੀਡ ਦੀ ਸੀਮਾ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਸਟਰੀਟਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਫੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਭਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜੁਰਮਾਨੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜੁਰਮਾਨਾ ਨਹੀਂ ਭਰਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਸਪੀਡਿੰਗ (ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/road-safety/crashes-happen/speed



ਖਾਸ ਲੇਨਾਂ

ਕੁਝ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਾਈਕਲਾਂ ਲਈ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਖਾਸ ਲੇਨਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ 2 ਜਾਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਹਨਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੇਨਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਾਈ-ਆਕੂਪੈਂਸੀ ਵਰੀਕਲ (ਐੱਚ ਓ ਵੀ) ਲੇਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਵਾਹਨਾਂ ਅਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਐੱਚ ਓ ਵੀ ਲੇਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਹਾਈਵੇਅਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਐੱਚ ਓ ਵੀ ਲੇਨਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਖਾਸ ਲੇਨਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਲਤ ਲੇਨ ਵਿੱਚ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੀਆਂ ਟਿਕਟਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ, ਲਾਲ ਬੱਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਵਾਹਨ ਲੰਘਾਉਂਦੇ, ਜਾਂ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਡਿਵਾਈਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਫੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਭਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਵੀ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਕੋਲ ਆਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾ ਕਹਿਣ, ਕਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਾ ਉਤਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਟਿਕਟ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ▶ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਐਪ੍ਰਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈ ਕੇ
- ▶ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਆਟੋਪਲਾਨ ਬ੍ਰੋਕਰਾਂ 'ਤੇ
- ▶ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਲੋਮ ਸੈਂਟਰ 'ਚ
- ▶ ਸੂਬਾਈ ਅਦਾਲਤ ਰਜਿਸਟਰੀ 'ਚ

ਟਿਕਟਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[icbc.com/driver-licensing/tickets/
Paying-and-disputing-tickets](http://icbc.com/driver-licensing/tickets/Paying-and-disputing-tickets)

ਤੁਸੀਂ ਬੀ. ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਪੇਅਬੀਸੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: pay.gov.bc.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਸੀ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਓਗੇ ਅਤੇ ਦੱਸੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਕਿਉਂ ਗਲਤ ਦਿੱਤੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜੱਜ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਅਪਰਾਧ (ਕਾਨੂੰਨ ਤੋੜਨ) ਲਈ ਟਿਕਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਦੀ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਲਈ ਹੋਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਵੀ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਟਿਕਟਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਜਾਂ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।



ਡਰਾਈਵ ਕਰਨੀ ਸਿੱਖਣੀ

ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਕੂਲ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਾਈਸੈਂਸ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈਸਨ (ਸਬਕ) ਲੈਣੇ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਕੋਲ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ (ਅਧਿਆਪਕ) ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦਾ ਹੋਵੇ।

ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਕੂਲ ਚੁਣਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/driver-licensing/driver-training/Choosing-your-driving-school

ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਵਸੀਲੇ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਵਸੀਲੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੜਕ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਾਤ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਲੱਭੋ: drivebc.ca
- ▶ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



roadsafetyatwork.ca/campaign/shift-into-winter

- ▶ ਆਪਣੇ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਰੂਟ 'ਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਡਰਾਈਵਬੀਸੀ ਨੂੰ ਦੇਖੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੜਕ ਕਿੱਥੇ ਮਾੜੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੁਰਘਟਨਾ ਕਾਰਨ ਆਵਾਜਾਈ ਕਿੱਥੇ ਹੌਲੀ ਹੈ:

drivebc.ca/directions.html

- ▶ ਹੈਲੋ ਬੀਸੀ ਕੋਲ ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਖੇਤਰਾਂ ਲਈ ਨਕਸ਼ੇ ਹਨ:



hellobc.com/british-columbia/transportation-maps/maps.aspx



ਕਾਰ ਦੀ ਦੁਰਘਟਨਾ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕੋ:

1. ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੈ ਤਾਂ 9-1-1 'ਤੇ ਡਾਇਲ ਕਰੋ।
2. ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੜਕ ਤੋਂ ਪਾਸੇ ਹਟਾਓ।
3. ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿ ਹਾਦਸਾ ਕਿਸ ਨੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਹੋਇਆ।
4. ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖ ਲਵੋ:

- ਹਰੇਕ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ
- ਹਰੇਕ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ ਨੰਬਰ
- ਹਰੇਕ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਵਾਹਨ ਦਾ ਲਸੰਸ ਪਲੇਟ ਨੰਬਰ
- ਜਿਹੜੇ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਦੁਆਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਹਾਦਸੇ ਦੀ ਮਿਤੀ, ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨ
- ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਡਰਾਈਵਰ ਕਿਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੇ ਸੀ
- ਹਾਦਸਾ ਵਾਪਰਨ ਵੇਲੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਾਹਨ ਕਿੱਥੇ ਸਨ

5. ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵਾਹਨ ਦੇ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਹਾਦਸੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੀਆਂ ਫ਼ੋਟੋਆਂ ਲਓ।
6. ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੂਜੇ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਦਿਓ।
7. ਹਾਦਸੇ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ (ਗਵਾਹ) ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਲਵੋ।
8. ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਡੈਸ਼ ਕੈਮਰਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੀ ਵੀਡੀਓ ਨੂੰ ਸੇਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਹਾਦਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨੂੰ ਕਰੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਕਲੇਮ ਕਰਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕਲੇਮ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗੀ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਐਸਟੀਮੇਟ (ਅਨੁਮਾਨ) ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ (ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚਾ ਆਵੇਗਾ) ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਕਿੱਥੋਂ ਠੀਕ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨੂੰ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕਲੇਮਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ 170 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਲਈ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀਆਂ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਚੀਨੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਵੀ ਹਨ। ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਆਈਸੀਬੀਸੀ ਡਾਇਲ-ਏ-ਕਲੇਮ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 520-8222

ਟੋਲ-ਫਰੀ (ਬੀ.ਸੀ., ਕੈਨੇਡਾ, ਅਤੇ ਯੂਨਾਈਟਡ ਸਟੇਟਸ):

1 800 910-4222



[icbc.com/claims/report-view/
Report-a-claim-online](https://icbc.com/claims/report-view/Report-a-claim-online)



ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ

ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰ ਤੋਂ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ

ਵਾਹਨ ਵੇਚਣ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਡੀਲਰ ਜਾਂ ਡੀਲਰਸ਼ਿਪ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡੀਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਨਵੇਂ ਅਤੇ ਵਰਤੇ ਹੋਏ ਵਾਹਨ ਵੇਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਵਾਹਨ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਡੀਲਰਾਂ ਲਈ ਵਹੀਕਲ ਸੇਲਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ (ਵੀ ਐੱਸ ਏ) (ਵਾਹਨ ਵਿਕਰੀ ਅਥਾਰਟੀ) ਤੋਂ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰਾਂ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਵੀ ਐੱਸ ਏ ਦਾ ਲਸੰਸ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ। ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਸੇਲਜ਼ਪਰਸਨ ਕੋਲ ਵੀ ਐੱਸ ਏ ਲਸੰਸ ਕਾਰਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਖ ਕੇ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਡੀਲਰ ਜਾਂ ਸੇਲਜ਼ਪਰਸਨ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਹੈ:

mvsabc.com/vsa-search/

ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਡੀਲਰਾਂ ਕੋਲ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਾਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਡੀਲਰ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡੀਲਰਾਂ ਲਈ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਕੀਮਤ ਦਿਖਾਉਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਵਾਧੂ ਖਰਚੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਗਤ ਲਈ ਫੀਸ। ਕਾਰ ਡੀਲਰਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਵਾਧੂ ਫੀਸਾਂ ਦਿਖਾਉਣੀਆਂ

ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ - ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੀਸਾਂ ਲੁਕਾਉਣੀਆਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅੰਤਿਮ ਕੀਮਤ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਧੂ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਵਹੀਕਲ ਸੇਲਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਚੀਨੀ (ਸਰਲ ਅਤੇ ਰਵਾਇਤੀ), ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: vsabc.ca

ਇੱਕ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਵਾਹਨ ਮੋਟਰ ਵਹੀਕਲ ਐਕਟ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰ ਤੋਂ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾਂ ਲੀਜ਼ 'ਤੇ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਾਈ ਸੈਲਫ-ਹੈਲਪ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰ ਡੀਲਰਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਾਹਨ-ਸਬੰਧਿਤ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲਵੋ: myselfhelp.vsabc.ca





ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣਾ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਡੀਲਰਸ਼ਿਪ 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਸਿੱਧੇ ਵੀ ਕਾਰ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਰੀਕਲਜ਼ ਫਾਰ ਸੇਲ ਬਾਏ ਓਨਰ (ਮਾਲਕ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਵਾਹਨ) ਦਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ—ਕੁਝ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਵਾਹਨ ਵੇਚ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹ "ਕਰਬਰਜ਼" ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਰਬਰਜ਼ ਉਹ ਲੋਕ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਕਾਰਾਂ ਵੇਚਣ ਦਾ ਲਾਈਸੈਂਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਅਕਸਰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਦਾ ਦਿਖਾਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਰਬਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਾਰਾਂ ਵੇਚਦੇ ਹਨ ਅਕਸਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਛੁਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਰਬਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦਣਾ ਖ਼ਤਰੇ ਭਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਾਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਹੋਵੇ। ਕਰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦਾ ਡੀਲਰਾਂ ਵਾਂਗ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਬਰ ਤੋਂ ਖ਼ੀਦੀ ਕਾਰ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਰੀਕਲ ਸੇਲਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ ਤੋਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ।

ਯੂਜ਼ਡ ਵਰੀਕਲ (ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ ਵਾਹਨ) ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਾਣੋ:



vsabc.ca/consumers/get-information-about-vehicle-purchasing/buying-guide/



icbc.com/vehicle-registration/buy-vehicle/buy-a-used-vehicle

- ▶ ਕਾਰਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ। ਵਾਹਨ ਕਿੰਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਕਿੰਨੀ ਗੈਸ ਵਰਤਨ ਵਾਲਾ, ਵਾਹਨ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਖਰਚੇ, ਅਤੇ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਿੰਗ ਜਾਂ ਬੈਕ-ਅੱਪ ਕੈਮਰਾ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਫੀਚਰ ਕਿਹੜੇ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।
- ▶ ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਪੈਸੇ ਖਰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਵਾਪਸ ਨਾ ਕਰ ਸਕੋ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਮੁੜਵਾ ਸਕੋ।
- ▶ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਦੇਖ ਕੇ ਜਾਂ ਕਈ ਡੀਲਰਾਂ ਕੋਲ ਜਾ ਕੇ ਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਕੀਮਤ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸੇਲਜ਼ਪਰਸਨ ਨਾਲ ਸੰਦੇਬਾਜ਼ੀ (ਪੁੱਛੋ) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ▶ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਵਰਤੀ ਹੋਈ ਕਾਰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਇਸ ਦਾ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ, ਇਸ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰੋ। ਕਾਰ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਫੀਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦਾ ਡੀਲਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰ ਦੀ ਹਿਸਟਰੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਰੋ। ਵਾਹਨ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:



icbc.com/vehicle-registration/buy-vehicle/buy-a-used-vehicle/Vehicle-history-reports

- ▶ ਵਰਤੀ ਹੋਈ ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਮਕੈਨਿਕ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਰ ਦੀ ਇਨਸਪੈਕਸ਼ਨ (ਜਾਂਚ) ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।
- ▶ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਸ ਵਾਹਨ ਨੂੰ ਟੈਸਟ ਡਰਾਈਵ ਲਈ ਲੈ ਜਾਓ। ਟਾਇਰਾਂ ਦੀ ਪਰਖ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹਰ ਫੀਚਰ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਲਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਵਿੰਡਸ਼ੀਲਡ ਵਾਈਪਰ) ਨੂੰ ਚਲਾ ਕੇ ਦੇਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦੇਸਤ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਾਰਾਂ ਖਰੀਦਣ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੋਵੇ, ਨੂੰ ਲੈ ਜਾਓ।
- ▶ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦੋਗੇ, ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਪੇਸ਼ਗੀ) ਨਾ ਦਿਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਮੁੜਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਾਗਜ਼ 'ਤੇ ਲਿਖੀ ਹੋਈ ਹੋਵੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀ ਰਸੀਦ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਹਿੰਦੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਕਰੀ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੀ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



▶ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਕਰਜ਼ਾ (ਉਧਾਰ ਪੈਸੇ) ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣਾ ਕਰਜ਼ਾ ਮੋੜਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵੇਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਕਰਜ਼ਾ ਦੇਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਲੀਅਨ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਉਸ 'ਤੇ ਲੀਅਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਫ੍ਰੀਸ ਦੇਣੀ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰ ਦੇ ਬਣਨ ਦਾ ਸਾਲ, ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਨਾਮ (ਮਾਡਲ ਦਾ ਨਾਮ), ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਪਛਾਣ ਨੰਬਰ (ਵੀ ਆਈ ਐਨ) ਦੱਸਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਡੀਲਰਾਂ ਨੂੰ ਲੀਅਨ ਵਾਲੇ ਵਾਹਨ ਵੇਚਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਲੀਅਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਬੀ ਸੀ ਰਜਿਸਟਰੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



[bcregistryservices.gov.bc.ca/
bcreg/pprpg/ppsearch.page](http://bcregistryservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page)

ਤੁਸੀਂ ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਰਾਹੀਂ ਲੀਅਨ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ ਲੱਭੋ:



[gov.bc.ca/gov/content/
governments/organizational-
structure/ministries-
organizations/ministries/citizens-
services/servicebc](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/ministries/citizens-services/servicebc)

ਵਾਹਨ ਦੀ ਵਾਰੰਟੀ ਹੋਣੀ

ਵਾਰੰਟੀ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਡੀਲਰ ਕਾਰ ਦੇ ਕੁਝ ਪੁਰਜਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕੀਮਤ 'ਤੇ ਬਦਲੇਗਾ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰੇਗਾ। ਨਵੀਂ ਕਾਰ ਦੀ ਉਸ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਵਾਰੰਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਣਾਇਆ ਸੀ। ਕਿਸੇ ਵਰਤੀ ਹੋਈ ਕਾਰ ਦੀ ਡੀਲਰਸ਼ਿਪ ਤੋਂ ਵਾਰੰਟੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਵੇਚਿਆ ਸੀ। ਵਾਰੰਟੀਆਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਾਰੰਟੀਆਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਾਰੰਟੀ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ। ਕਾਰ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੀ ਵਾਰੰਟੀ ਹੈ, ਇਹ ਕੀ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਦੋਂ ਖਤਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਾਰ ਲੋਨ ਲੈਣਾ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ ਤੋਂ ਕਾਰ ਲੋਨ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੋਈ ਡੀਲਰਸ਼ਿਪ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਇਨ-ਹਾਊਸ ਫਾਈਨੈਂਸਿੰਗ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਆਜ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ। ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਸਾਰੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਸਮਝਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਲੋਨ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਕਾਰ ਨਾਲ ਡੀਲਰਸ਼ਿਪ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸੇਲਜ਼ਪਰਸਨ ਅਤੇ ਡੀਲਰ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੋਈ ਵੀ ਵਾਅਦੇ ਖਰੀਦ ਕਰਨ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਹੋਣ। ਤੁਸੀਂ ਜਿੱਥੇ ਕਿਤੇ ਵੀ ਦਸਤਖਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਲਵੋ। ਇਹਨਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਕਰਜ਼ਾ ਜਾਂ ਖਰੀਦ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਅੰਤਿਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਡੀਲਰਸ਼ਿਪ ਤੋਂ ਵਾਹਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਨਾ ਲਿਆਓ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਵਿੱਚ ਹੋਵੋ ਉਦੋਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਪੜ੍ਹੋ ਨਾ ਹੀ ਦਸਤਖਤ ਕਰੋ। ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਲਾਓ ਅਤੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਇਸ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਪੈਸਾ ਖਰਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ

ਕਾਰ ਰੱਖਣੀ ਮਹਿੰਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਰ, ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ, ਗੈਸ ਜਾਂ ਬਿਜਲੀ, ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ (ਕਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ) ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਕਸਰ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ ਸਸਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਕਾਰਾਂ, ਟਰੱਕ ਅਤੇ ਵੈਨਾਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਫੀਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੈਸ ਅਤੇ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲਈ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵਾਹਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ।

ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ

ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਵਾਹਨ ਖਰੀਦੇ ਬਿਨਾਂ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਨਾਲੋਂ ਸਸਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ

ਵਿੱਚ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਤੇ ਕੋ-ਆਪ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਮੈਂਬਰ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਕਾਰ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ 'ਤੇ, ਔਨਲਾਈਨ, ਜਾਂ ਐਪ ਰਾਹੀਂ ਵਾਹਨ ਰਾਖਵਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਫੀਸ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮਿੰਟ, ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਦਿਨ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਾਰ ਨੂੰ ਉਸੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਆ ਸੀ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:



translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing



ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਬੀ ਸੀ ਆਟੋਮੋਟਿਵ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ)

ਚਾਇਲਡ ਪੈਸੇਜਰ ਸੇਫਟੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਬਾਲ ਯਾਤਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 247-5551

bcaa.com

ਬੀ ਸੀ ਰਜਿਸਟਰੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

ਨਿੱਜੀ ਜਾਇਦਾਦ ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਦੀ ਲੀਅਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਾਲ ਹੀ ਲੀਅਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ।



bcregistryservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page

ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ

ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



Translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing

ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟ ਜਾਂ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



tc.canada.ca/en/road-transportation/child-car-seat-safety

ਡਰਾਈਵਬੀਸੀ

ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ਾ ਹਾਲਤਾਂ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਲਈ ਸੁਝਾਅ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ, ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ, ਸਨੋਅ ਟਾਇਰ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

drivebc.ca

**ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਆਈਸੀਬੀਸੀ)**

ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ, ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ, ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ।

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-3051

ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਆਈ ਡੀਆਂ

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 950 1498

icbc.com

ਰੋਡ ਸੇਫਟੀ ਐਂਟ ਵਰਕ

ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ਾ ਹਾਲਤਾਂ, ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਲਈ ਸੁਝਾਅ, ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਟਾਇਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੇਧਾਂ।



roadsafetyatwork.ca/campaign/shift-into-winter

ਰੋਡਸੇਫਟੀਬੀਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ



gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/roadsafetybc

ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਰੋਡ ਕੰਡੀਸ਼ਨਜ਼ (ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ)

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



icbc.com/road-safety/safety-and-road-conditions

ਵਹੀਕਲ ਸੇਲਜ਼ ਅਥਾਰਟੀ (ਵੀ ਐੱਸ ਏ)

ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



vsabc.ca/consumers/get-information-about-vehicle-purchasing



4.5

ਆਵਾਜਾਈ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਭਾਗ 4.5 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ	114
ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ	115
<ul style="list-style-type: none"> ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਵੈਸਟ ਕੋਸਟ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ 	
ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ	117
<ul style="list-style-type: none"> ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ 	
ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ	119
<ul style="list-style-type: none"> ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ 	
ਟੈਕਸੀ ਲੈਣੀ	120
ਰਾਈਡ-ਹੋਲਿੰਗ (ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ)	120
ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਪੁਲਿੰਗ (ਕਾਰ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਰਲ ਕੇ ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ)	121
ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਚਾਰਟਰਡ ਬੱਸ ਲੈਣੀ	121
ਜਹਾਜ਼ ਲੈਣਾ	121
ਫੈਰੀ ਲੈਣੀ	122
<ul style="list-style-type: none"> ਬੀ ਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ ਦੇ ਸਫ਼ਰ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਇਨਲੈਂਡ ਫੈਰੀਜ਼ 	
ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ	124
ਬਾਈਕ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ (ਸਾਈਕਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ)	125
ਪੈਦਲ ਚੱਲਣਾ	125
ਆਵਾਜਾਈ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)	126



ਭਾਗ 4.5 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਡਿਸੇਬਿਲਿਟੀ (ਅਪਾਹਜਤਾ): ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਜਿਹੜੀ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਪਾਹਜਤਾਵਾਂ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਅਪਾਹਜਤਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਬੋਲਣ, ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਹਿੱਲਣ-ਜੁਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੈਲਮਟ: ਇੱਕ ਸਖ਼ਤ ਟੋਪੀ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਸਿਰਾਂ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਵੇਲੇ ਬਚਾਉਣ ਜਾਂ ਸਿਰ 'ਤੇ ਸੱਟ ਵੱਜਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਹਿਨਦੇ ਹਨ। ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ, ਸਕੂਟਰ ਅਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈਲਮਟ ਪਹਿਨਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੰਸਟਰਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਇਮਾਰਤਾਂ ਬਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੈਲਮਟ ਪਹਿਨਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੰਸਟਰਕਸ਼ਨ ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਪਹਿਨਣ ਵਾਲੇ ਹੈਲਮਟਾਂ ਨੂੰ "ਹਾਰਡ ਹੈਟਸ" ("ਸਖ਼ਤ ਟੋਪੀਆਂ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮੋਬਿਲਿਟੀ ਏਡਜ਼ (ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ 'ਚ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ): ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਘੁੰਮਣ-ਫਿਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਫ੍ਰੀਲ ਚੇਅਰ, ਵਾਕਰ ਅਤੇ ਤੁਰਨ ਵੇਲੇ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੁੰਡੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਵਹੀਕਲ (ਵਾਹਨ): ਇੱਕ ਮਸ਼ੀਨ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਥਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਰਾਂ, ਟਰੱਕ, ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।



ਆਵਾਜਾਈ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਵਿੱਚ ਸੜਕਾਂ ਅਤੇ ਹਾਈਵੇਅ, ਫੈਰੀਆਂ (ਕਿਸਤੀਆਂ), ਰੇਲਗੱਡੀਆਂ, ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਅਤੇ ਬਾਈਕ ਰੂਟ (ਸਾਈਕਲਾਂ ਦੇ ਰੂਟ) ਹਨ। ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜਿਟ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ



ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਬੱਸਾਂ, ਸਕਾਈਟਰੇਨ, ਸੀਬੱਸ, ਵੈਸਟ ਕੋਸਟ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਅਤੇ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ।

3 ਸਕਾਈਟ੍ਰੇਨ ਲਾਈਨਾਂ ਹਨ:

- ▶ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਲਾਈਨ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਨੂੰ ਬਰਨਬੀ, ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਿਨਿਸਟਰ ਅਤੇ ਸਰੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਮਿਲੇਨੀਅਮ ਲਾਈਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਨੂੰ ਬਰਨਬੀ ਅਤੇ ਕੋਕੁਇਟਲਮ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਕੈਨੇਡਾ ਲਾਈਨ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਅਤੇ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

ਸੈਂਕੜੇ ਬੱਸ ਰੂਟ ਇਸ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੋੜਦੇ ਹਨ। ਸੀਬੱਸ ਇੱਕ ਫੈਰੀ (ਕਿਸਤੀ) ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਹਾਰਬਰ ਦੇ ਪਾਰ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਨੌਰਥ ਸ਼ੇਰ ਨੂੰ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 953-3333

(ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰ ਦੇ 6:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ ਦੇ 10 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹਾ)

translink.ca

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੇ ਔਨਲਾਈਨ ਟ੍ਰਿੱਪ ਪਲੈਨਿੰਗ ਟੂਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ:

translink.ca/trip-planner

ਵੈਸਟ ਕੋਸਟ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ

ਵੈਸਟ ਕੋਸਟ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਮਿਸ਼ਨ ਸਿਟੀ ਵਿਚਕਾਰ ਕਮਿਊਟਰ (ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ) ਟ੍ਰੇਨ ਹੈ।

ਇਹ ਸੇਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।



Translink.ca/schedules-and-maps/west-coast-express

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ, ਕੰਪਾਸ ਟਿਕਟ, ਜਾਂ ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਰਾਈਡ (ਸਵਾਰੀ) ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੰਪਾਸ ਟਿਕਟਾਂ ਅਤੇ ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਸਕਾਈ ਟ੍ਰੇਨਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਡ ਹਨ। ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਟਿਕਟਾਂ ਕਿੱਥੋਂ ਖਰੀਦਣੀਆਂ ਹਨ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ:

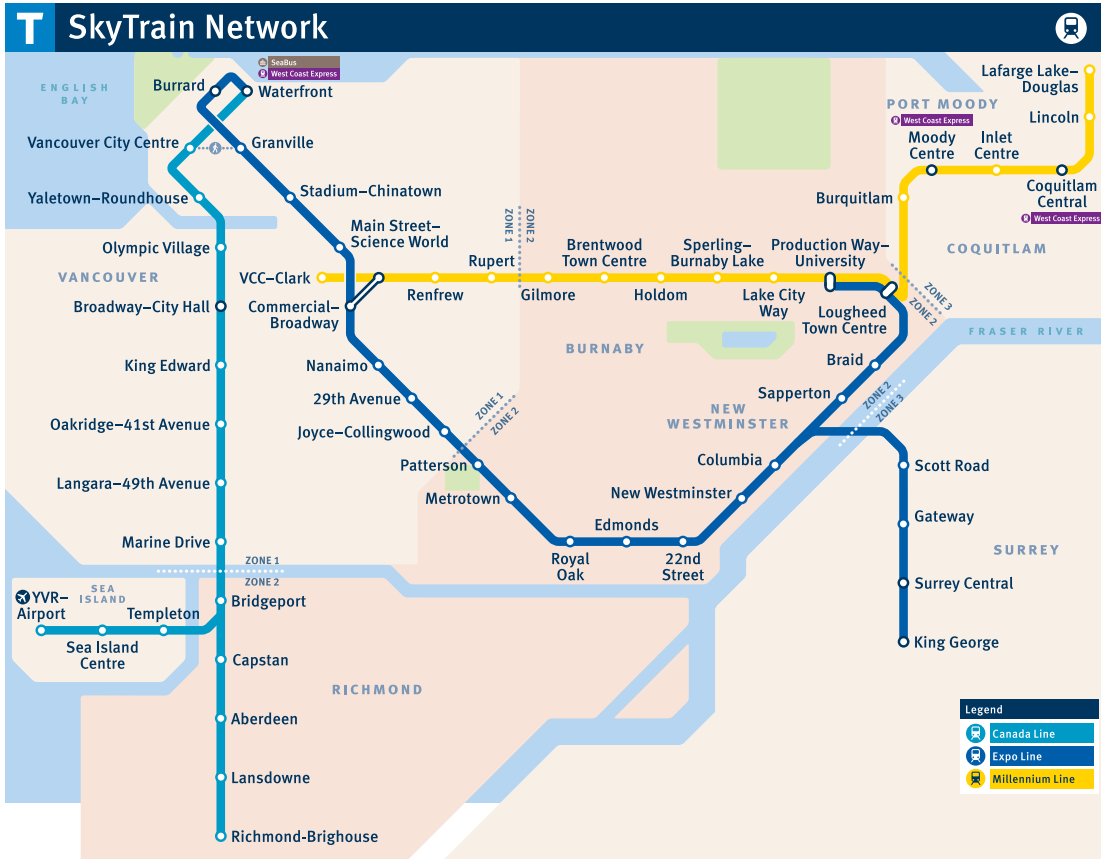
translink.ca/transit-fares/where-to-buy

ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਥਾਵਾਂ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਵੇਖੋ:

compasscard.ca/FindRetailer

ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਖਰੀਦਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪੈਸੇ ਪਾਉਣ ਲਈ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 398-2042



ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਕਿਰਾਇਆ (ਸਿੰਗਲ ਫੇਅਰ) 90 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ (ਫੈਲਿਡ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਸਾਂ, ਸਕਾਈ ਟ੍ਰੇਨਾਂ, ਜਾਂ ਸੀਬੱਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ 'ਚ ਵੀ ਦੁਬਾਰਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਟਿਕਟ ਦੀ ਕੀਮਤ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਫੇਅਰ ਜ਼ੋਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 6:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਲੰਬੇ ਟ੍ਰਿੱਪਾਂ (1 ਜ਼ੋਨ ਤੋਂ ਵੱਧ) ਦੀ ਕੀਮਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਯਾਤਰੀ ਕਨਸੈਸ਼ਨ ਫੇਅਰ (ਰਿਆਇਤੀ ਕਿਰਾਏ) ਲਈ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

- ▶ 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ (ਯੋਗ ਫ਼ੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ)
- ▶ 13 ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ (ਯੋਗ ਫ਼ੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ)
- ▶ ਹੈਂਡੀਕੈਪਡ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ

12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਾਰੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ 4 ਬੱਚੇ ਮੁਫ਼ਤ ਸਵਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਸਵਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕੋਲ ਸਬੂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਰਾਇਆ ਅਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੇ ਕਿਰਾਇਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

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

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤੁਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਸ ਸਟਾਪ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਉੱਤਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਫੀਚਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, **ਪੰਨਾ 119 'ਤੇ "ਇੱਕ ਅਪਾਹੁਜ਼ਾ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ" ਵੇਖੋ।**



ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ



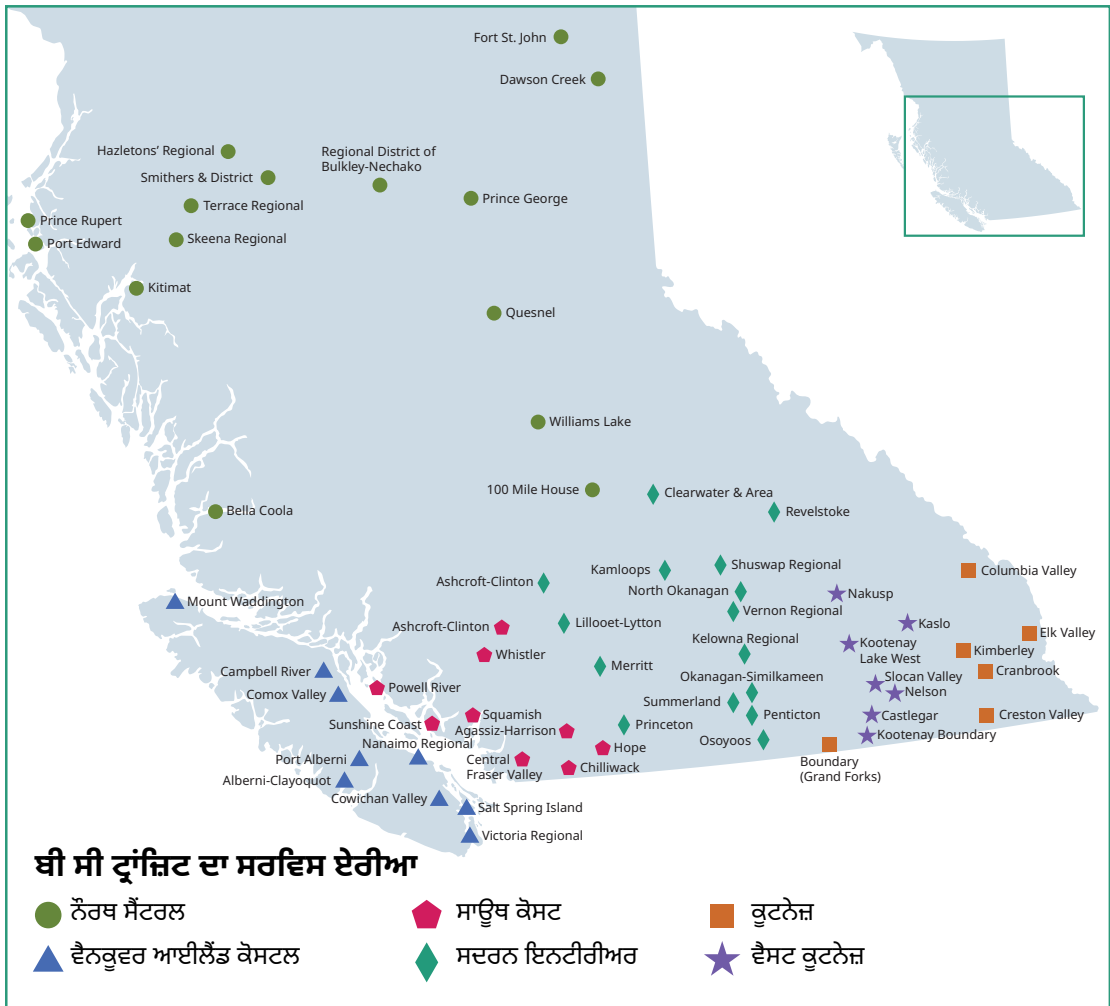
ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 130 ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਬੱਸ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਸਥਾਨਕ ਬੱਸ ਚੱਲਣ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰੀ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਆਵਾਜਾਈ ਕੇਂਦਰ ਤੋਂ ਰਾਈਡਰਜ਼ ਗਾਈਡ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਆਵਾਜਾਈ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ

250-382-6161

bctransit.com





ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ 'ਤੇ 1 ਰਾਈਡ (ਸਵਾਰੀ) ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ 2.50 ਡਾਲਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਦੇ ਪਾਸ ਲਈ 5 ਡਾਲਰ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਡੇਅ ਪਾਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਇਸ ਦੀ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਦੀ ਸਵੇਰ ਦੇ 4 ਵਜੇ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਤੱਕ ਜਿੰਨੀਆਂ ਮਰਜ਼ੀ ਬੱਸ ਰਾਈਡਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਮੁਫਤ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਏ ਵਸੂਲਣ ਲਈ ਯੂਮੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਰਾਈਡ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਯੂਮੇ ਦਾ ਪਲਾਸਟਿਕ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ 'ਤੇ ਯੂਮੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

bctransit.com/umo

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਯੂਮੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ:

bctransit.com/choose-transit-system

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੇ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਯੂਮੇ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਰਡ ਰੀਡਰ 'ਤੇ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਫੋਨ ਟੈਪ ਕਰੋ। ਰੀਡਰ ਬੱਸ ਦੇ ਮੁਹਰਲੇ ਪਾਸੇ, ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਕੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਯੂਮੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕਿੱਥੋਂ ਖਰੀਦਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ ਆਪਣੇ ਯੂਮੇ ਕਾਰਡ 'ਚ ਪੈਸੇ ਲੋਡ ਕਰਨੇ ਹਨ: bctransit.com/umo/card

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅਜੇ ਯੂਮੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਬੱਸ ਕਿਰਾਇਆ ਨਕਦੀ ਵਿੱਚ ਅਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬੱਸ ਟਿਕਟ ਜਾਂ ਪਾਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਬੱਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੱਸ ਪਾਸ ਜਾਂ ਟਿਕਟਾਂ ਖਰੀਦਣਾ ਸਸਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰੇਸਰੀ ਦੇ ਸਟੋਰਾਂ, ਡਰੱਗਸਟੋਰਾਂ (ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ) ਅਤੇ ਕਨਵੀਨੀਐਂਸ ਸਟੋਰਾਂ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਟਿਕਟਾਂ ਅਤੇ ਪਾਸ ਕਿੱਥੋਂ ਖਰੀਦਣੇ ਹਨ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਰਾਈਡਰਜ਼ ਗਾਈਡ ਜਾਂ ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ: bctransit.com

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ (ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਦੇ) ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ (ਗ੍ਰੇਡ 12 ਤੱਕ) ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ (65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ) ਲਈ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਹੈ। ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ

ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਈ ਡੀ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਟੂਡੈਂਟ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ। ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ 18 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ 12 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਵਾਰ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਬੱਸ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੱਸ ਟਿਕਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ 1 ਟਿਕਟ ਤੁਹਾਨੂੰ 1 ਬੱਸ ਰਾਈਡ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕੋ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 1 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਸ ਦੀਆਂ ਰਾਈਡਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਡੇਅ ਪਾਸ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ 1 ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਜਿੰਨੀਆਂ ਵੀ ਬੱਸ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੋ, ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਇਸ ਡੇਅ ਪਾਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਖਰੀਦਿਆ ਸੀ—ਇਹ 24 ਘੰਟੇ ਦਾ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਡੇਅ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਸਾਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਇੱਕ ਟਿਕਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ 1 ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੂਜੀ ਬੱਸ ਲੈਣ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੱਸ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਬੱਸ ਲੈਣੀ ਹੈ। ਬੱਸ ਡਰਾਈਵਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟਿਕਟ ਦੇਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਅਗਲੀ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦਿਖਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ। ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਦੇਖੋ ਜਾਂ ਬੱਸ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਕਦ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਬੱਸ ਬਕਾਇਆ ਨਹੀਂ ਮੋੜਦੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਪਾਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 1 ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਚਾਹੋ ਸਵਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੱਸ ਟਿਕਟਾਂ ਅਤੇ ਪਾਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦਾ ਨਾਮ ਚੁਣੋ: bctransit.com



ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਅਕਸਰ ਮੋਬਿਲਿਟੀ ਏਡਜ਼ (ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ 'ਚ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫ੍ਰੀਲ ਚੇਅਰ ਜਾਂ ਸਕੂਟਰ। ਤੁਸੀਂ ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ 'ਚ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਸ ਦੇ ਮੁਹਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ, ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵਾਧੂ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਟਾਪ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੱਸ 'ਚ ਮੁਹਰੇ ਬੈਠੋ। ਤੁਸੀਂ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਟਾਪ 'ਤੇ ਬੱਸ ਦੇ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਅਗਲੇ ਸਟਾਪ ਨੂੰ ਦਿਖਾ ਰਹੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚਿੰਨ੍ਹ ਸਟਾਪ ਦਾ ਨਾਮ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਬੱਸ ਸਟਾਪਾਂ 'ਤੇ ਬ੍ਰੇਲ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਸਕਾਈਟ੍ਰੇਨ ਕਾਰਾਂ ਅਗਲੇ ਸਟਾਪ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਬਾਹਰ, ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਅਗਲੇ ਸਟਾਪ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਬੱਸਾਂ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਸਟਾਪ ਲਈ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਡਰਾਈਵਰ ਹਰੇਕ ਸਟਾਪ ਦਾ ਨਾਮ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਬੱਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਮ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਬੱਸਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਤੋਂ ਚੁੱਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਪਤੇ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ

ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਬੱਸ ਚਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਉੱਤਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਯਾਤਰਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣਾ ਟ੍ਰਿੱਪ ਰਿਜ਼ਰਵ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਰਾਈਡ ਰਿਜ਼ਰਵ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ

ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦੀ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਆਮ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਸਰਵਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਾਈਡ 1 ਹਫ਼ਤਾ ਪਹਿਲਾਂ ਰਿਜ਼ਰਵ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 953-3680

translink.ca/rider-guide/transit-accessibility/handydart

ਹੈਂਡੀਕਾਰਡ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਦਾ ਫ਼ੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਵਾਲਾ ਕਾਰਡ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੈਲਪਰ (ਸਹਾਇਕ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੈਂਡੀਕਾਰਡ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਸ, ਸਕਾਈ ਟ੍ਰੇਨ ਅਤੇ ਸੀਬੱਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਹਾਇਕ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ। ਸਕਾਈਟ੍ਰੇਨ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ, ਹੈਂਡੀਕਾਰਡ ਪਾਸ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਇਕੱਠੇ ਗੇਟਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਬਾਹਰ

ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਆਮ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਦੀ ਸਰਵਿਸ ਹੈ, ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਦਾ ਨਾਮ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਰਾਈਡਰ ਜਾਣਕਾਰੀ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਦਾ ਲਿੰਕ ਦੇਖੋ: bctransit.com

ਤੁਸੀਂ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਬੱਸ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ:

- ▶ ਤੁਸੀਂ ਹੈਂਡੀਪਾਸ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਗਾਹਕ ਹੋ
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਨੇਤਰਹੀਣ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਦ ਬਲਾਇੰਡ (ਸੀ ਐਨ ਆਈ ਬੀ) ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਾਸ ਹੈ

ਸਹਾਇਕ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹਾਇਕ ਹੈ ਤਾਂ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੇ ਚਾਲਕ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਕੋਲ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੱਸਾਂ 'ਤੇ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ 'ਚ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਹਾਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਐਪਪਾਂਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਹੈਂਡੀਪਾਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਦਾ ਫ਼ੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਵਾਲਾ ਕਾਰਡ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੈਲਪਰ (ਸਹਾਇਕ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੈਂਡੀਪਾਸ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਹਾਇਕ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਹੈਂਡੀਪਾਸ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕ ਟੈਕਸੀ ਸੇਵਾ ਟਿਕਟਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਟਿਕਟਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਕਸੀ ਦੇ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ 50% ਦੀ ਛੋਟ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੈਕਸੀ ਲੈਣੀ

ਟੈਕਸੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਲੈਣੀਆਂ ਸੌਖੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਟੈਕਸੀ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕੋਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰਿੱਪ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਟੈਕਸੀ ਵਿੱਚ ਲੱਗਾ ਮੀਟਰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਨਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਲੋਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੈਕਸੀ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨੂੰ ਟਿੱਪ (ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਟਿੱਪ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਰਾਏ ਦਾ 10% ਤੋਂ 20% ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਟੈਕਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲੱਭੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/vehicle-safety-enforcement/services/passenger-transportation/guidance-resources/passenger-transportation-registry

ਰਾਈਡ-ਹੇਲਿੰਗ (ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ)

ਰਾਈਡ-ਹੇਲਿੰਗ ਇੱਕ ਟੈਕਸੀ ਵਾਂਗ ਹੈ, ਪਰ ਡਰਾਈਵਰ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਵਾਹਨ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਗਾਹਕ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਰਾਈਡ-ਹੇਲਿੰਗ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੜਕ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰਾਈਡ-ਹੇਲਿੰਗ ਡਰਾਈਵਰ ਸਿਰਫ਼ ਐਪ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਭੁਗਤਾਨ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫ਼ੀਸ ਉਦੋਂ ਸੈੱਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਰਾਈਡ ਪੱਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਰਾਈਡ-ਹੇਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲੱਭੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/vehicle-safety-enforcement/services/passenger-transportation/guidance-resources/passenger-transportation-registry#licensedridehail

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਾਈਡ-ਹੇਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/vehicle-safety-enforcement/services/passenger-transportation-network-services/ride-hailing-info-passengers



ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ (ਕਾਰ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਰਲ ਕੇ ਸਵਾਰੀ ਕਰਨੀ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਤੇ ਕੋ-ਆਪ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਵਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਕੇ ਕਾਰ ਉਧਾਰ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ 'ਤੇ, ਔਨਲਾਈਨ, ਜਾਂ ਐਪ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਾਹਨ ਰਿਜ਼ਰਵ (ਰਾਖਵਾਂ) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਦੀ ਫੀਸ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮਿੰਟ, ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਦਿਨ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਰ ਉਸੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਲਿਆ ਸੀ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਨੂੰ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਾਰਸ਼ੇਅਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ, ਕਾਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਨਾਲੋਂ ਸਸਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕਾਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਦੂਰੀ ਤੱਕ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਰੂਟ 'ਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਰਲ-ਮਿਲ ਕੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਕਾਰਪੂਲ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਕੰਮ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਕਾਰਪੂਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾ-ਆ ਸਕਣ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਦੂਜੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਲਈ ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਕਾਰ ਚਲਾਉਣ ਦੀਆਂ ਡਿਊਟੀਆਂ ਅਤੇ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਖਰਚੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੈਸ ਜਾਂ ਕਾਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ, ਵੰਡ ਕੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/transportation/carpooling-and-car-sharing

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਚਾਰਟਰਡ ਬੱਸ ਲੈਣੀ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਕਸਬਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਬੱਸਾਂ ਚੱਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੈਨਕੂਵਰ, ਵੈਨਕੂਵਰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਅਤੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿਚਕਾਰ ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਚੱਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਸੂਬਿਆਂ ਲਈ ਬੱਸਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਚਾਰਟਰਡ ਬੱਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਏ:



travel-british-columbia.com/travel-resources/transportation/bus

ਬੀਸੀ ਬੱਸ ਨੌਰਥ ਪ੍ਰਿੰਸ ਰੂਪਰਟ, ਪ੍ਰਿੰਸ ਜਾਰਜ, ਡਾਸਨ ਕਰੀਕ, ਫੋਰਟ ਸੇਂਟ ਜੌਹਨ, ਫੋਰਟ ਨੈਲਸਨ ਅਤੇ ਵੇਲਮਾਊਟ ਵਿਚਕਾਰ ਚੱਲਦੀ ਹੈ:

ਬੀਸੀ ਬੱਸ

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 844 564-7494

ਈਮੇਲ: bcbus@gov.bc.ca

bcbus.ca

ਜਹਾਜ਼ ਲੈਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਡਾਣਾਂ, ਰੂਟਾਂ, ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/air-or-rail-travel/airports



ਫੈਰੀ ਲੈਣੀ

ਤਟਵਰਤੀ ਫੈਰੀਆਂ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਗਲਫ ਆਈਲੈਂਡਾਂ ਅਤੇ ਸਨਸ਼ਾਈਨ ਕੋਸਟ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਰ ਸਾਲ, ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ 8 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਹਨਾਂ ਅਤੇ 21 ਮਿਲੀਅਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਫੈਰੀ ਦੇ ਰੂਟ, ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਅਤੇ ਫੀਸਾਂ ਲੱਭੋ:

ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 223-3779 (1 888 BC FERRY)

bcferries.com

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਫੈਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਵਾਸਨ ਜਾਂ ਹਾਰਸਸ਼ੂਅ ਬੇਅ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਫੈਰੀਆਂ ਚੱਲਦੀਆਂ ਹਨ:

- ▶ ਵੈਨਕੂਵਰ, ਵਿਕਟੋਰੀਆ, ਅਤੇ ਸਦਰਨ ਗਲਫ ਆਈਲੈਂਡਜ਼
- ▶ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਨਾਨਾਇਮੋ
- ▶ ਵੈਨਕੂਵਰ, ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਅਤੇ ਸਨਸ਼ਾਈਨ ਕੋਸਟ
- ▶ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ ਅਤੇ ਨੌਰਦਰਨ ਗਲਫ ਆਈਲੈਂਡਜ਼
- ▶ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਪ੍ਰਿੰਸ ਰੂਪਰਟ, ਸੈਂਟਰਲ ਬੀ.ਸੀ. ਕੋਸਟ, ਅਤੇ ਹਾਇਡਾ ਗਵਾਈ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਫੈਰੀਆਂ ਇੱਕ ਟ੍ਰਿੱਪ ਵਿੱਚ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਰੁਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਫੈਰੀਆਂ ਬਦਲਣੀਆਂ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਟ੍ਰਿੱਪ (ਯਾਤਰਾ) ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਉਲਝਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ, ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ ਦੀ ਕਸਟਮਰ ਸਰਵਿਸ (ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਇੱਕ ਖਾਸ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ: bcferries.com/customer-callback



ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ 'ਤੇ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

- ▶ **ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ ਬਹੁਤ ਭਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।** ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਫੈਰੀ ਰਿਜ਼ਰਵ (ਰਾਖਵੀਂ) ਕਰਨੀ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਵਾਹਨ ਨਾਲ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਫੈਰੀ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਹੋਵੇ। ਫੈਰੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਟਰਮੀਨਲ 'ਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ▶ **ਫੈਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਹਨਾਂ ਲਈ ਸੀਮਤ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।** ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਵਾਹਨ ਨਾਲ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫੈਰੀ 'ਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਸਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੈਦਲ ਯਾਤਰੀਆਂ (ਵਾਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ) ਨੂੰ ਜਗ੍ਹਾ ਰਿਜ਼ਰਵ ਕਰਨ ਜਾਂ ਖਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਾਲੀ ਫੈਰੀ ਲਈ ਲਾਈਨ ਵਿੱਚ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ▶ **ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਫੈਰੀ ਦੇ ਤੁਰਨ ਤੋਂ 45-60 ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਪਹੁੰਚੋ।** ਜਿਸ ਟਰਮੀਨਲ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫੈਰੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਲਈ ਚੈੱਕ-ਇਨ ਟਾਈਮ (ਟਰਮੀਨਲ ਦੇ ਬੂਥ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਸਮਾਂ) ਪਤਾ ਕਰੋ:



bcferries.com/travel-boarding/terminal-directions-parking-food

- ▶ **ਆਪਣੀ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਦਿਨ, ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਕਰੰਟ ਕੰਡੀਸ਼ਨਜ਼ (ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਤਾਂ) ਦੇਖੋ।** ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਗੀਆਂ ਕਿ ਕੀ ਫੈਰੀ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਜਗ੍ਹਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: bcferries.com/current-conditions
- ▶ **ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਭੀੜ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਵੇਰੇ ਤੜਕੇ ਜਾਂ ਦੇਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਯਾਤਰਾ ਕਰਕੇ ਪੈਸੇ ਬਚਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।** ਬੀਸੀ ਫੈਰੀਜ਼ ਚੋਣਵੇਂ ਰੂਟਾਂ ਅਤੇ ਫੈਰੀ ਚੱਲਣ ਦੇ ਚੋਣਵੇਂ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਸੇਵਰ (ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ) ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਯਾਤਰਾ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰੋ: bcferries.com/routes-fares/fare-calculator
- ▶ **ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਦੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਫੈਰੀ ਦੀ ਮੁਫਤ ਰਾਈਡ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।** ਇਸ ਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਸ਼ੋਰਡ ਲੋਡਿੰਗ ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਟਰੈਵਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੋਕਟੀਸ਼ਨਰ ਤੋਂ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਲਿਆਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਇਸ ਸੇਵਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



bcferries.com/book-sailings/medical-assured-loading

ਇਨਲੈਂਡ ਫੈਰੀਜ਼

ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਝੀਲਾਂ 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਫੈਰੀਆਂ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਨਲੈਂਡ ਫੈਰੀਜ਼ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਰੂਟਾਂ, ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/water-travel/inland-ferries



ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣ, ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਘੱਟ ਮਹਿੰਗਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਤਾਵਰਣ ਲਈ ਵੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਈ-ਬਾਈਕ—ਇਲੈਕਟ੍ਰਿਕ ਮੋਟਰ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਸਾਈਕਲ, ਵੀ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਮੋਟਰ ਵਹੀਕਲ ਐਕਟ ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲਾਂ ਅਤੇ ਈ-ਬਾਈਕਾਂ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਸਾਈਕਲ ਸਵਾਰਾਂ ਲਈ ਮੋਟਰ ਵਾਹਨ ਚਾਲਕ ਵਾਂਗ ਹੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। "ਲਾਈਟ" ਈ-ਬਾਈਕ (500 ਵਾਟ ਤੋਂ ਘੱਟ) ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 14 ਸਾਲ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਆਮ ਈ-ਬਾਈਕ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 16 ਸਾਲ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਈ-ਬਾਈਕਾਂ ਅਤੇ ਸਾਈਕਲਾਂ ਦੇਵਾਂ ਲਈ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਕਟ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਭਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ▶ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੈਲਮਟ ਪਹਿਨਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਖਾਸ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ, ਹੈਲਮਟ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਧਾਰਮਿਕ ਰਵਾਇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਲਮਟ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ▶ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ, ਸਾਈਡਵਾਕ (ਫੁੱਟਪਾਥ) 'ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਜਾਂ ਈ-ਬਾਈਕ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਰਹੋ।
- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਸਾਈਕਲਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੇਨਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਰੰਗ ਨਾਲ ਲਾਈਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕਿੱਥੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣੀ ਹੈ। ਮੋਟਰ ਵਾਹਨਾਂ (ਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਟਰੱਕਾਂ) ਤੋਂ ਸਾਈਕਲ ਦੀਆਂ ਲੇਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰਨ ਲਈ ਛੋਟੀ ਕਰਬ (ਕਿਨਾਰੀ) ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਪੋਸਟ ਲੱਗੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਸਾਈਕਲ ਲੇਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈ ਰਹੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਟਾਪ ਸਾਈਨਾਂ 'ਤੇ ਰੁਕਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਲਾਈਟਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

- ▶ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਾਈਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਾਈਕਲ ਦੇ ਅੱਗੇ ਇੱਕ ਚਮਕਦਾਰ ਚਿੱਟੀ ਲਾਈਟ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਲਾਲ ਲਾਈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ▶ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਈਕਲਾਂ 'ਤੇ ਘੰਟੀ ਹੋਵੇ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੰਘਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਣ ਲਈ ਘੰਟੀ ਵਜਾਓ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੋੜਨ, ਹੌਲੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਰੁਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ▶ ਜੇਕਰ ਸਾਈਕਲ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ 2 ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਨਹੀਂ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ 1 ਸਾਈਕਲ 'ਤੇ 2 ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਵਾਰੀ ਕਰਨਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਬਾਲਗ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਈਕਲ ਜਾਂ ਈ-ਬਾਈਕ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਈਕਲ ਸੀਟ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਾਈਕਲਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਾਈਕਲ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੇ ਕੋਰਸ ਸਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

gov.bc.ca/cyclingrules

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੋਲੀਸ਼ਨ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਕਿਤਾਬ, ਬਾਈਕ ਸੈਂਸ ਛਾਪਦੀ ਹੈ:

bikesense.bc.ca





ਬਾਈਕ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ (ਸਾਈਕਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ)

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਕੁਝ ਸ਼ਹਿਰ ਸਾਈਕਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਜਾਂ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਬਾਈਕ ਸ਼ੇਅਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੇਅਰਡ (ਸਾਂਝਾ) ਸਾਈਕਲ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਫੀਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਂਝਾ ਸਾਈਕਲ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵੀ ਫੀਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਾਈਕ ਸ਼ੇਅਰ (ਸਾਈਕਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ) ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੂਰੀ ਤੱਕ ਜਾਣ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ - ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਸਕਾਈ ਟ੍ਰੇਨ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਫ਼ਤਰ ਤੱਕ, ਜਾਂ ਬੱਸ ਸਟਾਪ ਤੋਂ ਘਰ ਤੱਕ।

ਹਰੇਕ ਸਾਂਝੇ ਸਾਈਕਲ ਨਾਲ ਇੱਕ ਹੈਲਮਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਂਝਾ ਹੈਲਮਟ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਹੈਲਮਟ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ।

ਪੈਦਲ ਚੱਲਣਾ

ਪਡੋਸਟ੍ਰੀਅਨਜ਼ (ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ) ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੜਕ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਸਿਗਨਲਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਿਰਫ਼ ਕਰੌਸਵਾਕ (ਪਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸੜਕ ਦੀ ਥਾਂ) 'ਤੇ ਸੜਕਾਂ ਪਾਰ ਕਰੋ। ਕਰੌਸਵਾਕਾਂ ਲਈ ਸਾਈਨ (ਨਿਸ਼ਾਨ) ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਸੜਕ 'ਤੇ ਲਾਈਨਾਂ ਲਾਈਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਕਰੌਸਵਾਕਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲਾਈਟਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਖੰਥੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਬਟਨ ਦਬਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਰੁੱਕ-ਰੁੱਕ ਕੇ ਚਮਕਦੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਣਗੀਆਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਵਾਹਨ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੁਕ ਗਏ ਹਨ, ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇਖੋ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰਾਂ ਲਈ ਕਰੌਸਵਾਕ 'ਤੇ ਰੁਕਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰ ਸਕਣ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਰੌਸਵਾਕ ਰਾਹੀਂ ਖੱਬੇ ਜਾਂ ਸੱਜੇ ਮੁੜਨ ਵਾਲੇ ਡਰਾਈਵਰਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਰਾਈਵਰ ਕਰੌਸਵਾਕ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਜੇਕਰ ਦੇਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਵੇ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜਦੋਂ ਹਨੇਰਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਮੀਂਹ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ), ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਰਾਈਵਰ ਕਰੌਸਵਾਕ 'ਤੇ ਪੈਦਲ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਦੇਖ ਸਕਣ।

ਪੈਦਲ ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



icbc.com/road-safety/sharing/pedestrian-safety



ਆਵਾਜਾਈ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਬੀਸੀ ਬੱਸ ਨੌਰਥ

ਪ੍ਰਿੰਸ ਰੂਪਰਟ, ਪ੍ਰਿੰਸ ਜਾਰਜ, ਡਾਸਨ ਕਰੀਕ, ਫੋਰਟ ਸੇਂਟ ਜੌਹਨ, ਫੋਰਟ ਨੈਲਸਨ ਅਤੇ ਵੇਲਮਾਊਂਟ ਵਿਚਕਾਰ ਬੱਸ ਸੇਵਾਵਾਂ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 844 564-7494

ਈਮੇਲ: bcbus@gov.bc.ca

bcbus.ca

ਬੀਸੀ ਫੇਰੀਜ਼

ਤੱਟਵਰਤੀ ਫੇਰੀਆਂ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ, ਗਲਫ ਆਈਲੈਂਡਜ਼ ਅਤੇ ਸਨਸ਼ਾਈਨ ਕੋਸਟ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 223-3779 (1 888 ਬੀ ਸੀ ਐੱਫ ਈ ਆਰ ਆਰ ਵਾਈ)

bcferries.com

ਬੀਸੀ ਇਨਲੈਂਡ ਫੇਰੀਜ਼

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਫੇਰੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ



gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/water-travel/inland-ferries

ਬੀਸੀ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬੀ. ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬੱਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bctransit.com

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੋਲੀਸ਼ਨ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲ ਕਿਵੇਂ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ, ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਗਾਈਡ

bikesense.bc.ca

ਬੱਸ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਕੋਚ ਲਾਈਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



travel-british-columbia.com/travel-resources/transportation/bus/



ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ

ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/transportation/carpooling-and-car-sharing

ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਰਿਟੇਲਰਜ਼ ਮੈਪ

ਇੱਕ ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਵੇਚਣ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਕੰਪਾਸ ਕਾਰਡ ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਲੱਭੋ।

compasscard.ca/FindRetailer

ਸਾਈਕਲਿੰਗ

ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ, ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

gov.bc.ca/cyclingrules

ਪੇਸੰਜਰ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਰਜਿਸਟਰੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਟੈਕਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ



gov.bc.ca/gov/content/transportation/vehicle-safety-enforcement/services/passenger-transportation/guidance-resources/passenger-transportation-registry

ਪਡੈਸਟ੍ਰੀਅਨ ਸੇਫਟੀ (ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ)

ਪਡੈਸਟ੍ਰੀਅਨ (ਸੜਕ 'ਤੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ) ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



icbc.com/road-safety/sharing/pedestrian-safety

ਰਾਈਡ ਹੇਲਿੰਗ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਪੇਸੰਜਰ ਵਹੀਕਲਜ਼ (ਸਵਾਰੀਆਂ ਢੋਹਣ ਵਾਲੇ ਵਪਾਰਕ ਵਾਹਨ) ਦੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ



gov.bc.ca/gov/content/transportation/vehicle-safety-enforcement/services/passenger-transportation/transportation-network-services/ride-hailing-info-passengers

**ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ**

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਲਈ ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਜਿਟ, ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ, ਨਕਸ਼ੇ ਅਤੇ ਟ੍ਰਿੱਪ ਪਲੈਨਿੰਗ (ਯਾਤਰਾ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਫੋਨ: 604 953-3333 (300 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦੇ ਨਾਲ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰ ਦੇ 6:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ ਦੇ 10 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹਾ)

ਹੈੱਡੀਡਾਟ: 604 953-3680

Translink.ca



ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਭਾਗ 4.6 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ	130
ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਸੰਕਟ-ਕਾਲ) ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ	133
ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਸੰਕਟ-ਕਾਲੀਨ)	
ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ	134
ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ	135
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਪੁਲਿਸ ਦੁਆਰਾ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ■ ਪੁਲਿਸ ਵਿਰੁੱਧ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨੀ ■ ਗਵਾਹ ਹੋਣਾ 	
ਆਪਣੀ ਜਾਇਦਾਦ (ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ) ਅਤੇ	
ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ	138
ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ	139
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ 	
ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ	
ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z).....	142

4.6

ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ



ਭਾਗ 4.6 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਐਵਾਲੈਂਚ : ਜਦੋਂ ਪਹਾੜ ਦੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸਨੋਅ (ਬਰਫ਼), ਆਈਸ (ਜੰਮੀ ਬਰਫ਼) ਜਾਂ ਚੱਟਾਨ ਡਿੱਗਦੀ ਹੈ। ਐਵਾਲੈਂਚ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬਾਏਲਾਅ (ਉਪ-ਨਿਯਮ): ਕਸਬੇ, ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਖੇਤਰ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸਥਾਨਕ ਕਾਨੂੰਨ। ਬਾਏਲਾਅ ਉੱਚੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਪਾਰਕਿੰਗ ਅਤੇ ਕੰਸਟਰਕਸ਼ਨ (ਉਸਾਰੀ ਕਰਨੀ) ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ : ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ ਵੱਖ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤਲਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਵੱਲੋਂ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪੈਸੇ। ਇਹ ਪੈਸਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਕੱਪੜਿਆਂ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਖਰਚ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਰਟ ਪ੍ਰੋਸੀਡਿੰਗਜ਼ (ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ): ਕਾਨੂੰਨੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਦਮ ਅਤੇ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੁਣਾਵੀਆਂ (ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਆਪਣਾ ਪੱਖ ਦੱਸਦੇ ਹਨ), ਫ਼ੈਸਲੇ ਸੁਣਾਉਣੇ (ਜਦੋਂ ਜੱਜ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਦੋਸ਼ੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਿਰਦੋਸ਼), ਅਤੇ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਉਣੀ (ਜਦੋਂ ਜੱਜ ਸਜ਼ਾ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਲਾਜ਼ (ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨ): ਉਹ ਨਿਯਮ ਜਿਹੜੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਪਰਾਧ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ, ਚੋਰੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਵਰਗੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨ ਤੋੜਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਦੁਆਰਾ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਦਾਲਤਾਂ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨਗੀਆਂ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਦੋਸ਼ੀ ਹਨ ਅਤੇ ਸਜ਼ਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨ ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਹਨ।

ਫਰਾਡ (ਧੋਖਾਧੜੀ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਹ ਅਜਿਹਾ, ਕੋਈ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਸਾ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਧੋਖਾਧੜੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗੁਮਰਾਹ ਕਰਨਾ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਿਹੜੀ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ)
- ▶ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ
- ▶ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਜਿਹੇ-ਜਿਹੀ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਲਗਦੀ ਦਿਖਾਉਣਾ
- ▶ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੁਕਾਉਣਾ

ਡਿਵੀਯਨ: ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਗਰੁੱਪ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਹਾਇਰਿੰਗ ਡਿਵੀਯਨ (ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਡਿਵੀਯਨ) ਇੱਕ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਹਿਊਮਨ ਰਿਸੋਰਸਜ਼ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ (ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੋਤ ਵਿਭਾਗ) ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਐਮਰਜੈਂਸੀ: ਇੱਕ ਅਚਾਨਕ ਵਾਪਰੀ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸਥਿਤੀ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਵਾਲੈਂਚ, ਭੂਚਾਲ, ਅੱਗ, ਹੜ੍ਹ, ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਬਰਫ਼ੀਲੇ ਅਤੇ ਮੀਂਹ ਦੇ ਤੁਫ਼ਾਨ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰੋਪੈਰਡਨੈਂਸ (ਸੰਕਟ-ਕਾਲ ਪ੍ਰਤੀ ਤਿਆਰੀ): ਕੁਝ ਵੀ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ। ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਚਲੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੜ੍ਹ ਜਾਂ ਭੂਚਾਲ), ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਸਪਲਾਈਆਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਗੈਸ-ਐਂਡ-ਗੋ ਬੈਗ {ਚੁੱਕੋ-ਅਤੇ-ਚੱਲੋ ਬੈਗ}), ਅਤੇ ਘਰ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਪਲਾਈ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋਗੇ।

ਜੈਂਡਰ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਦਮੀ, ਔਰਤ, ਦੇਵਾਂ, ਜਾਂ ਦੇਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ, ਪਛਾਣਾ। ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਸੈਕਸ (ਲਿੰਗ) ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਤਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਦਾ ਉਸ ਦੇ ਸੈਕਸ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਇਸ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਅੰਦਰੋਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਦਿੱਖ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ।

ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਡ ਕੈਰੀਕਟਰਿਸਟਿਕਸ (ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ): ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਬਚਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨਿਰਪੱਖ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਨਸਲ, ਧਰਮ, ਜੈਂਡਰ, ਉਮਰ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜਤਾ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (ਰੱਖਵਾਲੀ ਦੇ ਆਦੇਸ਼): ਜੱਜ ਦੁਆਰਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਿਯਮ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆਉਣ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਰੱਖਵਾਲੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਰੱਖਵਾਲੀ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਦੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਡਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਕੈਮ (ਘੁਟਾਲਾ): ਘੁਟਾਲਾ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਝੂਠ ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈਸਾ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਚੋਰੀ ਕਰ ਸਕੇ। ਘੁਟਾਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਦੇਣਦਾਰ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਘੁਟਾਲੇ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਹਨ।

ਸੀਨੀਅਰ: 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਵਿਅਕਤੀ। ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ 55 ਜਾਂ 60 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੀਨੀਅਰ ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੋਟਾਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ: ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮੂਹ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਅਦਾਲਤ, ਜੋ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਦਾਲਤ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਰਸਮੀ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ ਕੋਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਅਸਹਿਮਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਨਿਰਪੱਖ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸੁਨਾਮੀ: ਸਮੁੰਦਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਲਹਿਰ। ਸੁਨਾਮੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੂਚਾਲਾਂ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦੇ ਉਤੋਂ ਦੀ ਉੱਛਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਨੇੜਲੇ ਘਰਾਂ, ਇਮਾਰਤਾਂ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਾਇਲੇਸ਼ਨ (ਉਲੰਘਣਾ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਨਿਯਮ, ਕਾਨੂੰਨ, ਜਾਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਟੁੱਟਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਅਵੱਗਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।



ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਵਾਪਰ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ, ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜੰਗਲ ਦੀ ਅੱਗ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਥਾਂ ਖਾਲੀ ਕਰਨੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਛੱਡਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ)। ਐਵਾਲੈਂਚ (ਪਹਾੜਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਬਰਫ਼ ਦਾ ਖਿਸਕ ਕੇ ਥੱਲੇ ਡਿੱਗਣਾ) ਤੇ ਤੁਫ਼ਾਨ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅੱਤ ਦੀ ਗਰਮੀ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਲਗਭਗ 4,000 ਭੂਚਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਪਰ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਭੂਚਾਲ ਅਤੇ ਸੁਨਾਮੀ (ਭੂਚਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੱਡੀਆਂ ਸਮੁੰਦਰੀ ਲਹਿਰਾਂ) ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹਾਂ ਮਾਰੀ ਦਾ ਫੈਲਣਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਡੁੱਲ੍ਹਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ, ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ, ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ। ਘਰੇਲੂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਅੰਨਲਾਈਨ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਪ੍ਰੋਪੈਅਰਡਬੀਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:

PreparedBC.ca/EmergencyReady

ਹਰੇਕ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਅਤੇ ਗੈਸ-ਐਂਡ-ਗੋ ਬੈਗ (ਚੁੱਕੇ-ਅਤੇ-ਚੱਲੋ ਬੈਗ) ਵੀ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਧਨ ਅਤੇ ਰਸਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਕਿੱਟ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ। ਆਪਣੀ ਘਰੇਲੂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਸੁੱਕੀ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਜਿੱਥੇ ਸੌਖ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿੱਚ। ਗੈਸ-ਐਂਡ-ਗੋ ਬੈਗ (ਚੁੱਕੇ-ਅਤੇ-ਚੱਲੋ)

ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਿੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ) ਜਿਹੜੀ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਨਾਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਣੀ ਸੌਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਘਰ, ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਲਈ ਗੈਸ-ਐਂਡ-ਗੋ ਬੈਗ ਬਣਾਉਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ, ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀਇਨਫੋਬੀਸੀ 'ਤੇ ਪੇਸਟ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਵੇਂ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਵੇਂ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: EmergencyInfoBC.ca

ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਅਥਾਰਿਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਅਥਾਰਿਟੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਖੇਤਰੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ, ਮਿਊਨਿਪੈਲਿਟੀ, ਜਾਂ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਅਵੈਕੂਏਟ ਕੀਤਾ (ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ) ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ, ਭੋਜਨ, ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਆਰਜ਼ੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ: ess.gov.bc.ca

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਵੈਕੂਏਸ਼ਨ ਆਰਡਰ (ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੇ ਆਦੇਸ਼) ਦੇ ਅਧੀਨ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗੀ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: ibc.ca



ਐਮਰਜੈਂਸੀ (ਸੰਕਟ-ਕਾਲੀਨ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲੇ ਮਹਿਕਮੇ, ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ 9-1-1 ਹੈ। 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਪਰੇਟਰ ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗਾ। ਆਪਰੇਟਰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲਿਸ, ਫਾਇਰ, ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿਹੜੀ ਬੋਲੀ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਦਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਸਕੋ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ "ਪੁਲਿਸ", "ਫਾਇਰ" ਅਤੇ "ਐਂਬੂਲੈਂਸ" ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਸਿੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ 9-1-1 ਦੇ ਆਪਰੇਟਰ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਕੁਝ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ 9-1-1 ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਮੰਗੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ, ਟਾਊਨ ਹਾਲ, ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੰਬਰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। "ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ" ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦਾ ਨਾਮ ਟਾਈਪ ਕਰਕੇ ਖੋਜੋ।

9-1-1 ਲਈ ਸੁਝਾਅ

- ▶ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਲਵੋ (ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ)। ਆਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ, ਐਡਰੈੱਸ, ਨੇੜਲੀਆਂ ਗਲੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੈਸ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਸਕੂਲ, ਜਾਂ ਸਟੋਰ) ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਲੱਭ ਸਕਣ।
- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਲਤੀ ਨਾਲ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਫ਼ੋਨ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ। ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਆਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਗਲਤੀ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੋਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਗਲਤੀ ਨਾਲ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਫਸੇਗੇ।
- ▶ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਓ ਕਿ 9-1-1 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮਦਦ ਮੰਗਣੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਐਡਰੈੱਸ ਅਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ (ਅੱਗ ਬੁਝਾਊ, ਪੁਲਿਸ, ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ) ਦੱਸਣਾ ਸਿਖਾਓ।
- ▶ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾ ਕਰੋ।
- ▶ 9-1-1 'ਤੇ ਟੈਕਸਟ ਨਾ ਕਰੋ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ, ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਡਾਇਲ ਕਰੋ।
- ▶ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਈ-ਕੌਮ 9-1-1 'ਤੇ ਜਾਓ: ecomm911.ca



ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਪੁਲਿਸ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਫ਼ੌਜ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਰਾਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਂਟੇਡ ਪੁਲਿਸ (ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ) ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੁਲਿਸ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਡਿਟੈਚਮੈਂਟ (ਥਾਣੇ) (ਦਫ਼ਤਰ) ਹਨ। ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ:



rcmp.ca/en/bc/contact/detachments

ਕੁਝ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ ਹਨ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/policing-in-bc/bc-police-forces#municipal



ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਲਈ 2 ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਨੰਬਰ ਸਿਰਫ਼ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ— ਖਤਰਨਾਕ ਹਾਲਤਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਪੁਲਿਸ, ਐਂਬੂਲੈਂਸ, ਜਾਂ ਫਾਇਰ ਫਾਈਟਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੱਗ ਜਾਂ ਲੁੱਟ-ਖੋਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 9-1-1 ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨੂੰ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਤਾਂ ਹੀ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

- ▶ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹੋ
- ▶ ਹੁਣੇ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਅਪਰਾਧ ਹੋਇਆ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਈ-ਕੌਮ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮੰਗਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਹੋ। ਫੋਨ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਵਿਅਕਤੀ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੱਭ ਲਵੇਗਾ।

ਈ-ਕੌਮ ਦੀਆਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



ecomm911.ca/911-dispatch/esl-interpretation-services/

ਪੁਲਿਸ ਦਾ ਦੂਜਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ—ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੇਲੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋ।

ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦਾ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਈ-ਕੌਮ 9-1-1 ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



ecomm911.ca/non-emergency-calls/find-your-local-non-emergency-numbers

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵੀ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਅਪਰਾਧ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਮਾਂ ਬੀਤ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਈ-ਕੌਮ 9-1-1 'ਤੇ ਜਾਓ:

ecomm911.ca/911-dispatch/how-9-1-1-works



ਪੁਲਿਸ ਦੁਆਰਾ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ

ਪੁਲਿਸ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਾਨੂੰਨ ਤੋੜਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪੁਲਿਸ ਲਈ ਵੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਲਈ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਨਾਖਤ ਦਿਖਾਉਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਕੀ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤਾ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕੁਝ ਹੋਰ ਕਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜੇਕਰ ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਦੇਣ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਇਕੱਲੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇਣ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪੁੱਜਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੀਸੀ ਲੀਗਲ ਏਡ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧ ਲਈ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਾਂਚ ਅਧੀਨ ਹੈ, ਉਹ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਮੁਫ਼ਤ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਬੀਸੀ ਲੀਗਲ ਏਡ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 408-2172

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 577-2525

legalaid.bc.ca

ਤੁਸੀਂ ਪੁਲਿਸ ਤੋਂ ਵੀ ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀਸੀ ਦਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੰਬਰ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, [ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ ਪੰਨਾ 240 'ਤੇ "ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ" ਵੇਖੋ।](#)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਜੱਜ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹੀ, ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਣਾ ਜਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰਨਾ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣ ਦੇਣਾ) ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਪੁਲਿਸ ਵਿਰੁੱਧ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕਾਨੂੰਨ ਤੋੜਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਕੰਪਲੇਟ (ਸ਼ਿਕਾਇਤ) ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਓ ਪੀ ਸੀ ਸੀ) ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਜਾਂਚਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੇਖੋ ਕਿ ਕੀ ਓ ਪੀ ਸੀ ਸੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:



opcc.bc.ca/about/jurisdiction-and-legislation

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ, ਪੁਲਿਸ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਆਫ਼ਿਸ ਆਫ਼ ਦ ਪੁਲਿਸ ਕੰਪਲੇਟ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਪੁਲਿਸ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ)

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 877 999-8707

opcc.bc.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਲਈ ਸਿਵਲੀਅਨ ਰਿਵਿਊ ਐਂਡ ਕੰਪਲੇਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਸਿਵਲੀਅਨ ਰਿਵਿਊ ਐਂਡ ਕੰਪਲੇਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ (ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦਾ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਆਯੋਗ)

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-6878

crcc-ccetp.gc.ca



ਗਵਾਹ ਹੋਣਾ

ਗਵਾਹ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧ ਜਾਂ ਹਾਦਸਾ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਉਹ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗਵਾਹ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧੀ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਾਦਸਾ ਕਿਸ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਹੋਇਆ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿੱਚ ਗਵਾਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧ ਜਾਂ ਹਾਦਸਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਵਾਹੀ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਦੇਖਿਆ), ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ ਦੁਰਘਟਨਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਲੋੜ ਪਵੇ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਕੁਝ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਇਦ ਇਹ ਵੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [ਕਾਰ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਪੰਨਾ 106 ਵੇਖੋ](#)।

ਚਾਇਲਡ ਅਬਿਊਜ਼ (ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ) ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਅਪਰਾਧ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੁੱਟ-ਮਾਰ ਹੁੰਦੀ, ਉਸ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਸਲੂਕ ਹੁੰਦਾ, ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਣਗੌਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/reporting-child-abuse

ਆਪਣੀ ਜਾਇਦਾਦ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ

ਆਪਣੇ ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤਾਲਾ ਲਗਾਓ। ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉੱਥੇ ਨਾ ਛੱਡੋ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕਾਰ ਦੇ ਕੋਲੋਂ ਦੀ ਲੰਘਣ ਸਮੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕੇ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵਾਧੂ ਚਾਬੀਆਂ ਨਾ ਲੁਕੋਵੋ। ਆਪਣੀ ਸਾਈਕਲ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੋ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਾਈਕ ਰੈਕ ਨਾਲ ਤਾਲਾ-ਬੰਦ ਕਰੋ।

ਚੋਰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਚੋਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ—ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਆਈ ਡੀ ਨੰਬਰ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਨੰਬਰ, ਆਦਿ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਚੋਰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਪਰਾਧ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਸਪੋਰਟ, ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ - ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਜਿਹੜੇ ਪੇਪਰਾਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖੀ ਹੋਵੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਾਰਬੇਜ ਜਾਂ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਬਿਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਸੁੱਟੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੁਤਰਾ ਕਰ ਦਿਓ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾੜ ਦਿਓ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਮ, ਪਤੇ ਅਤੇ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰਾਂ ਵਾਲੇ ਬਿੱਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਆਈਡੈਂਟੀ ਥਿਫਟ (ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/financial-legal-matters/scams-and-fraud/identity-theft



ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ

ਫਰਾਡ (ਧੋਖਾਧੜੀ) ਅਤੇ ਸਕੈਮ (ਘੁਟਾਲੇ) ਉਹ ਚਾਲਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਲੋਕ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਧੋਖਾਧੜੀ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਝੂਠ ਬੋਲਦਾ ਹੈ। ਧੋਖਾਧੜੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਗੁਮਰਾਹ ਕਰਨਾ, ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਜਿਹੋ-ਜਿਹੀ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਲਗਦੀ ਦਿਖਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲਕੋਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਘੁਟਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਪੈਸੇ ਮੰਗਣ ਲਈ ਜਾਅਲੀ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨੇ ਜਾਂ ਈਮੇਲਾਂ ਭੇਜਣੀਆਂ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਘੁਟਾਲੇ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਫ਼ੋਨ, ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਆਈਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਕੈਮਰ (ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼) ਨਵੇਂ ਆਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਕੇ ਆਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਣ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਾਂਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਮੌਕਾ ਗੁਆ ਦੇਵੋਗੇ। ਕੁਝ ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਡਰਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਨੰਬਰ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਚੋਰੀ ਕਰ ਸਕਣ।

ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਈਮੇਲ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਨੰਬਰ ਨਹੀਂ ਮੰਗਣਗੀਆਂ।

ਕਈ ਵਾਰ, ਇੱਕ ਜਾਅਲੀ ਸਰਕਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ, ਈਮੇਲ, ਜਾਂ ਪੱਤਰ ਬਿਲਕੁਲ ਅਸਲੀ ਵਾਂਗ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਦੇ ਵੀ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿ ਉਹ ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਦਿਓ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਨਾ ਭੇਜੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/financial-legal-matters/scams-and-fraud



ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਫਰਾਡ (ਨਿਵੇਸ਼ ਦੀ ਧੋਖਾਧੜੀ) ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud

ਧੋਖਾਧੜੀ ਜਾਂ ਘੁਟਾਲੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਐਂਟੀ-ਫਰਾਡ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਐਂਟੀ-ਫਰਾਡ ਸੈਂਟਰ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 495-8501

(ਸਵੇਰ ਦੇ 7 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ 1:45 ਵਜੇ ਪੈਸੀਫਿਕ ਟਾਈਮ)



antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-eng.htm

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ (**ਪੁੱਨਾ 135 ਦੇਖੋ**)। ਘੁਟਾਲੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



competition-bureau.canada.ca/fraud-and-scams



ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

priv.gc.ca/en/for-individuals

ਰੌਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਟੇਡ ਪੁਲਿਸ (ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਅਪਰਾਧ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/index-eng.htm

ਕੈਨੇਡਾ ਸੇਫਟੀ ਕੌਂਸਲ ਕੋਲ ਵੀ ਸਾਈਬਰਬੁਲੀਇੰਗ (ਔਨਲਾਈਨ ਧੱਕੇਸ਼ਾਰੀ) ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



csagroup.org/article/research/childrens-safety-and-privacy-in-the-digital-age/

ਟੈਕਸਟ ਮੇਸੇਜ ਸਕੈਮਜ਼ (ਘੁਟਾਲਿਆਂ) ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



getcybersafe.gc.ca/en/blogs/reporting-spam-text-messages-7726

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਲਾਂ, ਘੁਟਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਅਸਲ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੇਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ "ਕੋਲਡ ਕਾਲਾਂ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਾਲਾਂ ਨਾ ਆਉਣ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ "ਡੂ ਨਾਟ ਕਾਲ ਲਿਸਟ" (ਫੋਨ ਨਾ ਕਰੋ ਦੀ ਸੂਚੀ) ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਸਲ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਾਲਾਂ ਆਉਣਗੀਆਂ। ਫਿਰ ਵੀ, ਇਹ ਸੂਚੀ ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੋਕਦੀ।

ਡੂ ਨਾਟ ਕਾਲ ਲਿਸਟ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ:

lnnte-dncl.gc.ca/en

ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਔਨਲਾਈਨ ਫਰਾਡ ਅਤੇ ਸਕੈਮ (ਔਨਲਾਈਨ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲੇ)

ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਨੂੰ "ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਫਰਾਡ" ਜਾਂ "ਸਾਈਬਰ ਕ੍ਰਾਈਮ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਈਬਰ ਕ੍ਰਾਈਮ ਦੀ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਰਮਾ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਹੋਰ ਉਦਾਹਰਨ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਚੋਰ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਾਸਵਰਡ ਚੋਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲ ਸਾਈਬਰ ਅਪਰਾਧ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

cyber.gc.ca/en/individuals

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਘੁਟਾਲੇ ਅਸਲ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਣਗੀਆਂ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ "ਸਕੈਮ" ਸ਼ਬਦ ਲਈ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੇ ਖੋਜ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ "ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ ਸਕੈਮ" ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋਗੇ:



canada.ca/en/revenue-agency/corporate/scams-fraud/recognize-scam.html

"ਲੇਟਿਸਟ ਸਕੈਮ ਅਲਰਟਸ" ("ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਨਵੀਨਤਮ ਚੌਕਸੀਆਂ") 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਢੱਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਕੈਮਰ (ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼) ਅਜਿਹੀਆਂ ਈਮੇਲਾਂ ਭੇਜਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿਸੇ ਅਸਲੀ ਸੰਸਥਾ ਤੋਂ ਆਈਆਂ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਈਮੇਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲਿੰਕ ਪਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ ਪਤੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖੋ। ਕਈ ਵਾਰ, ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਬਦਲੀ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇਗੀ—ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਅੱਖਰ, ਇੱਕ ਨੰਬਰ, ਜਾਂ ਗਲਤ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਅੱਖਰ। ਜੇਕਰ ਲਿੰਕ ਅਜੀਬ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕੈਮਰ (ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਹੋ, ਜਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਵੱਸਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਕੋਲ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

welcomebc.ca/AvoidFraud

ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲੇ

ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਲਈ ਅਪਰਾਧੀ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫੋਨ ਸਕੈਮਰ (ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਘੁਟਾਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵਿਨਿਊ ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਹੋਣ ਦਾ ਢੋਂਗ ਕਰਦਿਆਂ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੈਂਕ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਬਿੱਲ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵੀ ਫੋਨ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਹੋਣ ਦਾ ਢੋਂਗ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਘੁਟਾਲਾ ਹੈ। ਫੋਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜਿਹੜਾ ਸਿਰਫ਼ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਹੀ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਾਂ ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਮਿਲੇ ਸੀ, ਜਾਂ ਆਪਾਂ ਕਿਹੜੀ ਫਿਲਮ ਇਕੱਠਿਆਂ ਦੇਖੀ ਸੀ।

ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਅਣਜਾਣ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਫੋਨ 'ਤੇ ਕੁਝ ਨਾ ਖਰੀਦੋ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਵੇਚਣ ਲਈ ਫੋਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪੈਸੇ ਮੰਗਦਾ ਹੈ, ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਬੈਂਕ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਵਿਸ ਕੱਟ ਦੇਣਗੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੀਟ, ਪਾਣੀ, ਜਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਰਵਿਸ), ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਫੋਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਨਾ ਕਰੋ। ਜਾਇਜ਼ (ਅਸਲ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ) ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਕਸਟ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਾ 7726 (ਸਪੈਮ:ਐੱਸ ਪੀ ਏ ਐੱਮ) 'ਤੇ ਫਾਰਵਰਡ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਨੇਹਾ ਅਸਲੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਏਜੰਸੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਸਲੀ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹੇ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਨਾ ਕਰੋ।





ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

9-1-1

ਪੁਲਿਸ, ਫਾਇਰ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸਮੇਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ।

ਫੋਨ: 9-1-1

ecomm911.ca

ਬੀ.ਸੀ. ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ

ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਅਤੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ।



gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/policing-in-bc/bc-police-forces#municipal

ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ (ਸੀ ਆਰ ਏ)

ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਓ।



canada.ca/en/revenue-agency/corporate/scams-fraud.html

ਕੈਨੇਡਾ ਸੇਫਟੀ ਕੌਂਸਲ

ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਬੁੱਲੀਇੰਗ (ਔਨਲਾਈਨ ਧੱਕੇਸ਼ਾਰੀ) ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ।



csagroup.org/article/research/childrens-safety-and-privacy-in-the-digital-age

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਡੂ ਨਾਟ ਕਾਲ ਲਿਸਟ (ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਫ਼ੋਨ ਨਾ ਕਰੋ ਦੀ ਸੂਚੀ)

ਟੈਲੀਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਕਾਲਾਂ (ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ) ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ।

lnnte-dncl.gc.ca/en



ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਐਂਟੀ-ਫਰਾਡ ਸੈਂਟਰ

ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਿਛਲੇ ਅਤੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਫਰਾਡ (ਧੋਖਾਧੜੀ) ਅਤੇ ਆਈਡੈਂਟਿਟੀ ਥਿਫਟ (ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ) ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 495-8501 (ਸਵੇਰ ਦੇ 7 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ 1:45 ਵਜੇ ਪੈਸੀਫਿਕ ਟਾਈਮ)



antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-eng.htm

ਬੀਸੀ ਲੀਗਲ ਏਡ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 408-2172

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 577-2525

legalaids.bc.ca

ਸਿਵਲੀਅਨ ਰਿਵੀਊ ਅਤੇ ਕੰਪਲੇਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ

ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-6878

crrc-ccetp.gc.ca

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਰਗਰਮ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

EmergencyInfoBC.ca

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ)

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ess.gov.bc.ca

ਗੈੱਟ ਸਾਈਬਰ ਸੇਫ਼ (ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ)

ਸਾਈਬਰ ਸਕਿਊਰਿਟੀ (ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ) ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਚੁੱਕੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਸਧਾਰਨ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

getcybersafe.gc.ca/en

ਆਈਡੈਂਟਿਟੀ ਥਿਫਟ (ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/financial-legal-matters/scams-and-fraud/identity-theft

**ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਫਰਾਡ ਅਤੇ ਸਕੈਮ**

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

welcomebc.ca/AvoidFraud

ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬਿਊਰੋ

ਆਪਣਾ ਘਰ, ਜਾਇਦਾਦ, ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅੱਤ ਦੇ ਮੌਸਮ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਭਾਵੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 844 227-5422

ibc.ca

ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਫਰਾਡ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ (ਨਿਵੇਸ਼ ਸਬੰਧੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ)

ਨਿਵੇਸ਼ ਸਬੰਧੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ, ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਸੀਲੇ।



investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud

ਪੁਲਿਸ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ (ਓ ਪੀ ਸੀ ਸੀ)

ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਵਿਰੁੱਧ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 999-8707

opcc.bc.ca

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ

ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

priv.gc.ca/en/for-individuals

ਪ੍ਰੀਪੇਅਰਡਬੀਸੀ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

PreparedBC.ca

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੈਡੀ ਪਲੈਨਰ (ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਯੋਜਨਾਕਾਰ)

ਘਰੇਲੂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਔਨਲਾਈਨ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈਏ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

PreparedBC.ca/EmergencyReady

ਰੌਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਂਟੇਡ ਪੁਲਿਸ (ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ)

ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ, ਖਬਰਾਂ, ਅਤੇ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ (ਅਪਰਾਧਿਕ) ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

rcmp.ca



4.7

ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਭਾਗ 4.7 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ146

ਖਰੀਦਦਾਰੀ149

- ਨਕਦ, ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਜਾਂ ਚੈੱਕ ਦੁਆਰਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ
- ਬੈਂਕ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ
- ਪੈਸੇ ਮੁੜਵਾਉਣ ਜਾਂ ਬਦਲਣ (ਰਿਫੰਡ ਜਾਂ ਐਕਸਚੇਂਜ) ਲਈ ਖਰੀਦੀ ਹੋਈ ਚੀਜ਼ ਵਾਪਸ ਕਰਨੀ

ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ151

- ਬੈਂਕ ਦਾ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣਾ
- ਟੈਲੀਫੋਨ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਰਾਹੀਂ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਕਰਨੇ
- ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣੇ
- ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣੇ

ਆਪਣੇ ਵਿੱਤ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ154

- ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਲੱਭਣਾ
- ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ

ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ
ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)157



ਭਾਗ 4.7 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਚੈੱਕ: ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਜਿਹੜਾ ਬੈਂਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਚੈੱਕ 'ਤੇ ਧਨ ਦੀ ਰਕਮ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਲਿਖਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਬੈਂਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਕਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ: ਉਹ ਪੈਸਾ ਜਿਹੜਾ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਂਕ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਕੁਝ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ: ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਕਾਰਡ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੈਂਕ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੇ ਬਿੱਲ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਖੱਕਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਭੁਗਤਾਨ ਦੇਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪੈਸੇ (ਵਿਆਜ) ਵਸੂਲੇ ਜਾਣਗੇ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ: ਇੱਕ ਸਕੋਰ (ਹਿਸਾਬ) ਜਿਹੜਾ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲਏ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ (ਨੰਬਰ) ਉੱਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬੈਂਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੈਂਡਰਜ਼ (ਕਰਜ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਇਸ ਸਕੋਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਦੇਣਗੇ। ਇੱਕ ਉੱਚੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ਾ ਮੋੜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਘੱਟ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਕੁਝ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਘੱਟ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਦੇਣਗੇ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ: ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਹੋ। ਕੋਈ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਕੰਪਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਜ਼ਾ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਜਾਂ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਚੈੱਕ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਆਨ ਅਕਾਊਂਟ: ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸੇਵਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸੇਵਾ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਜਾਂ ਬਿਜਲੀ, ਗੈਸ, ਪਾਣੀ ਆਦਿ) ਲਈ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੈਸੇ ਦਿੱਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਮੋੜਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਕੰਪਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪੈਸੇ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਜਮ੍ਹਾਂ ਰੱਖ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪੈਸੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਅਗਲੇ ਬਿੱਲ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡੈਟ (ਕਰਜ਼ਾ): ਉਹ ਪੈਸਾ ਜਿਹੜਾ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਉਧਾਰ ਲਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਕੁਝ ਖਰੀਦਿਆ ਹੈ ਪਰ ਤੁਰੰਤ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਰਜ਼ਾ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੋੜਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।



ਐਲਿਜ਼ਬਲ (ਯੋਗ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨੌਕਰੀਆਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣ, ਕੁਝ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ, ਜਾਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ (ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ), ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਨਟਰੱਸਟ (ਵਿਆਜ): ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਨਾਲ ਜਿਹੜੇ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ ਤੁਸੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲੋਨ (ਕਰਜ਼ਾ) ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲਈ ਗਈ ਰਕਮ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਫ਼ੀਸ ਦੇਵੇਂ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 1,000 ਡਾਲਰ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ 6% ਵਿਆਜ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲਏ ਗਏ 1,000 ਡਾਲਰ ਦੇ ਉੱਪਰ 60 ਡਾਲਰ ਵਾਪਸ ਕਰੋਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬੈਂਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਉੱਥੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਿਆਜ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ (ਨਿਵੇਸ਼): ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਉਮੀਦ ਨਾਲ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਧ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੀਮਤੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ (ਮੂਲਧਨ): ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਉਧਾਰ ਲਏ ਜਾਂ ਨਿਵੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪੈਸੇ ਦੀ ਅਸਲ ਰਕਮ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਆਜ ਵਰਗਾ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਪੈਸਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 1000 ਡਾਲਰ ਦਾ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੂਲਧਨ 1000 ਡਾਲਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਰਸੀਦ: ਕਾਗਜ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਟੁਕੜਾ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਖਰੀਦਿਆ, ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਮਿਤੀ। ਇਹ ਸਬੂਤ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ।

ਰਿਫੰਡ (ਪੈਸੇ ਮੁੜਨੇ): ਪੈਸੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਰੀਦੀ ਗਈ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਸ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਕਮੀਜ਼ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਟੋਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ 'ਤੇ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਪੈਸੇ ਲਈ ਰਿਫੰਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਫਲਾਈਟ ਰੱਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟਿਕਟ ਲਈ ਰਿਫੰਡ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਖਰੀਦ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਫੰਡ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਰਿਫੰਡ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਰਿਫੰਡ ਪਾਲਿਸੀ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।

ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਸਾਫਟਵੇਅਰ: ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ ਫੋਨ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਹੈਕਰਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਸੀਨੀਅਰ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ 55 ਜਾਂ 60 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੀਨੀਅਰ (ਬਜ਼ੁਰਗ) ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੋਟ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੀਨੀਅਰ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਪੈਸੇ) ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਪਲਾਨ, ਓਲਡ ਏਜ ਸਕਿਉਰਿਟੀ (ਬੁਢਾਪੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ), ਅਤੇ ਗਰਾਂਟੀਡ ਇਨਕਮ ਸਪਲੀਮੈਂਟ (ਗਾਰੰਟੀ ਸੁਦਾ ਆਮਦਨ ਪੂਰਕ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਟਰਾਂਜ਼ੈਕਸ਼ਨ (ਲੈਣ-ਦੇਣ): ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਾ ਵਟਾਂਦਰਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਕੁਝ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਔਨਲਾਈਨ ਕੁਝ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਬੈਂਕ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਕਹਿਣ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾਂ ਵੇਚਿਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਟਰਾਂਜ਼ੈਕਸ਼ਨ (ਲੈਣ-ਦੇਣ ਦਾ) ਰਿਕਾਰਡ: ਇੱਕ ਨੋਟ ਜਾਂ ਸੂਚੀ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਪੈਸਿਆਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਿਤੀ, ਰਕਮ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾਂ ਵੇਚਿਆ ਹੈ ਵਰਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕ ਸਟੇਟਮੈਂਟਾਂ, ਰਸੀਦਾਂ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਜਾਂ ਕੰਪਿਊਟਰ 'ਤੇ ਐਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਪੈਸਾ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡਾਲਰ ਹੈ। 1 ਡਾਲਰ (\$) ਵਿੱਚ 100 ਸੈਂਟ (¢) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਲੈਣ, ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਜੋੜਨ ਅਤੇ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਖਰੀਦਦਾਰੀ

ਨਕਦੀ, ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਜਾਂ ਚੈੱਕ ਦੁਆਰਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ

ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਕੈਸ਼ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨੋਟ ਅਤੇ ਸਿੱਕੇ ਨੂੰ ਕੈਸ਼ ਹਨ। ਬਿੱਲ (ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਨੋਟ) 5, 10, 20, 50, ਅਤੇ 100 ਡਾਲਰ ਦੇ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ 5 ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਸਿੱਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਕਦੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਮਾਤਰਾ 1 ਨਿੱਕਲ (5 ਸੈਂਟ) ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਸੈਂਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੈਨੇਡਾ ਹੁਣ 1 ਸੈਂਟ ਦੇ ਸਿੱਕੇ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਟੋਰ ਨੇੜਲੇ 5 ਸੈਂਟ ਵਿੱਚ "ਰਾਊਂਡ ਅੱਪ" ਜਾਂ "ਰਾਊਂਡ ਡਾਊਨ" ਕਰ ਦੇਣਗੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ:

- ▶ ਜੇਕਰ ਲਾਗਤ 1.01 ਡਾਲਰ ਜਾਂ 1.02 ਡਾਲਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 1.00 ਡਾਲਰ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋਗੇ
- ▶ ਜੇਕਰ ਲਾਗਤ 1.03 ਡਾਲਰ ਅਤੇ 1.07 ਡਾਲਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 1.05 ਡਾਲਰ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋਗੇ
- ▶ ਜੇਕਰ ਲਾਗਤ 1.08 ਡਾਲਰ ਜਾਂ 1.09 ਡਾਲਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 1.10 ਡਾਲਰ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋਗੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨੀ ਹੈ ਓਨੀ ਹੀ ਕੀਮਤ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋਗੇ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਖਰੀਦੀਆਂ ਗਈਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। 2 ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਟੈਕਸ ਹਨ। ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗਿੰਗ ਮੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਵਿੱਕਰੀ 'ਤੇ ਸੁਬਾਈ ਟੈਕਸ) (ਪੀ ਐੱਸ ਟੀ) ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਖਰੀਦੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ 7% ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ

ਹੈ। ਗੁਡਜ਼ ਐਂਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ) ਟੈਕਸ (ਜੀ ਐੱਸ ਟੀ) ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਖਰੀਦੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ 5% ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਟੈਕਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਦਿਖਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿੱਲ ਵਿੱਚ ਟੈਕਸ ਜੋੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਦੀ ਕੀਮਤ 10 ਡਾਲਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਾਊਂਟਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ 11.20 ਡਾਲਰ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੇਗਾ। ਵਾਧੂ 1.20 ਡਾਲਰ ਟੈਕਸ ਹੈ: ਪੀ ਐੱਸ ਟੀ ਦੇ 70 ਸੈਂਟ, ਅਤੇ ਜੀ ਐੱਸ ਟੀ ਦੇ 50 ਸੈਂਟ।

ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਮਤ ਪੱਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਕੀਮਤ ਘਟਾਉਣ (ਸੌਦੇਬਾਜ਼ੀ) ਦੀ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਕੁਝ ਖਾਸ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਹੋਰ ਟੈਕਸ ਨਾਲ ਜੋੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ, ਤੰਬਾਕੂ, ਈ-ਸਿਗਰੇਟ, ਈ-ਜੂਸ (ਵੇਪਿੰਗ ਜੂਸ), ਵੇਪਿੰਗ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਕੁਝ ਭੰਗ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਗੈਸੋਲੀਨ ਅਤੇ ਵਾਹਨਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਟੈਕਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਟੋਰ ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਜਾਂ 10 ਵਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5:30 ਜਾਂ 6 ਵਜੇ ਬੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਟੋਰ ਸ਼ਾਮਾਂ ਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਟੋਰ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਬੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਰੋਸਰੀ ਸਟੋਰ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਸਟੋਰ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਅਤੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।



ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿੱਕੇ



ਨਿੱਕਲ
5 ਸੈਂਟ / 5¢



ਡਾਈਮ
10 ਸੈਂਟ / 10¢



ਕੁਆਰਟਰ
25 ਸੈਂਟ / 25¢



ਲੂਨੀ
1 ਡਾਲਰ / 100¢



ਟੂਨੀ
2 ਡਾਲਰ / 200¢

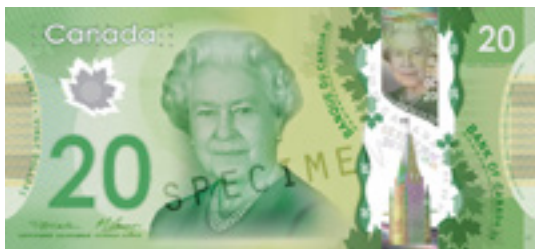
ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨੋਟ (ਬਿੱਲ)



ਪੰਜ ਡਾਲਰ (\$5)



ਦਸ ਡਾਲਰ (\$10)



ਵੀਹ ਡਾਲਰ (\$20)



ਪੰਜਾਹ ਡਾਲਰ (\$50)



ਸੌ ਡਾਲਰ (\$100)

ਉੱਪਰ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਨਮੂਨੇ ਪੂਰੇ ਮਾਪ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ
ਚਿੱਤਰ ਕ੍ਰੈਡਿਟ: ਬੈਂਕ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ।



ਬੈਂਕ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ

ਬੈਂਕਾਂ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨਾਂ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਟਰੱਸਟ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕੋਲ ਬੈਂਕ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੈਸ਼ (ਨਕਦੀ) ਕੱਢਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਟੋਮੈਟਿਕ ਟੈਲਰ ਮਸ਼ੀਨਾਂ (ਏ ਟੀ ਐੱਮ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੈਂਕ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ ਤੋਂ ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਵੀ ਨਕਦੀ ਉਧਾਰ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਆਜ ਦਰ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਏ ਟੀ ਐੱਮ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕਾਂ, ਕਨਵੀਨੀਐਂਸ ਸਟੋਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਏ ਟੀ ਐੱਮ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਏ ਟੀ ਐੱਮ 'ਤੇ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਕਰਨ ਲਈ ਦੂਜੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਏ ਟੀ ਐੱਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੈਂਕ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਫੀਸ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਟਰਾਂਜੈਕਸ਼ਨ (ਲੈਣ-ਦੇਣ) ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਏ ਟੀ ਐੱਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪੈਸੇ ਮੁੜਵਾਉਣ ਜਾਂ ਬਦਲਣ (ਰਿਫੰਡ ਜਾਂ ਐਕਸਚੇਂਜ) ਲਈ ਖਰੀਦੀ ਹੋਈ ਚੀਜ਼ ਵਾਪਸ ਕਰਨੀ

ਕਈ ਵਾਰ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਖਰੀਦ ਲਵੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਇਹ ਫਿੱਟ ਨਹੀਂ ਬੈਠਦਾ, ਜਾਂ ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨਾ ਰੱਖਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਕਰ ਸਕੋ। ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰਿਟਰਨ ਪਾਲਿਸੀ (ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦੀ ਨੀਤੀ) ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ। ਸਾਰੇ ਸਟੋਰਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।
- ▶ ਕੁਝ ਸਟੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਲੈਣਗੇ।
- ▶ ਕੁਝ ਸਟੋਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਫੰਡ ਦੇਣਗੇ (ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦੇਣਗੇ)।
- ▶ ਦੂਸਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਦੇਣਗੇ, ਪਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਕਸਚੇਂਜ ਕਰਨ ਦੇਣਗੇ (ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਾਪਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਬਦਲੇ ਨਵੀਂ ਚੀਜ਼ ਲੈਣੀ)। ਕੁਝ ਸਟੋਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦੇਣਗੇ (ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋਏ ਪੈਸੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਸਟੋਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਅਗਲੀ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ)।
- ▶ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਰਸੀਦ ਰੱਖੋ। ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚੀਜ਼ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿੱਥੋਂ ਖਰੀਦੀ ਸੀ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਟੋਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਸੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚੀਜ਼ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦੇਣਗੇ।

ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ

ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ, ਜਾਂ ਟਰੱਸਟ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਖਾਤਿਆਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਚੋਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬੈਂਕਾਂ ਅਤੇ ਖਾਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਖਾਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ। ਕਈ ਵਾਰ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਜਮ੍ਹਾਂ), ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ (ਭੇਜਦੇ) ਜਾਂ ਵਿਦਰਾਅ (ਕਢਵਾਉਂਦੇ) ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਖਰਚਾ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਖਾਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਏ ਪੈਸੇ 'ਤੇ ਵਿਆਜ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ।

ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਆਪ ਬੈਂਕ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ



ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਬੈਂਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਨਾਖਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਖਾਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਚੈਕਿੰਗ ਅਕਾਊਂਟ (ਖਾਤਾ)

ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਖਾਸ ਕਾਰਜ ਦੀ ਪਰਚੀ (ਚੈੱਕ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹੁਣ ਚੈੱਕ ਨਹੀਂ ਲਿਖਦੇ, ਪਰ ਕੁਝ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਚੈੱਕ ਦੁਆਰਾ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਜਾਂ ਬੈਂਕ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤੇ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਸਰਵਿਸ ਫੀਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਹਰੇਕ ਟਰਾਂਜੈਕਸ਼ਨ (ਲੈਣ-ਦੇਣ) ਲਈ ਫੀਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤੇ ਵਿਆਜ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਅਕਾਊਂਟ (ਬੱਚਤ ਖਾਤਾ)

ਸਾਰੇ ਬੱਚਤ ਖਾਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਪੈਸੇ 'ਤੇ ਵਿਆਜ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬੈਂਕ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚਤ ਖਾਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੈੱਕ ਨਹੀਂ ਲਿਖਣ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਚੈਕਿੰਗ-ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਅਕਾਊਂਟ (ਚੈਕਿੰਗ-ਬੱਚਤ ਖਾਤਾ)

ਚੈਕਿੰਗ-ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿਆਜ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੈੱਕ ਵੀ ਲਿਖਣ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬੈਂਕਾਂ ਦੀਆਂ ਚੈਕਿੰਗ-ਬੱਚਤ ਖਾਤਿਆਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਬੈਂਕਿੰਗ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਔਨਲਾਈਨ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਦੇ ਬਕਾਏ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪੈਸੇ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਖਾਤਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਪੈਸੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਬੈਂਕਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਟੈਲੀਫੋਨ ਬੈਂਕਿੰਗ (ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ) ਨੂੰ ਸੈੱਟ-ਅੱਪ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਬੈਂਕਾਂ ਦੇ ਔਨਲਾਈਨ ਬੈਂਕਿੰਗ ਲਈ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਦੇ ਐਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਐਪ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਾਰਟਫੋਨ ਦੇ ਐਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਚੈੱਕ ਦੀ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚਣ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਔਨਲਾਈਨ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਬੈਂਕਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਬੈਂਕਿੰਗ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਅਪਰਾਧੀ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਔਨਲਾਈਨ ਚੋਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਲੌਗਇਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਕੰਪਿਊਟਰ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਕਿਸੇ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ), ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਨਤਕ ਵਾਈ ਫਾਈ (WiFi) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਦਾ ਲੌਗਇਨ ਨਾ ਕਰੋ।

ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਿੱਜੀ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਐਂਟੀਵਾਇਰਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਸਕਿਊਰਿਟੀ ਸਾਫਟਵੇਅਰ) ਲਗਾਓ। ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਈਮੇਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਨਾ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਈਮੇਲਾਂ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ। ਉਹ ਈਮੇਲਾਂ ਜਾਂ ਸੁਨੇਹੇ ਘੁਟਾਲੇ ਵਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਘੁਟਾਲੇ ਬਾਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਵਾਇਰਸ ਭੇਜਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। **ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਖੋਖਾਧੜੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਪੰਨਾ 139 ਵੇਖੋ।**

ਅਜਿਹਾ ਪਾਸਵਰਡ ਚੁਣੋ ਜਿਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਵੇ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪਾਸਵਰਡ ਨਾ ਦੱਸੋ।

ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਂਕਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



briefings.cba.ca/article/newcomer-cyber-toolkit

ਪਾਸਵਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



getcybersafe.gc.ca/en/secure-your-accounts/passphrases-passwords-and-pins



ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣੇ

ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਫੌਰਨ ਐਕਸਚੇਂਜ (ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਮੁਦਰਾ) ਕੰਪਨੀ ਰਾਹੀਂ ਪੈਸੇ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਮਨੀ ਆਰਡਰ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਡਰਾਫਟ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਵੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਨੀ ਆਰਡਰ ਬੈਂਕ, ਫੌਰਨ ਐਕਸਚੇਂਜ ਕੰਪਨੀ, ਜਾਂ ਡਾਕਘਰ ਤੋਂ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਭੁਗਤਾਨ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਭੇਜ ਰਹੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਫੀਸ ਦੇਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫੀਸਾਂ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੋਂ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਂਕਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬੈਂਕ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ:



[briefings.cba.ca/article/
bankingfornewcomerstocanada](http://briefings.cba.ca/article/bankingfornewcomerstocanada)

ਸੀ ਬੀ ਏ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤਿਆਂ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ, ਮੋਬਾਈਲ ਭੁਗਤਾਨਾਂ, ਚੈੱਕਾਂ, ਮੌਰਗੇਜਾਂ, ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ: cba.ca

ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣੇ

ਲੋਨ (ਕਰਜ਼ਾ) ਉਹ ਪੈਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾ ਤੋਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹੁਣੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ (ਕਾਰ ਲੋਨ), ਘਰ (ਮੌਰਗੇਜ), ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਖਰਚੇ (ਸਟੂਡੈਂਟ ਲੋਨ)।

ਕਿਸੇ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾ ਤੋਂ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਉਧਾਰ ਲਏ ਗਏ ਪੈਸੇ ਨੂੰ "ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ" ("ਮੂਲਧਨ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਜਿਹੜੀ ਫੀਸ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ "ਵਿਆਜ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਰਜ਼ੇ

ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨ ਲਈ ਜਿਹੜਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ "ਟਰਮ" ("ਮਿਆਦ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ 1 ਸਾਲ ਦੀ ਮਿਆਦ ਲਈ 7% ਦੀ ਵਿਆਜ ਦਰ 'ਤੇ 10,000 ਡਾਲਰ (ਮੂਲਧਨ) ਉਧਾਰ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। 1 ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ, ਤੁਸੀਂ 10,700 ਡਾਲਰ ਵਾਪਸ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੋਵੋਗੇ।

ਹਰ ਮਹੀਨੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੂਲਧਨ (ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਉਧਾਰ ਲਏ ਗਏ ਪੈਸੇ) ਅਤੇ ਵਿਆਜ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਲੈਂਡਰ (ਕਰਜ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ) ਵਿਆਜ ਦਰ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਆਜ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਕਰਜ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



[canada.ca/en/financial-
consumer-agency/services/loans.
html](http://canada.ca/en/financial-consumer-agency/services/loans.html)

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰੋਸਰੀ, ਗੈਸ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਾਰਡ ਬੈਂਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਸਟੋਰਾਂ 'ਤੇ ਆਪ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਦੇ ਐਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਚੁਣਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਹਨ। ਕੁਝ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਫੀਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਮੁਫਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਪੈਸੇ ਖਰਚ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੁਝ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਸ਼ ਬੈਕ (ਨਕਦ ਵਾਪਸੀ) ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਆਇੰਟ ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਵਿੱਚ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਭੱਤੋ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟ੍ਰੈਵਲ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ (ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ) ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਰਾਹੀਂ ਖਰੀਦੀਆਂ ਗਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕਾਰਡ ਚੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।



ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਫਾਇਨੈਂਸੀਅਲ ਕੰਜਿਊਮਰ ਏਜੰਸੀ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਖਪਤਕਾਰ ਏਜੰਸੀ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



canada.ca/en/financial-consumer-agency/services/credit-cards.html

ਹਰ ਮਹੀਨੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਟੇਟਮੈਂਟ (ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਖਰੀਦਾਂ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ) ਮਿਲੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇ ਦੇਣਦਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਭੁਗਤਾਨ (ਬਿੱਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਰਕਮ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਬਕਾਇਆ ਰਕਮ 'ਤੇ ਵਿਆਜ ਵਸੂਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦਾ ਵਿਆਜ ਲੇਨ (ਕਰਜ਼ੇ) ਦੇ ਵਿਆਜ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਵਿੱਤੀ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਭੁੱਲਣਾ ਸੌਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ 'ਤੇ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ ਦਾ ਇਹ ਵੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਰਜ਼ਾ (ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਬਕਾਇਆ ਰਕਮ) ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਕਰਜ਼ਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਵਧੇਰੇ ਔਖਾ ਹੋਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਸੁਸਾਇਟੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਰਜ਼ੇ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਸੁਸਾਇਟੀ
ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 527-8999
nomoredebts.org

ਆਪਣੇ ਵਿੱਤ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਘਰ ਖਰੀਦਣ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਖਰਚਾ ਦੇਣ, ਜਾਂ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋਣ (ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰਨ) ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਰਤਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਚੰਗੀ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਹੋਮ ਬਾਇਅਰਜ਼ ਪਲਾਨ (ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ) ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ (ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਬੱਚਤ ਯੋਜਨਾ) ਵਿੱਚੋਂ ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ, ਪੈਸੇ ਕਢਵਾਉਣ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਵਰਤਣ ਦਿੰਦੀ ਹੈ:



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/rrsps-related-plans/what-home-buyers-plan.html

ਰਜਿਸਟਰਡ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਅਕਾਊਂਟ (ਬੱਚਤ ਖਾਤੇ) ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਖ਼ਤ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਖਾਤੇ ਲਈ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।

ਰਜਿਸਟਰਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ (ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਬੱਚਤ ਯੋਜਨਾ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ, ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ:



canada.ca/en/services/benefits/education/education-savings.html

ਰਜਿਸਟਰਡ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਅਕਾਊਂਟ (ਬੱਚਤ ਖਾਤੇ) ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਖ਼ਤ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਖਾਤੇ ਲਈ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।



ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਲੱਭਣਾ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਇਨਵੈਸਟ (ਨਿਵੇਸ਼) ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਬੱਚਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਖੁਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਯੋਜਨਾਕਾਰ ਜਾਂ ਸਲਾਹਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ, ਜਾਂ ਟਰੱਸਟ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਵੀ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੈਂਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿੱਤੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਡਕਟ (ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ) ਵੇਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਟਰਮ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ, ਮਿਊਚੁਅਲ ਫੰਡ, ਗਾਰੰਟੀਡ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ (ਜੀ ਆਈ ਸੀ), ਅਤੇ ਟਰੈਯਰੀ ਬਿੱਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਸਟਾਕ ਮਾਰਕੀਟ ਵਿੱਚ ਵੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਵੀ ਕਮਾਉਂਦੇ, ਬਚਾਉਂਦੇ ਜਾਂ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਵੀ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਜਾਂ ਯੋਜਨਾਕਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਜਾਂ ਯੋਜਨਾਕਾਰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



canada.ca/en/financial-consumer-agency/services/savings-investments/choose-financial-advisor.html



ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ

ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਬਾਕੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਬਚਾਏ ਹੋਏ ਪੈਸੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਮਦਨ ਵਜੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ 60 ਤੋਂ 65 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਪਣੀ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਤਿੰਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਬੱਚਤ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ▶ **ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹੋ।** ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋ ਜਾਵੋਂ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਜੋਗਾ ਹੋਵੇ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਕੋਲ ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ (ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀ) ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।
- ▶ **ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ।** ਤੁਸੀਂ ਪੈਸੇ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਸਾਲ ਵਿਆਜ ਅਤੇ ਬੱਚਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਖਰਚ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ▶ **ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਦੁਆਰਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾਵਾਂ:** ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਲਾਭ ਪੈਨਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਪੈਨਸ਼ਨ ਦਾ ਮੈਨੇਜਰ ਨਿਵੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦਾ ਹੈ - ਪੈਸੇ ਦਾ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਨਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਪੈਨਸ਼ਨ ਮਿਲੇਗੀ। ਕਈ ਵਾਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਖਾਸ ਹਾਲਤਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਵੀ ਮਿਲਣਗੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਪੈਨਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਦਾਂ ਜਾਂ ਐਨਕਾਂ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਨਵੀਂ ਨੌਕਰੀ ਵਿੱਚ ਪੈਨਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਪੈਨਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਵਾਸੀ ਬਾਲਗ ਹੋ ਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵੱਸਣ ਲਈ ਆਏ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਜੋਗੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ। ਹੁਣੇ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵਿਆਜ ਕਮਾਉਗੇ।

ਇੱਕ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਪੈਸੇ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਬੱਚਤ ਖਾਤਾ ਸਰਕਾਰ (ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ, ਜਾਂ ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀ) ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨੇ ਪੈਸੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਏ, ਓਨੇ ਪੈਸੇ ਉਸ ਸਾਲ ਦੀ ਆਪਣੀ ਟੈਕਸ ਯੋਗ ਆਮਦਨ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਟਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਅਦਾ ਕਰੋਗੇ। ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/rrsps-related-plans/registered-retirement-savings-plan-rrsp.html

ਰਜਿਸਟਰਡ ਬੱਚਤ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਖ਼ਤ ਨਿਯਮ ਹਨ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਖਾਤੇ ਲਈ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ।



ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਅਰਾਈਵ ਇਨ ਕੈਨੇਡਾ

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ।



arrivein.com/finance/how-credit-cards-work-in-canada-faqs-for-newcomers

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਂਕਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ

ਬੈਂਕਿੰਗ ਦੀਆਂ ਮੂਲ ਗੱਲਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ, ਅਤੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ।

cba.ca

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਸੁਸਾਇਟੀ (ਉਧਾਰ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਦੀ ਸੰਸਥਾ)

ਮੁਫਤ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ, ਕਰਜ਼ੇ ਦੇ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੇ ਹੱਲ, ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ। ਕਰਜ਼ੇ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਨ ਅਤੇ ਬੈਂਕਰੱਪਸੀ (ਦੀਵਾਲਾ) ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਵੋ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 527-8999

nomoredebts.org

ਫਾਇਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਏਜੰਸੀ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਖਪਤਕਾਰ ਏਜੰਸੀ)

ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਨ, ਕਰਜ਼ਾ ਅਤੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਵਿੱਤੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

canada.ca/en/services/finance.html

ਫਾਇਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਏਜੰਸੀ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਖਪਤਕਾਰ ਏਜੰਸੀ)-

ਕਰਜ਼ੇ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਲਾਈਨਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਕਰਜ਼ੇ, ਪੇਅ ਡੇਅ ਲੋਨ (ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਤੱਕ ਕਰਜ਼ਾ), ਕਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਣਾ, ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਵਿਚਾਰਨਾ ਹੈ।



canada.ca/en/financial-consumer-agency/services/loans.html

**ਹੋਮ ਬਾਇਅਰਜ਼ ਪਲਾਨ (ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ)**

ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਇੱਕ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਬੱਚਤ ਯੋਜਨਾਵਾਂ (ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀਆਂ) ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਵਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/rrsps-related-plans/what-home-buyers-plan.html

ਰਜਿਸਟਰਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ (ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਬੱਚਤ ਯੋਜਨਾ)

ਉਹ ਪੈਸਾ ਜਿਹੜਾ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਰਜਿਸਟਰਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ ਵਿੱਚ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।



canada.ca/en/services/benefits/education/education-savings.html

ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ (ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਬੱਚਤ ਯੋਜਨਾ)

ਰਜਿਸਟਰਡ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲਾਨ (ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕਿਵੇਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਪਾਉਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫੰਡਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕਢਵਾਉਣਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/rrsps-related-plans/registered-retirement-savings-plan-rrsp.html



ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਇਨਕਮ (ਆਮਦਨ) ਟੈਕਸ	160
ਸੇਲਜ਼ (ਵਿੱਕਰੀ) ਟੈਕਸ	161
ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ	161
ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ	162
■ ਐਡੀਸ਼ਨਲ (ਵਧੀਕ) ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ	
ਸਪੈਕੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੱਸੀ ਟੈਕਸ (ਮਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਾਉਣ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਰੱਖਣ ਦਾ ਟੈਕਸ)	162
ਟੈਕਸ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)	163

4.8

ਟੈਕਸ



ਟੈਕਸ

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੋਕ ਜਿਹੜੀ ਕਮਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸ 'ਤੇ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਹ ਖਰੀਦਦੇ ਹਨ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਰਕਾਰਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੈਕਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੜਕਾਂ, ਪਾਰਕ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਲੋਕ ਭਲਾਈ (ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ), ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੇਣ ਲਈ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਨਕਮ (ਆਮਦਨ) ਟੈਕਸ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ (ਫਾਰਮ) ਫਾਈਲ (ਭਰੇ ਅਤੇ ਭੇਜੇ) ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਟੈਕਸ ਅਦਾ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ (ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ) ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵਿਨਿਊ ਏਜੰਸੀ (ਸੀ ਆਰ ਏ) ਨੂੰ ਭੇਜਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਉਸ ਸਾਲ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਟੈਕਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟ ਟੈਕਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਕਸ ਕ੍ਰੈਡਿਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬੈਨੀਫਿੱਟਾਂ (ਭੱਤਿਆਂ), ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਪੇਕੇਜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਰਿਟਰਨਾਂ ਫਾਈਲ (ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣ) ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਟੈਕਸ ਭਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/report-pay

ਸੀ ਆਰ ਏ ਦੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਟੈਕਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/international-non-residents/individuals-leaving-entering-canada-non-residents/newcomers-canada-immigrants.html

ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਤੋਂ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਕੱਟਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਟੌਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੀ ਆਰ ਏ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦੇਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਕਟੌਤੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟਾਂ (ਨਿਵੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਪੈਸੇ) ਤੋਂ ਹੋਈ ਕੋਈ ਵੀ ਆਮਦਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਬਾਹਰੋਂ ਹੋਈ ਆਮਦਨ ਦੀ ਵੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਕਮਾਇਆ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਅਤੇ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਭੱਤੇ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਫਾਰਮ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਟੈਕਸ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਟੈਕਸ ਫਾਰਮ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਫਾਈਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਕੰਪਿਊਟਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਫ੍ਰੀਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਟੈਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਇੱਥੇ ਲੱਭੋ:

Canada.ca/netfile

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਟੈਕਸ ਦਾ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਅਕਾਊਂਟੈਂਟ ਜਾਂ ਟੈਕਸ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਦੀਆਂ ਵੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਰ ਸਾਲ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਲੰਟੀਅਰ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅੱਧੇ ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਫਾਈਲ ਕਰਨ (ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣ) ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਵਲੰਟੀਅਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/community-volunteer-income-tax-program.html

ਆਪਣੇ ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/services/taxes/income-tax/personal-income-tax/get-ready-taxes/ways.html



ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ

ਬੀ.ਸੀ. ਹੋਮ ਓਨਰ ਗ੍ਰਾਂਟ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਅਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਹੜੇ:

- ▶ ਘਰ ਦੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਮਾਲਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ▶ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
- ▶ ਇਹ ਘਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ (ਮੁੱਖ ਨਿਵਾਸ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ ਅਤੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹੋਮ ਓਨਰ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ: gov.bc.ca/homeownergrant

ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਵਿੱਕਰੀ ਟੈਕਸ)

ਬੀ.ਸੀ. ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਖਰੀਦੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਲਗਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ "ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ" ("ਵਿੱਕਰੀ ਟੈਕਸ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਵਿੱਕਰੀ ਟੈਕਸ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿੱਲ ਵਿੱਚ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਰੋਸਰੀ ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵਿੱਕਰੀ ਟੈਕਸ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਬੀ.ਸੀ. ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਟੈਕਸ ਕ੍ਰੈਡਿਟ (ਪੇਸੇ ਲੈਣੇ) ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਸੇਲਜ਼ (ਵਿੱਕਰੀ) ਟੈਕਸ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/credits/sales-tax

ਗੁਡਜ਼ ਐਂਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਟੈਕਸ/ਹਾਰਮੋਨਾਈਜ਼ਡ ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਜੀ ਐੱਸ ਟੀ/ਐੱਚ ਐੱਸ ਟੀ) ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ)। **ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਡਿਫਰਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ** (ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਦੇਣ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਪਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਸਧਾਰਨ-ਵਿਆਜ ਵਾਲਾ ਕਰਜ਼ਾ ਦੇਣ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਘਰ ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਸਧਾਰਨ-ਵਿਆਜ ਵਾਲੇ ਕਰਜ਼ੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਉਸ ਰਕਮ 'ਤੇ ਵਿਆਜ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰਨ ਦੀ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਪੁੱਜਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਘਰ ਵੇਚ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ, ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਘਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ (ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਨਾਮ ਕਰਨਾ) ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

gov.bc.ca/propertytaxdeferment



ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਵਜੋਂ ਰਜਿਸਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax

ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ 'ਚ ਛੋਟਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ:



gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax/exemptions

ਐਡੀਸ਼ਨਲ (ਵਧੀਕ) ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨਾਗਰਿਕ, ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਟਰੱਸਟੀ ਜਿਸ ਲਈ ਟੈਕਸ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਕੁਝ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਵਧੀਕ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax/additional-property-transfer-tax

ਸਪੈਕੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੈਂਸੀ ਟੈਕਸ (ਮਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਾਉਣ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਰੱਖਣ ਦਾ ਟੈਕਸ)

ਸਪੈਕੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੈਂਸੀ ਟੈਕਸ ਇੱਕ ਸਾਲਾਨਾ ਟੈਕਸ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਘਰ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਸਪੈਕੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੈਂਸੀ ਟੈਕਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ:



gov.bc.ca/gov/content/taxes/speculation-vacancy-tax

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਸਪੈਕੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੈਂਸੀ ਟੈਕਸ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੈ:



map-spec-tax-areas.apps.gov.bc.ca

ਸਰਕਾਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਭੱਤੇ)

ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਈਲਡ ਬੈਨੀਫਿੱਟ

ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਈਲਡ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਸੀ ਸੀ ਬੀ) 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਰਕਮ ਹੈ। ਸੀ ਸੀ ਬੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html

ਬੀ.ਸੀ. ਫੈਮਲੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ

ਬੀ.ਸੀ. ਫੈਮਲੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਪੈਸਾ) ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਈਲਡ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੀ.ਸੀ. ਫੈਮਲੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਫੈਮਲੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/affordability/family-benefit



ਟੈਕਸ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਬੀ.ਸੀ. ਫੈਮਲੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟ

18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ ਮਾਸਿਕ ਭੁਗਤਾਨ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 387-1193



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/affordability/family-benefit

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਭੱਤੇ), ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਅਤੇ ਟੈਕਸ

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਬੈਨੀਫਿੱਟ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਅਤੇ ਟੈਕਸਾਂ ਬਾਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵਿਨਿਊ ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 387-1193



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/international-non-residents/individuals-leaving-entering-canada-non-residents/newcomers-canada-immigrants.html

ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਈਲਡ ਬੈਨੀਫਿੱਟ

18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ ਰਕਮ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 387-1193



canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਲੰਟੀਅਰ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਸੀ ਵੀ ਆਈ ਟੀ ਪੀ)

ਮੁਫਤ ਟੈਕਸ ਕਲੀਨਿਕ ਜਿੱਥੇ ਵਲੰਟੀਅਰ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਧਾਰਨ ਟੈਕਸ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਭਰਦੇ ਹਨ।



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/community-volunteer-income-tax-program.html

ਗੁੱਡਜ਼ ਐਂਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਟੈਕਸ/ਹਾਰਮੋਨਾਈਜ਼ਡ ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਜੀ ਐੱਸ ਟੀ/ਐੱਚ ਐੱਸ ਟੀ) ਕ੍ਰੈਡਿਟ

ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਰਕਮ ਜਿਹੜੀ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਜੀ ਐੱਸ ਟੀ ਜਾਂ ਐੱਚ ਐੱਸ ਟੀ ਨੂੰ ਸਾਵਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।



canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html

**ਹੋਮ ਓਨਰ ਗ੍ਰਾਂਟ**

ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ (ਮੁੱਖ ਨਿਵਾਸ ਸਥਾਨ) 'ਤੇ ਹਰ ਸਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ।

gov.bc.ca/homeownergrant

ਪਰਸਨਲ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ (ਨਿੱਜੀ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ)

ਨਿੱਜੀ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/

ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ

ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਟੈਕਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax

ਸਪੈਕੂਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਵੇਕੈਂਸੀ ਟੈਕਸ

ਮਾਲਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਾਲਾਨਾ ਟੈਕਸ।



gov.bc.ca/gov/content/taxes/speculation-vacancy-tax

ਟੈਕਸ ਫਾਈਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਟੈਕਸ ਦੇ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਭੇਜਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



canada.ca/en/services/taxes/income-tax/personal-income-tax/get-ready-taxes/ways.html



ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਅਧਿਆਇ 5 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ	166
ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ	169
ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ	169
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ..... 	176
ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ.....	176
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਹੈਜ਼ਿਊਮੇ ■ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ■ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਇੰਟਰਵਿਊ ■ ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ■ ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ 	
ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ	180
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਕੰਮ ਲਈ ਤਨਖਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ■ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ■ ਕੰਮ ਦੇ ਘੱਟੇ ਅਤੇ ਓਵਰਟਾਈਮ ■ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ■ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣੀ ■ ਨੌਕਰੀ ਛੱਡਣੀ, ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਹੋਣੀ ■ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨੀ ■ ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ■ ਯੂਨੀਅਨਾਂ 	
ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z).....	189

5

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ



ਅਧਿਆਇ 5 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਅਪ੍ਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿਪ: ਕਿਸੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਟਰੇਡ (ਹੁਨਰੀ ਕੰਮ) ਜਾਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ। ਅਪ੍ਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿਪ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਹੱਥੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਬਣਨ ਲਈ ਤਜਰਬਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ : ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਬੂਤ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਨਰ ਜਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੁਝ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੋਰਸ ਪੂਰੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲਈ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਇੱਕ ਰੈਗੂਲੇਟਡ ਇੰਡਸਟਰੀ (ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੇ ਉਦਯੋਗ) ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਲੀਰ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੇ ਵਰਕਰ (ਸਹਿਕਰਮੀ) ਜਾਂ ਐਸੋਸੀਏਟ (ਸਹਿਯੋਗੀ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੰਪਨੀਮੈਨ (ਮੁਆਵਜ਼ਾ): ਉਹ ਪੈਸਾ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੁਆਚ ਗਈ, ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਈ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆ ਗਈ, ਚੀਜ਼ ਦੇ ਬਦਲੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਆਮਦਨ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੌਨਫੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ (ਗੁਪਤ): ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰਨਾ। ਗੁਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵੇਰਵੇ, ਭੇਦ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਡੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲਜ਼ (ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ): ਸਬੂਤ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਨੌਕਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ, ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਤਜਰਬਾ ਹੈ।

ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀ (ਅਪਾਹਜਤਾ): ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਜਿਹੜੀ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਪਾਹਜਤਾ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਅਪਾਹਜਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਬੋਲਣ, ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਹਿੱਲਣ-ਜੁੱਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਡਿਸਮਿਸ (ਬਰਖ਼ਾਸਤਗੀ): ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਸਿਰਫ਼ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਜਾਂ ਵਿਹਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਅਕਸਰ "ਫਾਇਰਡ" ("ਬਰਖ਼ਾਸਤ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇੰਪ੍ਰੋਲੋਆਈ (ਕਰਮਚਾਰੀ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਇੰਪੁਲੋਇਅਰ (ਕੰਮ-ਮਾਲਕ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਕੰਪਨੀ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਫਾਇਰ (ਬਰਖ਼ਾਸਤ): "ਡਿਸਮਿਸ" ਵੇਖੋ

ਲੇਅ ਆਫ਼: ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕੰਪਨੀ ਕਿਸੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਕੋਲ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਰੱਖੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕੰਮ ਜਾਂ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕੁਝ ਗਲਤ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ, ਜਦੋਂ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੰਮ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ (ਵਿਚੋਲਗੀ): ਅਸਹਿਮਤੀ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਜਿੱਥੇ 2 ਲੋਕ ਜਾਂ ਗਰੁੱਪ ਕਿਸੇ ਤੀਜੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੀਡੀਏਟਰ (ਵਿਚੋਲਾ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਚੋਲਾ ਨਿਰਪੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਰਾਏ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦਾ ਪੱਖ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ। ਵਿਚੋਲਾ ਦੋਵਾਂ ਧਿਰਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇੱਕ ਜਾਇਜ਼ ਹੱਲ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ: ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਹਾਈ ਸਕੂਲ) ਪੂਰਾ ਕਰ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ, ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਗ੍ਰੇਡ 12 'ਤੇ ਖਤਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਕਾਲਜ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਤਕਨੀਕੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ (ਪੇਸ਼ਾਵਰ): ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਿਆਰਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਵਾਲਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ। ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਪੇਸ਼ੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਗਰੁੱਪ ਜਾਂ ਸੰਗਠਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਮਿਆਰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਵਿਰੁੱਧ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਸੰਗਠਨ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ। ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ।

ਸਪਾਊਸ: ਇੱਕ ਪਤੀ ਜਾਂ ਪਤਨੀ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਪਾਊਸ (ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ) ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹ ਹੋਏ ਹੋ ਜਾਂ ਵਿਆਹ ਹੋਏ ਸੀ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਿਆਹ ਵਰਗੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ।

ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ): ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ, ਚਾਲ-ਚੱਲਣ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਨਿੱਜੀ ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਰੈਗੂਲੇਟਡ ਇੰਡਸਟਰੀ (ਨਿਯਮਬੱਧ ਉਦਯੋਗ): ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਜਿਸ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਯਮ ਕੰਮ ਨੂੰ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਿਯਮਬੱਧ ਉਦਯੋਗਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਬੈਂਕਿੰਗ ਅਤੇ ਖਾਣੇ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਨਿਯਮਬੱਧ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਮਿਆਰਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਇੱਕ ਖਾਸ ਪੱਧਰ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ: ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਜਾਂ ਸੰਗਠਨ ਜਿਹੜਾ ਕੁਝ ਖਾਸ ਉਦਯੋਗਾਂ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲਈ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਾਮੀਲ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਾਰੋਬਾਰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਇੱਕ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਚੈੱਕ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਟਰਮੀਨੇਸ਼ਨ (ਬਰਖ਼ਾਸਤਗੀ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਨੌਕਰੀ ਖਤਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਸੰਸਥਾ ਲਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿਸਮਿਸ ਕਰਨਾ (ਫਾਇਰ ਕਰਨਾ) ਜਾਂ ਕੰਮ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਖਤਮ ਹੋਣਾ।

ਯੂਨੀਅਨ: ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਜਿਹੜਾ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਕੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੂਨੀਅਨ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਤਨਖ਼ਾਹ, ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂਵਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਸਲੂਕ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਯੂਨੀਅਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ।



ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਉਸ ਦੇਸ਼ ਜਾਂ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋ। ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ।

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ) ਇੱਕ 9-ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਪਛਾਣ ਨੰਬਰ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਬੈਨੀਫਿਟ (ਭੱਤਿਆਂ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਐਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਕੈਨੇਡਾ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਕੈਨੇਡਾ)

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 274-6627

canada.ca/social-insurance-number

ਤੁਹਾਡਾ ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ ਗੁਪਤ (ਨਿੱਜੀ) ਹੈ। ਆਪਣੇ ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ:



canada.ca/en/employment-social-development/services/sin-protection.html

ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਨੌਕਰੀਆਂ ਰੈਗੂਲੇਟਡ (ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੀਆਂ) ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਵੀ ਸ਼ਬਦ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ "ਸਟਰੀਫਾਈਡ" ("ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ")। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ "ਆਬੋਰਾਈਜ਼ਡ", "ਡੈਜ਼ੀਗਨੇਟਿਡ", "ਲਾਇਸੈਂਸਡ", "ਮੈਂਬਰ", ਜਾਂ "ਰਜਿਸਟਰਡ" ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਰੈਗੂਲੇਟਡ ਨੌਕਰੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੇ ਪੇਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲਜ਼ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ ਐਕਟ

(ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਐਕਟ) 2024 ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੋਇਆ। ਇਹ ਨਵਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਤੇਜ਼, ਨਿਰਪੱਖ ਅਤੇ ਸੌਖਾ ਬਣਾ ਕੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ 18 ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਅਤੇ 29 ਪੇਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਐਕਟ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸ਼ੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities/oicr/about/regulatory-authorities

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲਜ਼ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ ਐਕਟ (ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਐਕਟ) ਇਹ ਬਦਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਕੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਐਕਟ:

- ▶ ਕੈਨੇਡਾਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਦੀਆਂ ਅਣਉੱਚਿਤ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ▶ ਜੇਕਰ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਵੈਲਿਡ (ਯੋਗ) ਨਤੀਜੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਵੇਂ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ▶ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਇਕੋ-ਜਿੰਨੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਲੈਣ
- ▶ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ ਦਾ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐਕਟ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ (ਓ ਆਈ ਸੀ ਆਰ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਆਫ਼ਿਸ ਫਾਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ

ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ

ਈਮੇਲ: FairCredentials@gov.bc.ca



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities/oicr



ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਲਈ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ (ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ) ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ:

- ▶ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਗਏ
- ▶ ਕਾਲਜ ਗਏ
- ▶ ਇੱਕ ਅਪ੍ਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿਪ ਕੀਤੀ ਸੀ
- ▶ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਡਿਪਲੋਮਾ, ਜਾਂ ਡਿੱਗਰੀ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ
- ▶ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਟਾਈਟਲ (ਸੰਬੰਧਨ) ਜਾਂ ਰੁਤਬੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਏ
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਛਲੇ ਕੰਮ ਲਈ ਲਸੰਸ, ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ

ਕਦਮ 1: ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

1. jobbank.gc.ca 'ਤੇ ਜਾਓ
2. "ਕਰੀਅਰ ਪਲੈਨਿੰਗ" 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ, ਫਿਰ "ਜੋਬ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲਜ਼" 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
3. ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਟਾਈਪ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗੀ। ਉਸ ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਚੁਣੋ ਜਿਹੜੀ

- ਤੁਹਾਡੀ ਨੌਕਰੀ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਿਲਦੀ-ਜੁਲਦੀ ਹੋਵੇ।
4. ਅੱਗੇ, ਇਲਾਕਾ ਚੁਣੋ: "ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ"। "ਸਰਚ" 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
 5. ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਨਾਮ ਹੇਠ, "ਰਿਕ੍ਰੂਆਇਰਮੈਂਟਸ" ("ਸ਼ਰਤਾਂ") 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
 6. "ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਲਾਇਸੈਂਸਿੰਗ" ਭਾਗ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ "ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਬਾਡੀ" (ਜਿਸ ਨੂੰ "ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਲਿੰਕ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਦਫ਼ਤਰ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਦੇ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਸ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।
 7. ਜੱਥ ਬੈਂਕ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿੱਤਾ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰੈਗੂਲੇਟਡ (ਨਿਯਮਬੱਧ) ਹੈ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਡਿਊਟੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਨੌਕਰੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਵੀ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕਿਸ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ।





ਕਦਮ 2: ਆਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ

ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਕੋਲ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities

ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਅਧਿਕਾਰਤ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਭੇਜਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹੁੰਚਣ ਸਾਰ ਹੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

- ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ (ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ) ਬਾਰੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਦੁਆਰਾ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
- ਅਰਜ਼ੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੇ ਨਿਯਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਹਵਾਲਾ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਖਰਚਿਆਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਡਾਲਰ ਇਕੱਠੇ ਕਰੋ। ਇਸ 'ਤੇ ਸੈਂਕੜੇ - ਜਾਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਡਾਲਰ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਡਾਲਰ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੀਸਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਘੱਟ ਵਿਆਜ ਵਾਲਾ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕਰੀਅਰ ਪਾਥਸ (ਕਿੱਤੇ ਦੇ ਰਾਹ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਿਖਲਾਈ ਜਾਂ ਲਮੀਸਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ:



welcomebc.ca/work-in-b-c/career-paths-for-skilled-immigrants

- ▶ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਫ਼ੀਸਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਕਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਘੱਟ ਵਿਆਜ ਵਾਲੇ ਕਰਜ਼ੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ:

- **ਐੱਸ ਯੂ ਸੀ ਸੀ ਈ ਐੱਸ ਐੱਸ:** successbc.ca/fcr
- **ਪੀ ਆਈ ਸੀ ਐੱਸ:** fcrloans.ca/brands/pics
- **ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਬੀ ਸੀ:** issbc.org/our-services/fcrloans



ਕਦਮ 3: ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੋ

ਹਰੇਕ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੀਆਂ ਲਸੰਸ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਇਹ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ▶ ਉਸ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਤੋਂ ਟ੍ਰਾਂਸਕ੍ਰਿਪਟਾਂ (ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਸਾਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ) ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੇਸ਼ੇ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਨੂੰ ਟ੍ਰਾਂਸਕ੍ਰਿਪਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਨਤੀਜੇ। ਆਪਣੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕਦੋਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀ ਕੋਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਗਾਈਡ ਹੈ। ਕੁਝ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਤੀਜੀ-ਪਿਰ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਮੁਹਾਰਤ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹੋਣ।
- ▶ ਕੁਝ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀਆਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਮੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦਿਖਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੰਮ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਬਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਅਜੇ ਵੀ ਹੋਰ ਕੁਝ ਕਰਨਾ ਬਾਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਤਜਰਬੇ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਹਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਨੌਕਰੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ
- ▶ ਤੁਹਾਡਾ ਇੰਟਰਵਿਊ
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮੰਗ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਐਕਟ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖੇ ਜਾ ਸਕਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਦਮ 4: ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਲਓ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ", "ਬ੍ਰਿਜ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ", ਜਾਂ "ਬ੍ਰਿਜਿੰਗ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਜਾਂ ਬ੍ਰਿਜਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿੱਤੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਿੱਤੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਪਲੈਨਰਬੀਸੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: educationplannerbc.ca/search

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਾਖਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਅਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਥਾਰਿਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution

ਤੁਸੀਂ ਫਾਈਂਡ ਯੂਅਰ ਪਾਥ (ਆਪਣਾ ਰਾਹ ਲੱਭੋ) 'ਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ:

educationplannerbc.ca/find-your-path



ਵਰਕਬੀਸੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿੱਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਆਰਥਿਕਤਾ, ਉਦਯੋਗਾਂ ਅਤੇ ਜੌਬ ਮਾਰਕੀਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਰਕਬੀਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 952 6914

workbc.ca

ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 16 ਸਾਲ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ ਸਮੇਤ, ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ:



workbc.ca/discover-employment-services/workbc-centres/employment-services-eligibility

ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੇ ਮੁਫਤ ਵਸੀਲੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਲਈ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੱਸ ਦਾ ਪਾਸ ਜਾਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬੂਟ। ਉਹ ਹਨਰ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕੱਚੀ ਨੌਕਰੀ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੇ ਸੈਂਟਰ ਇਹ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹ
- ▶ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ
- ▶ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ
- ▶ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜ
- ▶ ਕੰਪਿਊਟਰ ਅਤੇ ਫੋਟੋ ਕਾਪੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ ਸਮੇਤ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਮੁਫਤ ਵਰਤੋਂ
- ▶ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ
- ▶ ਮੁੱਢਲਾ ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ
- ▶ ਪੈਸੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਲੈਣ ਲਈ ਰੱਖਵਾਉਣਾ
- ▶ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ
- ▶ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮੁਲਾਂਕਣ
- ▶ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ▶ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ
- ▶ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ
- ▶ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਦਦ
- ▶ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਆਵਾਜਾਈ, ਕੰਮ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਸੰਦ, ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ

ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜਲੇ ਵਰਕਸੇਫ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਲੱਭੋ:

WorkBCCentres.ca



ਕਰੀਅਰ ਪਾਥਸ ਫਾਰ ਸਕਿਲਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟਸ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕਿੱਤੇ ਦੇ ਰਾਹ) ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤਜਰਬੇ ਅਤੇ ਪਿਛੋਕੜ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਨੌਕਰੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ
- ▶ ਕਿੱਤੇ ਸਬੰਧੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਕੋਚਿੰਗ
- ▶ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ (ਜਾਂਚਣਾ)
- ▶ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ
- ▶ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ (ਮੈਨਟਰਜ਼) ਨਾਲ ਜੋੜਣਾ
- ▶ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣ ਜਾਂ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ (ਪੈਸੇ)
- ▶ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਲੈਣ ਦੇ ਮੌਕੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿੱਤੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮਾਨਤਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਰੀਅਰ ਪਾਥਸ ਫਾਰ ਸਕਿਲਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਚੋਣਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ: welcomebc.ca/careerpaths

ਸਕਿੱਲਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਇਨਫੋਰਮੈਂਟਰ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਕੇਂਦਰ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਸ ਨੌਕਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਨੌਕਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ ਜਾਂ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਦਫ਼ਤਰ ਵੈਨਕੂਵਰ ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਸਕਿੱਲਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਇਨਫੋਰਮੈਂਟਰ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਕੇਂਦਰ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 331-3603

350 West Georgia Street, Vancouver

vpl.ca/siic

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ **ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ** ਕੋਲ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. 'ਚ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪੁਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, **ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ** ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents



ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਸੀਲੇ ਹਨ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਗੇ ਕਿ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਉਣਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਲਿਖਣ, ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਲੋਕ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇਹ ਵੀ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕੰਮ ਕਿੱਥੇ ਲੱਭਣਾ ਹੈ। ਚੇਸਤਾਂ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਅਖ਼ਬਾਰ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਖ਼ਬਾਰ ਦਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

ਕੁਝ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ 'ਤੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਭਾਲ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ, ਕੈਫੇ ਅਤੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। "ਹੈਲਪ ਵਾਂਟਡ" ("ਮਦਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ"), "ਹਾਇਰਿੰਗ" ("ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖ ਰਹੇ ਹਾਂ"), ਜਾਂ "ਸੀਕਿੰਗ" ("ਭਾਲ ਰਹੇ ਹਾਂ") ਵਾਲੇ ਪੋਸਟਰਾਂ 'ਤੇ ਨਿਗ੍ਹਾ ਰੱਖੋ। ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੇਂਦਰਾਂ ਅਤੇ ਗਰੋਸਰੀ ਦੇ ਸਟੋਰਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਪੋਸਟਰ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਕੰਮ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਭਾਗ (ਟੀਮਾਂ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਨਵੇਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਪਰਸਨਿਲ ਜਾਂ ਹਿਊਮਨ ਰਿਸੋਰਸਜ਼ (ਅੱਚ ਆਰ) ਵਿਭਾਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਹਸਪਤਾਲ, ਹੋਟਲ, ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅੱਚ ਆਰ ਵਿਭਾਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਅੱਚ ਆਰ ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ

ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਅਤੇ ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਮੰਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਸੀ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਲਈ ਕੰਮ ਕੀਤਾ, ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੀਤਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਕਿਵੇਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਪੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ 1 ਪੰਨੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨੌਕਰੀ ਕਿਉਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਚੰਗੇ ਹੋਵੋਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਪੂਰੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ—ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ, ਈਮੇਲ ਪਤਾ, ਅਤੇ ਘਰ ਦਾ ਪਤਾ। ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਜਾਣਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੰਪਨੀ ਤੁਹਾਡਾ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਅਤੇ ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਈਮੇਲ ਦੁਆਰਾ, ਕਿਸੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ, ਜਾਂ ਕਾਰਜ 'ਤੇ ਛਪੀ ਹੋਈ।

ਆਪਣਾ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਅਤੇ ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਕਿਵੇਂ ਲਿਖਣੇ ਹਨ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:

workbc.ca/search-and-prepare-job

ਵਰਕਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਮੁਫ਼ਤ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਵੀ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਕੇਂਦਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:

workbccentres.ca

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਜੋਬ ਬੈਂਕ ਦੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਭਾਲ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਲਿਖਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:

jobbank.gc.ca/findajob/resume-builder



ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣੀ) (ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ) ਦੇ ਕੋਰਸ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕਾਂ, ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਕੋਰਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਟਿਊਸ਼ਨ ਫ੍ਰੀਸ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਅਦਾ ਕਰਨੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading-learn-english

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ **ਪੰਨਾ 224 'ਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਵੇਖੋ।**

ਅਰਜ਼ੀਆਂ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪਤਾ, ਫੋਨ ਨੰਬਰ, ਕੰਮ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ, ਅਤੇ ਹਵਾਲੇ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ) ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਚਾਹੁਣਗੀਆਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆ ਕੇ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰੋ। ਦੂਜੀਆਂ ਸਿਰਫ਼ ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਕਿਵੇਂ ਲਿਖਣਾ ਹੈ, ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਨੌਟਵਰਕ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣਾ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ), ਅਤੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਵਿਊ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਅਤੇ ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਪਸੰਦ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਦੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਫੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੇਗਾ। ਉਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ▶ ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਕਿਉਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?
- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਉਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ?
- ▶ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹੋਰ ਨੌਕਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਾ ਦਿਓ। ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ।

ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਇਹ ਵੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੰਪਨੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ। ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਫਰਜ਼ਾਂ, ਤਨਖ਼ਾਹਾਂ, ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ, ਭੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਵਰਕਬੀਸੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ, ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਿੱਖੋ:
workbc.ca/search-and-prepare-job

ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ (ਹਵਾਲੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ)

ਰੈਫਰੈਂਸਜ਼ ਉਹ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਫਰੈਂਸ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਫਰੈਂਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੈਫਰੈਂਸ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਪਤਾ) ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਥੇ ਕੋਈ ਹਵਾਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਕੰਮ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਲੈਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹਵਾਲਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਬਣ ਜਾਣਗੇ। [ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨ](#) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 18 ਵੇਖੋ](#)।

ਵਰਕਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਮੌਕਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਲੰਟੀਅਰ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਲੈ ਸਕੋ:
WorkBCCentres.ca

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਰਿਕਾਰਡ ਚੈੱਕ (ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਬਾਰੇ ਜਾਂਚਾਂ)

ਕੁਝ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਰਿਕਾਰਡ ਚੈੱਕ (ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਬਾਰੇ ਜਾਂਚ) ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਜਾਂਚ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਅਧਿਕਾਰਤ ਰਿਪੋਰਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਕਾਰਵਾਈ (ਕਾਨੂੰਨ ਤੋੜਨ) ਲਈ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਇਆ ਜਾ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ (ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ)। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਕੰਮ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਰ ਕੁਝ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਕੰਪਨੀਆਂ - ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਜਾਂਚ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:

justice.gov.bc.ca/eCRC/home.htm

ਬੀ.ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ

ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ, ਜੋ ਬੀ.ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ (ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕੋਡ) ਦੇ ਅਧੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ, ਦੇ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਦਾ ਰੰਗ, ਨਸਲ, ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਾਲਤ, ਜਿਹੜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਧਰਮ, ਲਿੰਗ, ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ, ਉਮਰ, ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 775-2000

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 440-8844

bchrt.bc.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕੋਡ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ), ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



bchrt.bc.ca/human-rights-duties/index.htm



ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਉਪਕਰਨ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿ ਸਕੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੱਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾ ਰਹਿ ਸਕਣ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ (ਆਮਦਨ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਪੈਸੇ) ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ 'ਤੇ ਕੋਈ ਹਾਦਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਕੋਲ ਇੱਕ ਫਸਟ ਏਡ ਅਟੈਂਡੈਂਟ (ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਿਸ ਨੇ ਮੁੱਢਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾ ਕੇ ਮਿਲੋ। ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਜਾਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਹਾਦਸੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹਾਦਸੇ ਦਾ ਗਵਾਹ (ਜਿਸ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਹੋਵੇ) ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜੋ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਰਿਪੋਰਟ ਫਾਰਮ ਭਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਪਨੀ ਕੋਲ ਇਹ ਫਾਰਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ ਦੀ ਟੈਲੀਕੋਲਮ ਫੋਨ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 967-5377



worksafebc.com/en/claims/report-workplace-injury-illness

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਏ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੱਟ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ 170 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੋਲ ਰਵਾਇਤੀ ਅਤੇ ਸਰਲ ਚੀਨੀ, ਪੰਜਾਬੀ, ਕੋਰੀਆਈ, ਵੀਅਤਨਾਮੀ, ਸਪੇਨੀ ਅਤੇ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਵਿੱਚ ਛਾਪੀ ਹੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਹੈ।



ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਲਈ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੇਣ, ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਲਈ ਮਾਪਦੰਡ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਦੰਡ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਾਰਤਾਲਾਪ, ਨਿਰਪੱਖ ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਜੀਵਨ ਦੇ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੰਮ ਲਈ ਤਨਖ਼ਾਹ ਲੈਣੀ

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਪੇਅ ਪੀਰੀਅਡ (ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੀ ਮਿਆਦ) ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮਿਨੀਮਮ ਵੇਜ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ) ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਵੇ ਵਾਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪੇਅ ਪੀਰੀਅਡ (ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੀ ਮਿਆਦ) 16 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਓਵਰਟਾਈਮ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਸਮੇਤ, ਕਮਾਈ ਕੀਤੀ ਸਾਰੀ ਰਕਮ, ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੀ ਮਿਆਦ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ 8 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਐਨੁਅਲ ਵੇਕੇਸ਼ਨ (ਸਾਲਾਨਾ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ) ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਟਾਈਮ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਪਈ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ ਪੇਅ ਪੀਰੀਅਡ ਦੇ ਅੰਦਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤਨਖ਼ਾਹਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮੁਦਰਾ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਭੁਗਤਾਨ ਕੈਸ਼ (ਨਕਦ), ਚੈੱਕ, ਬੈਂਕ ਡਰਾਫਟ, ਜਾਂ ਮਨੀ ਆਰਡਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਡਾਇਰੈਕਟ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ (ਸਿੱਧਾ ਜਮ੍ਹਾਂ) ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਸ ਦੀ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਹਿਮਤੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਇਹ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੁਲੈਕਟਿਵ ਐਗਰੀਮੈਂਟ (ਸਮੂਹਿਕ ਸਮਝੌਤੇ) ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਖੇਤ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੇ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਲਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸਿੱਧਾ ਤਨਖ਼ਾਹਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਨੌਕਰੀ ਖਤਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅੰਤਿਮ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages

ਮਿਨੀਮਮ ਵੇਜ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਇਸ ਵੇਲੇ 17.40 ਡਾਲਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਹੈ (1 ਜੂਨ, 2024 ਤੱਕ)। ਇਹ ਘੱਟੇ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੋਵੇ—ਘੱਟੇ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ, ਸੈਲਰੀ (ਤਨਖ਼ਾਹ), ਕਮਿਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਇਨਸੈਂਟਿਵ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੋਵੇ। ਖਾਸ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪੀਸ ਰੇਟ ਅਨੁਸਾਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀ ਨਗ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਨੂੰ ਪੀਸ ਰੇਟ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੀਸ ਰੇਟ ਕੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਤਨਖ਼ਾਹ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਦਰ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)। ਮਿਨੀਮਮ ਵੇਜ (ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages/minimum-wage



ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ



ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਐਕਟ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਇਸ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਬਰਾਂਚ ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਐਕਟ ਅਤੇ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਭਾਲਦੀ ਹੈ।

ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਬਰਾਂਚ

(ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਿਆਰ ਸ਼ਾਖਾ)

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 833 236-3700



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards

ਹਰ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਜਾਂ ਕੰਮ ਦੀ ਕਿਸਮ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ, ਕਾਮੇ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਮਿਆਰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਿਯਮ ਬੱਧ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਬਰਾਂਚ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਿਆਰ ਸ਼ਾਖਾ) ਦੀ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/do-employment-standards-apply-to-you

ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਰਸਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/complaint-process

ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕਾਉਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-10-section-83



ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਓਵਰਟਾਈਮ

ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਤਹਿ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਹਰ ਦਿਨ ਜਾਂ ਕਈ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਸੀਨਿਆਰਿਟੀ ਜਾਂ ਉਪਲਬਧਤਾ, ਜਾਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਦੁਆਰਾ ਚੁਣੇ ਗਏ ਹੋਰ ਮਾਪਦੰਡਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤਹਿ ਕੀਤੇ ਗਏ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਪਹੁੰਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੰਮ ਦੇ ਸਟੈਂਡਰਡ (ਆਮ) ਘੰਟੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 8 ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 40 ਘੰਟੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਹਫ਼ਤਾ ਐਤਵਾਰ ਤੋਂ ਸਨਿੱਚਰਵਾਰ ਤੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਇੱਕ ਬੱਝਵੀਂ ਮਿਆਦ ਦੇ ਔਸਤ ਸਮੇਂ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਤਹਿਤ ਜਾਂ ਸਟੈਂਡਰਡ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੇ ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਖਾਸ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੰਮ ਦੇ ਸਟੈਂਡਰਡ ਘੰਟੇ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਓਵਰਟਾਈਮ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 8 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 40 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਓਵਰਟਾਈਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ (ਨਿਯਮਤ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ) ਲਈ ਡੇਢ ਗੁਣਾ ਜਾਂ ਦੁੱਗਣਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਸੱਦਿਆ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਮਿਥੇ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 32 ਘੰਟੇ ਲਗਾਤਾਰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਸਮਾਂ ਮਿਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਾਰਨ), ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਸ਼ਿਫਟਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 8 ਘੰਟੇ ਦਾ ਖਾਲੀ ਸਮਾਂ ਮਿਲਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਘੰਟੇ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਹੋਰ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੋੜ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਓਵਰਟਾਈਮ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਸ਼ਿਫਟਾਂ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਸ਼ਰਤ ਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਕੋਲ ਕੰਮ ਤੋਂ ਲੋੜੀਂਦਾ ਖਾਲੀ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਿਫਟਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਸ਼ਿਫਟ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਲਗਾਤਾਰ 5 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਬਿਨਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਵਾਲੀ ਖਾਣੇ ਦੀ ਬ੍ਰੇਕ (ਛੁੱਟੀ) ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖਾਣੇ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਨ (ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ) ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਖਾਣੇ ਦੀ ਬ੍ਰੇਕ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਖਾਣੇ ਦੀ ਬ੍ਰੇਕ ਦੌਰਾਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਓਵਰਟਾਈਮ ਤਨਖ਼ਾਹ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

ਸਪਲਿਟ ਸ਼ਿਫਟ ਇੱਕ ਕੰਮ ਦੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਕੰਮ ਦੇ ਵੱਖਰੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਦੀ ਹੈ। ਕਰਮਚਾਰੀ ਦਾ ਕੰਮ ਦਾ ਦਿਨ ਸਾਰੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦਾ ਕੁੱਲ ਜੋੜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਪਲਿਟ ਸ਼ਿਫਟ (ਬ੍ਰੇਕਾਂ ਸਮੇਤ) ਨੂੰ 12-ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours

ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਿਨ ਦੀ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਕਰਮਚਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/statutory-holidays



ਛੁੱਟੀ ਲੈਣੀ

1 ਸਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੇਕੇਸ਼ਨ (ਛੁੱਟੀਆਂ) ਦੇ ਦਿਨ ਮਿਲਦੇ ਹਨ-ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੇ ਨਾਲ ਛੁੱਟੀ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਬਣੇ ਹਾਲਤਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਵੇਕੇਸ਼ਨ (ਛੁੱਟੀਆਂ) ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਵੇਕੇਸ਼ਨ (ਛੁੱਟੀਆਂ) ਦਾ ਸਮਾਂ ਤਹਿ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਚਾਨਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਛੁੱਟੀ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਰਮਚਾਰੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਲੀਵ ਆਫ਼ ਐਬਸੈਂਸ (ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਛੁੱਟੀ) ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਿੱਚ ਅਚਾਨਕ ਵਿਘਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਤੋਂ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[gov.bc.ca/gov/content/
employment-business/
employment-standards-advice/
employment-standards/time-off](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off)



ਵਸੀਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ 'ਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਨੌਕਰੀ ਛੱਡਣੀ, ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਹੋਣੀ

ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਨੌਕਰੀ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਨੌਕਰੀ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਲੀਵ ਆਫ਼ ਐਬਸੈਂਸ (ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਛੁੱਟੀ) ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਕਰਮਚਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਨੌਕਰੀ ਕੀਤੀ ਸੀ ਉਸ ਲਈ ਕੰਪਨਸੇਸ਼ਨ (ਮੁਆਵਜ਼ਾ) ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਲਿਖਤੀ ਵਰਕਿੰਗ ਨੋਟਿਸ ਜਾਂ ਤਨਖ਼ਾਹ (ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਅਰਸੇ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦੇ ਕੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਨੋਟਿਸ ਅਤੇ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੋਵੇਂ ਇਕੱਠੇ ਦੇਣ ਦੀ ਚੋਣ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟੈਂਪੂਰੇਰੀ ਲੇਅ ਆਫ਼ (ਕੱਚੀ ਛਾਂਟੀ) ਉਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਆਪਣੀ ਨਿਯਮਤ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦਾ 50% ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ - ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਆਮ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕੰਮ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਹਾਲਤਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਹੀ ਸਥਾਨ 'ਤੇ 50 ਜਾਂ ਵੱਧ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਛਾਂਟੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਲਈ ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਕਿਰਤ ਮੰਤਰੀ, ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟਰੇਡ ਯੂਨੀਅਨ ਨੂੰ ਗਰੁੱਪ ਟਰਮੀਨੇਸ਼ਨ (ਸਮੂਹ ਛਾਂਟੀ) ਦਾ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਨੌਕਰੀ ਛੱਡਣ, ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[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)



ਸਿੱਕਨੈੱਸ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਭੱਤੇ)

ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ, ਉਹ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਰਮਚਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀ ਕਲੰਡਰ ਸਾਲ 5 ਦਿਨ ਤਨਖ਼ਾਹ ਸਮੇਤ ਅਤੇ 3 ਦਿਨ ਤਨਖ਼ਾਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨੌਕਰੀ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਛੁੱਟੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਛੁੱਟੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 90 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਉਚਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹਨ, ਅਤੇ ਛੁੱਟੀ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ, ਜ਼ਖ਼ਮੀ, ਜਾਂ ਕੁਆਰੰਟੀਨ (ਵੱਖਰੇ ਰੱਖਣਾ) ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਸਿਕਨੈੱਸ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ ਦੇ ਬਿਮਾਰੀ ਭੱਤਿਆਂ) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:



canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-sickness.html

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਕੇਅਰਗਿਵਿੰਗ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਭੱਤੇ)

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ, ਜ਼ਖ਼ਮੀ, ਜਾਂ ਮਰ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਦਾ 55% ਤੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਵਾਂਗ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

3 ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਭੱਤੇ) ਹਨ:

- ▶ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਫੈਮਲੀ ਕੇਅਰਗਿਵਿੰਗ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਭੱਤਾ)
- ▶ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਫੈਮਲੀ ਕੇਅਰਗਿਵਿੰਗ ਬੈਨੀਫਿੱਟ (ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਭੱਤਾ)
- ▶ ਕੰਪੈਸ਼ਨੇਟ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਹਮਦਰਦੀ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਭੱਤੇ)

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:



canada.ca/en/services/benefits/ei/caregiving.html



ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ) (ਈ ਆਈ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ — ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਨੌਕਰੀ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕੰਮ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੰਪਨੀ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਈ ਆਈ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ, ਇੱਛੁਕ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਨਵੀਂ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਭਾਲ ਕਰਨੀ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਦੋਂ ਹੀ ਈ ਆਈ ਦੇ ਭੱਤਿਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਾਲੇ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ (ਆਰ ਓ ਈ) ਨਾ ਵੀ ਮਿਲਿਆ ਹੋਵੇ ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਭੱਤਿਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਆਖਰੀ ਦਿਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਭੱਤਿਆਂ ਲਈ ਆਪਣਾ ਦਾਅਵਾ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਭੱਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਈ ਆਈ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾ ਹੋ ਸਕਣ। ਸੈਲਫ-ਇੰਪਲੋਇਡ (ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵਾਲੇ) ਲੋਕ ਈ ਆਈ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਈ ਆਈ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ। ਈ ਆਈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ ਅਤੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ:



canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-regular-benefit/eligibility.html

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਵਰਕਬੀਸੀ ਸੈਂਟਰ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ: workbccentres.ca

ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਆਮਦਨ ਸਹਾਇਤਾ)

ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਹੀ ਈ ਆਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਈ ਆਈ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਖਤਮ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਅਤੇ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਆਮਦਨ ਸਹਾਇਤਾ), ਜਾਂ ਵੈੱਲਫੇਅਰ (ਭਲਾਈ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੰਪਲੋਇਮੈਂਟ ਅਤੇ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 866-0800



gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program

ਤੁਸੀਂ ਸਰਵਿਸ ਬੀਸੀ ਨੂੰ ਵੀ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7867

ਤੁਸੀਂ ਆਮਦਨ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ: myselfserve.gov.bc.ca



ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨੀ

ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਰਸਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤਨਖਾਹਾਂ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਕਾਇਆ ਹਨ।

ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕਾਉਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਕੰਮ ਦਾ ਹਰੇਕ ਮੁੱਦਾ, ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ, ਜਾਂ

ਕੰਮ ਦੀ ਹਰੇਕ ਕਿਸਮ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ:

- ▶ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਸੱਟਾਂ
- ▶ ਵਿਤਕਰਾ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ, ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ
- ▶ ਯੂਨੀਅਨ ਵਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਫੈਡਰਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੀਆਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ
- ▶ ਬਾਹਰ ਰੱਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇ
- ▶ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕੰਮ
- ▶ ਤਨਖਾਹ ਦੀ ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਫ਼ਤੀਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਕੁਝ ਕਦਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/complaint-process





ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ

ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ ਦਾ ਰੰਗ, ਨਸਲ, ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਾਲਤ, ਉਹ ਜਗ੍ਹਾ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋ, ਧਰਮ, ਲਿੰਗ, ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ, ਉਮਰ, ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕੋਡ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਜਾਂ ਸਾਥੀ ਅਣਚਾਹੀ ਜਿਨਸੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡੇਟ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ (ਕਿਤੇ ਇਕੱਠੇ ਜਾਣ ਲਈ) ਪੁੱਛਣਾ, ਜਿਨਸੀ ਚੁਟਕਲੇ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੂਹਣਾ), ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਨਸਲ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਧਰਮ, ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਮਜ਼ਾਕ ਉਡਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ)

ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਬੀ.ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੋਡ ਦੇ ਤਹਿਤ ਵਿਤਕਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 775-2000

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 440-8844

bchrt.bc.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕੋਡ) ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ) ਵਿਤਕਰੇ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



bchrt.bc.ca/human-rights-duties/index.htm

ਜੇਕਰ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਬੈਂਕ, ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ, ਕੈਨੇਡਾ ਪੋਸਟ, ਜਾਂ ਏਅਰਲਾਈਨ ਕੰਪਨੀ), ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕਮਿਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

chrc-ccdp.gc.ca

ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਵਰਤਾਰੇ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੋਇਆ ਜਾਂ ਡਰਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਗੱਪਾਂ ਜਾਂ ਬੁਰੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਫੈਲਾਉਣੀਆਂ, ਕਿਸੇ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਣਾ, ਘੁਰਨਾ, ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਚਿੱਲਾਉਣਾ, ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਰਸਤਾ ਰੋਕਣਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ, ਜਾਂ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ ਹੈ:

- ▶ ਲਿਖੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਕਹੀਆਂ ਗਈਆਂ ਖਾਸ ਗੱਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ▶ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਿਹੜਾ ਗਵਾਹ ਸੀ (ਜਿਸ ਨੇ ਵਾਪਰਦਾ ਦੇਖਿਆ) ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ ਜਿਹੜਾ ਕੁਝ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੇਖਿਆ
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋਏ ਸਲੂਕ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਲਿਖੋ

ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਜਾਂ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਆਪਣੀ ਯੂਨੀਅਨ, ਆਪਣੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ, ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ, ਜਾਂ ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:



worksafebc.com/en/health-safety/hazards-exposures/bullying-harassment



ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਵਿਚਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਦੋਂ ਵਿਹਾਰ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਇਹ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਵਿਤਕਰਾ, ਜਾਂ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ, ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਯੋਗ ਵਿਹਾਰ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਸਵੀਕਾਰ ਯੋਗ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੋਬਾ) ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। **ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:**

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪਰਮਾਨੰਤ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, **ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ** ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents 'ਤੇ ਜਾਓ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੰਦ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਵਾਲੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਵਿਤਕਰੇ, ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੋਜ਼ੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ) ਦੇ ਮਾਈਗ੍ਰੈਂਟ ਵਰਕਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਮੋਜ਼ੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 324-7979

ਈਮੇਲ: migrantworkers@mosaicbc.org



mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers/

ਯੂਨੀਅਨਾਂ

ਯੂਨੀਅਨ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇਕੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੂਨੀਅਨ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੱਲਬਾਤ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਹਤਰ ਤਨਖਾਹਾਂ, ਭੱਤਿਆਂ (ਕੁਝ ਖਾਸ ਲਾਗਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਯੂਨੀਅਨ ਅਤੇ ਮਾਲਕ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ ਇੱਕ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਨੂੰ ਕੁਲੈਕਟਿਵ ਐਗਰੀਮੈਂਟ (ਸਮੂਹਿਕ ਸਮਝੌਤਾ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਅਸਹਿਮਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਸਮੂਹਿਕ ਸਮਝੌਤੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ ਤੋੜਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਯੂਨੀਅਨ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਯੂਨੀਅਨ ਵਿੱਚ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਲਈ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਏ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ 55% ਜਾਂ ਵੱਧ ਕਰਮਚਾਰੀ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਦੇ ਕਾਰਡ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਯੂਨੀਅਨ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਰਮਚਾਰੀ ਯੂਨੀਅਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੋਟ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਵੀ ਯੂਨੀਅਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀ ਯੂਨੀਅਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨ ਲਈ ਫੀਸ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਫੀਸ) ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਯੂਨੀਅਨ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ (ਡਿਊਜ਼) ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ 'ਚੋਂ ਕੱਟੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ (ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ)।

ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਯੂਨੀਅਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਡਿਪੈਂਡੈਂਟ ਕਨਟਰੈਕਟਰ (ਨਿਰਭਰ ਠੇਕੇਦਾਰ) (ਉਹ ਕਾਮੇ ਜਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਮ ਉਸ ਕੰਪਨੀ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ) ਵੀ ਯੂਨੀਅਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਯੂਨੀਅਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਮੈਂਬਰ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਬੀ ਸੀ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਲੇਬਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਬੀ ਸੀ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਲੇਬਰ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 430-1421

ਈਮੇਲ: organize@bcfed.ca

bcfed.ca



ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਬੀ.ਸੀ. ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਐਂਡ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਆਮਦਨ ਸਹਾਇਤਾ) ਲੈਣ ਤੋਂ ਟਿਕਾਉ ਨੌਕਰੀ ਵੱਲ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਦਦ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਹੜੇ ਅਪਾਹਜਤਾ ਕਾਰਨ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 866-0800



gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program

ਬੀ ਸੀ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਲੇਬਰ

ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਉਜਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 430-1421

ਈਮੇਲ: organize@bcfed.ca

bcfed.ca

ਕੈਨੇਡਾ ਲੇਬਰ ਕੋਡ

ਕੇਂਦਰੀ (ਫੈਡਰਲ) ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੇ ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ।



canada.ca/en/services/jobs/workplace/federally-regulated-industries.html

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕਮਿਸ਼ਨ

ਕੇਂਦਰੀ (ਫੈਡਰਲ) ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 214-1090

chrc-ccdp.gc.ca

ਕਰੀਅਰ ਪਾਥਸ ਫਾਰ ਸਕਿੱਲਡ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕਿੱਤੇ ਦੇ ਰਾਹ)

ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਦੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

welcomebc.ca/careerpaths

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਰਿਕਾਰਡਜ਼ ਰਿਵਿਊ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) (ਸੀ ਆਰ ਆਰ ਪੀ)

ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ।

justice.gov.bc.ca/screening/crrpa/org-access

**ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਐਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ) ਕੈਨੇਡਾ**

ਆਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ) ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।



canada.ca/en/employment-social-development/services/sin/protection.html

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ) (ਈ ਆਈ)

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬੈਨੀਫਿਟ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ ਭੱਤੇ) ਅਤੇ ਛੁੱਟੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

canada.ca/en/services/benefits/ei

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ)

ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ, ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢਣ, ਨੌਕਰੀ ਛੱਡਣ, ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਹੋਣ, ਤਨਖ਼ਾਹ ਲੈਣ, ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਓਵਰਟਾਈਮ, ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards

ਫੈਡਰਲ ਜੌਬ ਬੈਂਕ

ਔਨਲਾਈਨ ਜੌਬ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨੌਕਰੀਆਂ।

jobbank.gc.ca

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡਿੱਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ ਲੋਨਜ਼ (ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਰਜ਼ੇ)

ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਣ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ।

ਐੱਸ ਯੂ ਸੀ ਸੀ ਈ ਐੱਸ ਐੱਸ: successbc.ca/fcr

ਪੀ ਆਈ ਸੀ ਐੱਸ: fcrloans.ca/brands/pics/

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਬੀ ਸੀ: issbc.org/our-services/fcrloans

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡਿੱਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ (ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ)

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities/oicr



ਮੋਜੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ) ਦਾ ਮਾਈਗ੍ਰੈਂਟ ਵਰਕਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਬੰਦ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਵਿਤਕਰੇ, ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੋਵੇ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 324-7979

ਈਮੇਲ: migrantworkers@mosaicbc.org



mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers

ਮਾਈ ਸੈਲਫ ਸਰਵ (ਐੱਮ ਵਾਈ ਐੱਸ ਐੱਸ)

ਇਨਕਮ ਅਤੇ ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜਤਾ ਸਹਾਇਤਾ) ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਪਹੁੰਚ।

myselfserve.gov.bc.ca

ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ (ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ)

ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities

ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-2421

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7867

ਸਕਿੱਲਡ ਇੰਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਇਨਫੋਸੈਂਟਰ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ)

ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 331-3603

vpl.ca/siic

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 274-6627

canada.ca/social-insurance-number

**ਵਰਕਬੀਸੀ**

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 952-6914

workbc.ca

.....

ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ

ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 967-5377

worksafebc.com

.....



6

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਅਧਿਆਇ 6 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ	194
ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ	197
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ■ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ■ ਹੋਮਸਕੂਲਿੰਗ (ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣੀ) ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਲਰਨਿੰਗ (ਸਿੱਖਣਾ) 	
ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ	198
ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12.....	199
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 7 ■ ਗ੍ਰੇਡ 7 ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12 	
ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ	201
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ ■ ਆਪਣੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ 	
ਐਡਲਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ)	204
<ul style="list-style-type: none"> ■ ਐਡਲਟ (ਬਾਲਗ) ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ■ ਐਡਲਟ (ਬਾਲਗ) ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ 	
ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣੀ)	205
ਸਿੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)	206



ਅਧਿਆਇ 6 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਐਡਲਟ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ : ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਕੋਰਸ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਪੜ੍ਹਨ, ਲਿਖਣ, ਗਣਿਤ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਨੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਹਾਈ ਸਕੂਲ) ਡਿਪਲੋਮਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰਨ ਦੇ ਕੋਰਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰਨ ਦੇ ਕੋਰਸ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਾਲਗ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਨੂੰ "ਐਡਲਟ ਬੇਸਿਕ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ" ("ਬਾਲਗ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ"), "ਐਕਸੈਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ", ਜਾਂ "ਅਕਾਦਮਿਕ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੋਰਡ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ): ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਜਿਹੜਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਹੋਰ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਸਕੂਲੀ ਇਮਾਰਤਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਬਜਟ (ਪੈਸਾ) ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਦੇ ਮੈਂਬਰ (ਟਰੱਸਟੀ) ਹਰ 4 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਚੁਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕੰਟਿਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਨਿਰੰਤਰ ਸਿੱਖਿਆ): ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਿਹੜੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਇਹ ਕੋਰਸ ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ ਲਈ, ਜਾਂ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰ ਨੌਕਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕੰਟਿਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਕੋਰਸ ਅਕਸਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਡਿਪਲੋਮਾ: "ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ" ਦੇਖੋ।

ਡਿਸਟਰੀਬਿਊਟਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ: ਉਹ ਕੋਰਸ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਡਿਸਟਰੀਬਿਊਟਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਤੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ: ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 5 ਤੋਂ 13 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ। ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ 6 ਜਾਂ 7 ਵਿੱਚ ਖਤਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣੀ): ਉਹ ਕਲਾਸਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬੋਲਣਾ, ਸੁਣਨਾ, ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਲਿਖਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਕਲਾਸਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ, ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿੱਪ: ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਲਾਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ, ਖੇਤਾਂ, ਕੁਦਰਤੀ ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਲਈ ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿੱਪਾਂ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।



ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਅਤੇ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਸਟੱਡੀਜ਼ (ਪੜ੍ਹਾਈ): ਪੂਰੇ-ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰਾ ਕੋਰਸ ਲੇਡ ਲੈਂਦੇ ਹੋ (ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੋਰਸ ਜੋ ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਲੈਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ)। ਪੂਰੇ-ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਗਭਗ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਪੜ੍ਹਾਈ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੇ ਕੋਰਸ ਲੇਡ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੋਰਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਲਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਾਲੋਂ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ (ਡਿਪਲੋਮਾ): ਇੱਕ ਕਾਰਜ਼ ਜਿਹੜਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿੱਦਿਅਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੂਰਾ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਲਈ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਨੂੰ ਅਕਸਰ "ਡਿਪਲੋਮਾ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਡਿਪਲੋਮਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਉੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਮ ਸਕੂਲਿੰਗ (ਘਰ ਰਹਿ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ): ਜਦੋਂ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਭੇਜਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਐਨੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਜਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲੈਸਨ (ਪਾਠ) ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹਨ।

ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ (ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ) ਸਕੂਲ: ਇੱਕ ਸਕੂਲ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟਿਊਸ਼ਨ (ਫੀਸ) ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਢੰਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਲਾਸਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਲਈ ਖਾਸ ਨਿਯਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂਟਾਟੋਰੀ (ਲਾਜ਼ਮੀ): ਨਿਯਮਾਂ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦਾ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ, ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ: ਗ੍ਰੇਡ 6, 7, 8 ਅਤੇ 9 ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ। ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ, ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਹਾਈ ਸਕੂਲ) ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ 10 ਤੋਂ 15 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ: ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਹਾਈ ਸਕੂਲ) ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ, ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਗ੍ਰੇਡ 12 'ਤੇ ਖਤਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਕਾਲਜ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਤਕਨੀਕੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ: ਇੱਕ ਸਕੂਲ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਮੁਫਤ ਹਨ—ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਊਸ਼ਨ (ਸਕੂਲ ਫੀਸ) ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਹਾਈ ਸਕੂਲ): ਗ੍ਰੇਡ 8, 9, 10, 11 ਅਤੇ 12 ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਗ੍ਰੇਡ 7 ਲਈ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 13 ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਟ੍ਰੇਡ: ਪਲੰਬਿੰਗ, ਕਾਰਪੇਂਟਰੀ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਕੰਮ ਵਰਗੀਆਂ ਹੁਨਰਮੰਦ ਨੌਕਰੀਆਂ। ਇਹਨਾਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਲਜਾਂ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਟਿਊਸ਼ਨ: ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਫੀਸ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਰਕਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਟਿਊਸ਼ਨ ਫੀਸਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਟਿਊਟਰ: ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲੇ-ਨੂੰ-ਇਕੱਲਾ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਟਿਊਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਗਣਿਤ, ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਜਾਂ ਵਿਗਿਆਨ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟਿਊਟਰ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਂ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਜਨਤਕ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਕੌਫੀ ਸ਼ਾਪ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਟਿਊਟਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।



ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

5 ਤੋਂ 16 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚਾ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇ, ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਭੇਜਦੇ ਹਨ। ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਾਪੇ ਸੁਤੰਤਰ (ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ) ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ੀਸਾਂ ਦੇਣੀਆਂ ਚੁਣਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਹੋਮਸਕੂਲਿੰਗ ਜਾਂ ਡਿਸਟਰੀਬਿਊਟਡ (ਔਨਲਾਈਨ) ਸਿੱਖਿਆ ਰਾਹੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ।

ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ

ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ। ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ (ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ) ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸੰਭਾਲਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣਾ

ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਨੂੰ ਲੱਭੋ:

bcged.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜਨਮ ਮਿਤੀ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਵਾਸ ਦਾ ਸਟੇਟਸ (ਰੁਤਬਾ) ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤਾ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਰਕਾਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮੰਗੇ ਜਾਣਗੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (ਟੀਕਾਕਰਨ) ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਗਵਾਈਆਂ ਹਨ। ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕਣ। ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



immunizebc.ca/children/vaccine-status-reporting-regulation

ਕੁਝ ਸਕੂਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰਜ਼ ਇਨ ਸਕੂਲਜ਼ (ਐੱਸ ਡਬਲਿਊ ਆਈ ਐੱਸ) ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਐਡਜਸਟ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਐੱਸ ਡਬਲਿਊ ਆਈ ਐੱਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ।

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ (ਸੁਤੰਤਰ) ਸਕੂਲ ਵੀ ਹਨ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਟਿਊਸ਼ਨ (ਸਕੂਲ ਫ਼ੀਸ) ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਧਰਮ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਜ਼ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਜ਼

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 684-6023

fisabc.ca

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਲੱਭੋ:

bcschoolcontacts.gov.bc.ca



ਹੋਮਸਕੂਲਿੰਗ (ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣੀ) ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਲਰਨਿੰਗ (ਸਿੱਖਣਾ)

ਜਦੋਂ ਕਿ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 5 ਤੋਂ 16 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ। ਉਹ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਕੁਝ ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਦੇ 2 ਤਰੀਕੇ ਹਨ: ਹੋਮਸਕੂਲਿੰਗ ਅਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ।

- ▶ ਹੋਮਸਕੂਲਿੰਗ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਭੇਜਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਅਧਿਆਪਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲੈਸਨ (ਪਾਠ) ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹਨ। ਹੋਮਸਕੂਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

bc.ed.gov/home-school

- ▶ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ ਉਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਗਏ ਬਿਨਾਂ ਕੋਰਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੋਰਸ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ ਫੋਨ ਜਾਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪੜ੍ਹਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਧਿਆਪਕ ਪਾਠ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/classroom-alternatives/online-learning



ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ

ਸਟ੍ਰਾਂਗਸਟਾਰਟ ਬੀ ਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 5 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹਨ। ਇਹ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੱਲ ਕਰਨ, ਹਿੱਲਣ-ਜੁੱਲਣ, ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ, ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਖੇਡ, ਕਹਾਣੀਆਂ, ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਕਲਾ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦੇਸਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਸਟ੍ਰਾਂਗਸਟਾਰਟ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਸਟ੍ਰਾਂਗਸਟਾਰਟ ਬੀਸੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੱਭੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/strongstart-bc

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ 3 ਤੋਂ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਰੈਡੀ, ਸੈੱਟ, ਲਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਖੇਡ ਕੇ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/ready-set-learn



ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12


ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12 (ਕੇ-12) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਇੱਕ ਠੋਸ ਨੀਂਹ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸਕੂਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ਼ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ) (ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ) ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਕਲਾਸਾਂ ਦੌਰਾਨ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਪੰਨਾ 205 'ਤੇ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 7

ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 7 ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਸਾਲ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਸਾਲ ਉਹ 5 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ 11 ਜਾਂ 12 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਖਤਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਨੂੰ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਸਵੇਰ ਦੇ 8:30 ਤੋਂ 9 ਵਜੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ 3 ਵਜੇ ਦੇ ਆਸਪਾਸ ਖਤਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

 gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/full-day-kindergarten

ਗ੍ਰੇਡ 7 ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12

ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ (ਹਾਈ) ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

- ▶ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਗ੍ਰੇਡ 6 ਤੋਂ 9 ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਗਭਗ 10 ਤੋਂ 15 ਸਾਲ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ▶ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਗ੍ਰੇਡ 8 ਤੋਂ 12 ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ 13 ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਹਰ ਸਕੂਲ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕੁਝ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ (ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 7) ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਗ੍ਰੇਡ 8 ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12) ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ (ਡਿਪਲੋਮਾ) ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੋਰ ਸਿੱਖਿਆ (ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਤੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਿਖਲਾਈ (ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ 3 ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ।

- ▶ ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣਗੇ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਯੋਗ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, **ਕੌਸੀਲ ਸਕੋਲੇਅਰ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਕੋਲੰਬੀ-ਬ੍ਰਿਟੈਨਿਕ (ਸਕੂਲ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ 93)** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 214-2600

- ▶ ਟੇਲ-ਫਰੀ: 1 888 715-2200

csf.bc.ca

- ▶ **ਫ੍ਰੈਂਚ ਇਮਰਸ਼ਨ:** ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੁਬਾਰੀ ਬਣ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਗੇ। ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਮੁੱਖ ਭਾਸ਼ਾ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਹੈ। ਵੱਡੇ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗਣਿਤ, ਵਿਗਿਆਨ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਧਿਐਨ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

- ▶ **ਕੋਰ ਫ੍ਰੈਂਚ:** ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੀ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਐੱਫ ਐੱਸ ਐੱਲ) ਵਜੋਂ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਕਲਾਸਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਫ੍ਰੈਂਚ ਇਮਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਫ੍ਰੈਂਚ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ:

bcschoolcontacts.gov.bc.ca



ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਸਕੂਲ ਸਾਲ ਵਿੱਚ 1 ਜਾਂ 2 ਵਾਰ ਪੇਰੈਂਟ-ਟੀਚਰ (ਮਾਪੇ-ਅਧਿਆਪਕ) ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਧਿਆਪਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੇਰੈਂਟ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕੌਂਸਲਜ਼ (ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕੌਂਸਲਾਂ) (ਪੀ ਏ ਸੀ) ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਪੀ ਏ ਸੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਦੂਜੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਕੂਲ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕੌਂਸਲਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



bccpac.bc.ca/index.php/members/pac-dpac/what-is-a-pac

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿੱਪਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿੱਪ ਉਹ ਕਲਾਸਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਲਾਸ ਰੂਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਜਾਂ ਬਾਹਰੀ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਫੀਲਡ ਟ੍ਰਿੱਪਾਂ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਕੁਦਰਤ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭੇਜੇਗਾ। ਅਧਿਆਪਕ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ (ਸਕੂਲ ਦਾ ਇੰਚਾਰਜ ਵਿਅਕਤੀ), ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਈਮੇਲ, ਪੱਤਰ ਅਤੇ ਨੋਟਸ ਆਉਣ ਬਾਰੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਕੋਈ ਪੱਤਰ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੱਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ (ਸੈਕੰਡਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ) ਸਿੱਖਿਆ

12ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਕਾਲਜਾਂ, ਇੰਸਟੀਚਿਊਟਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਿੱਤਿਆਂ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 25 ਜਨਤਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਜਨਤਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਲਾਸਾਂ ਲਾਉਣ ਲਈ ਟਿਊਸ਼ਨ ਫੀਸ (ਸਕੂਲ ਫੀਸ) ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 300 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੀ ਹਨ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਟਿਊਸ਼ਨ ਦੀ ਫੀਸ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਲੋਕ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕਲਾ, ਸਿੱਖਿਆ, ਵਿਗਿਆਨ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ, ਡਾਕਟਰੀ, ਨਰਸਿੰਗ, ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ, ਕਾਨੂੰਨ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਬੈਚਲਰ ਡਿਗਰੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰ ਕੇ ਲਗਭਗ 4 ਤੋਂ 5 ਸਾਲ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਬੈਚਲਰ ਡਿਗਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਮਾਸਟਰ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੇਟ (ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ) ਡਿਗਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ 1 ਅਤੇ 2 ਸਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਡਿਪਲੋਮਾ, ਐਸੋਸੀਏਟ ਡਿਗਰੀ, ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਜਾਂ ਮਾਈਕ੍ਰੋ-ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ (ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਛੋਟੇ ਕੋਰਸ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿਸੇ ਪਬਲਿਕ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਡਿਗਰੀ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ (ਬਦਲੀ) ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਕੂਲ (ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ) ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਸਕੂਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਗਏ ਕੋਰਸਾਂ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦੇਵੇਗਾ। ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਕੋਰਸਾਂ ਦਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਕੋਰਸ ਦੂਜੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕ੍ਰੈਡਿਟ

ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਗੇ। ਬੀਸੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੋਰਸਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਇਹ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ (ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ): bctransferguide.ca

ਕਾਲਜਾਂ, ਤਕਨੀਕੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਟਰੇਡ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਮਜ਼ਦੂਰ) ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿੱਤਿਆਂ ਲਈ ਮੁਹਾਰਤ ਵਾਲੀ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਕਾਰਪੋਟਰ, ਮਕੈਨਿਕ, ਅਰਲੀ ਚਾਇਲਡਹੁੱਡ ਐਜੂਕੇਟਰ (ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੇ ਸਿੱਖਿਅਕ), ਜਾਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਟੈਕਨੀਸ਼ੀਅਨ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ।

ਕਿੱਤੇ ਸਬੰਧੀ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਤਾ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ (ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣ) ਲੈਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੂਰਵ-ਲੋੜਾਂ (ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹਨ) ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਕੋਰਸਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਪਲੈਨਰਬੀਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ: educationplannerbc.ca



ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣਾ

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹੋ, ਕਿੱਤੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ- ਬੀ.ਸੀ. ਕੋਲ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਚੋਣਾਂ ਹਨ।

ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸੂਬਾਈ ਕਾਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਅਧਿਕਾਰਤ ਹਨ।

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟਸ ਬਰਾਂਚ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 25 ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਜਨਤਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਮਨੋਨੀਤ (ਸਟੂਡੈਂਟ ਏਡ (ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੰਡਾਂ ਲਈ ਯੋਗ) ਹਨ, ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਸਟੂਡੈਂਟਏਡ ਬੀਸੀ ਵੇਖੋ।

ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 300 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ, ਕਾਲਜ, ਵਪਾਰਕ ਸਕੂਲ, ਤਕਨੀਕੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸਕੂਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਸਥਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਏਡ (ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੰਡ ਲੈਣ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ: studentaidbc.ca/help-centre/your-institution-designated

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

privatetraininginstitutions.gov.bc.ca

ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ("ਡਿਸਟੈਂਸ") ਲਰਨਿੰਗ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਡਿਸਟ੍ਰੀਬਿਊਟਡ ਲਰਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਤੇ ਵੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ।

▶ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਪਲੈਨਰਬੀਸੀ 'ਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਔਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ: educationplannerbc.ca

▶ ਥੌਮਸਨ ਰਿਵਰਜ਼ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਓਪਨ ਲਰਨਿੰਗ ਵਿਖੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ:

tru.ca/distance.html

▶ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਵਾਉਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਸ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸੀਅਲਜ਼ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਇੱਥੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

cicic.ca/857/study.canada



ਸਟੂਡੈਂਟਏਡ ਬੀਸੀ

ਸੈਕੰਡਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਮਹਿੰਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਚੁਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਖਰਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ▶ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਕੋਰਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਟਿਊਸ਼ਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਫੀਸਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦਣਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਖਰਚੇ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਖਰਚ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।
- ▶ ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਫੰਡ (ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ੇ, ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਅਤੇ ਬਰਸਰੀਆਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਲੋਨ (ਕਰਜ਼ੇ) ਉਹ ਪੈਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕੂਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਰਜ਼ਾ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਅਤੇ ਬਰਸਰੀਆਂ ਉਹ ਪੈਸੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਅਤੇ ਬਰਸਰੀਆਂ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਲਈ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ) ਜਾਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਉਸ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਸਟੂਡੈਂਟਏਡ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ: studentaidbc.ca

ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਜਿਹੜੇ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ) ਜਾਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਉਹ ਵੱਧ ਟਿਊਸ਼ਨ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲਰਨਲਿਵ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: learnlivebc.ca



ਐਡਲਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ)

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੋਕ ਸਕੂਲ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਦਾਖਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਹੁਨਰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ, ਕੋਈ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਹੋਵੇ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ "ਐਡਲਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ" ("ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ") ਜਾਂ "ਕੰਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ" ("ਨਿਰੰਤਰ ਸਿੱਖਿਆ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

"ਐਡਲਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ" ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦਾ ਨਾਮ ਟਾਈਪ ਕਰ ਕੇ ਔਨਲਾਈਨ ਖੋਜ ਕਰਕੇ ਕਲਾਸਾਂ ਲੱਭੋ।

ਐਡਲਟ (ਬਾਲਗ) ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ

ਬਾਲਗ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਦੇ ਕੋਰਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਨਵੀਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ, ਆਪਣੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ, ਜਾਂ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੱਧਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਕੋਰਸ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੋਰਸ ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ ਰਾਹੀਂ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading

ਐਡਲਟ (ਬਾਲਗ) ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਗ੍ਰਾਂਟ

ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ) ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਬਾਲਗ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਜਾਂ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ) (ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ) ਕੋਰਸਾਂ ਲਈ ਟਿਊਸ਼ਨ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫ਼ੀਸਾਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਕਰਨੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਗ੍ਰਾਂਟ (ਵਾਧੂ ਪੈਸੇ) ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਐਡਲਟ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਗ੍ਰਾਂਟ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਐਡਲਟ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ, ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ), ਜਾਂ ਅਕਸੈਸੀਬਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਕੋਰਸਜ਼ (ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਕੋਰਸ) ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਟੂਡੈਂਟਏਡ ਬੀਸੀ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



studentaidbc.ca/explore/grants-scholarships/adult-upgrading-grant-application

ਐਡਲਟ (ਬਾਲਗ) ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ

ਕੁਝ ਬਾਲਗਾਂ ਨੇ ਉਦੋਂ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ (ਹਾਈ ਸਕੂਲ) ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਹੋਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਕੋਰਸ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਐਡਲਟ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਐਡਲਟ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਡਿਪਲੋਮਾ (ਬੀ ਸੀ ਏ ਜੀ ਡੀ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/graduate-high-school/bc-adult-graduation-diploma-program

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸੇ ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ ਰਾਹੀਂ ਲੋੜੀਂਦੇ ਕੋਰਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਜਨਤਕ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾ ਲੱਭੋ:



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਲੱਭੋ:

bcschoolcontacts.gov.bc.ca

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਜਾਂ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ, ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਕਲਾਸਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਐਡਲਟ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਡਿਪਲੋਮਾ ਕਲਾਸਾਂ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਹਨ।



ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣੀ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਮੁੱਖ ਭਾਸ਼ਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਹੈ। ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਲੈਂਗੂਏਜ ਲਰਨਿੰਗ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣੀ) (ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਕੋਰਸ ਉਪਲਬਧ ਹਨ:

- ▶ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
- ▶ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣ, ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਲਾਸਾਂ ਲਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਏਜੰਸੀਆਂ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਹੋਰ ਮੌਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ। ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ 'ਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

**ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ,
ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:**

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ:



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

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਟੈਂਪੋਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, [ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ](http://welcomebc.ca/temporaryresidents) 'ਤੇ ਜਾਓ welcomebc.ca/temporaryresidents ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ

- ▶ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਰਕਾਰ ਲੈਂਗੂਏਜ ਇੰਸਟਰਕਸ਼ਨ ਫਾਰ ਨਿਊਕਮਰਜ਼ ਟੂ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ) (ਐੱਲ ਆਈ ਐਨ ਸੀ) ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬਾਲਗ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਅਤੇ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ)

ਇਹ ਕਲਾਸਾਂ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਇੱਥੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:



[canada.ca/en/immigration-
refugees-citizenship/services/
new-immigrants/new-life-
canada/improve-english-french/
classes.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/new-immigrants/new-life-canada/improve-english-french/classes.html)

- ▶ ਉਹ ਬਾਲਗ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਥਾਨਕ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾ ਰਾਹੀਂ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਦੇ ਕੋਰਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕਾਂ, ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ, ਹੋਰ ਸਬੰਧਿਤ ਖਰਚੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਸਪਲਾਈ। ਬਾਲਗ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[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)

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਟਿਊਟਰ (ਅਧਿਆਪਕ) ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਲਾਸਾਂ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯਮਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਇੰਟੀਚਿਊਟਸ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: privatetraininginstitutions.gov.bc.ca



ਸਿੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z)

ਐਡਲਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ)

ਬਾਲਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਚੋਣਾਂ ਜਿਹੜੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਰਸ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਗਾਈਡ

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bctransferguide.ca

ਬੀ ਸੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bcschoolcontacts.gov.bc.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲਜ਼

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਸਬੰਧੀ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

cicic.ca/857/study.canada

ਅਰਲੀ ਲਰਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

5 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਰਲੀ ਲਰਨਿੰਗ (ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs

ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਪਲੈਨਰਬੀਸੀ

ਕਿੱਤਿਆਂ, ਸਿਖਲਾਈ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

educationplannerbc.ca

ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਜ਼ ਇਨ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਐੱਫ ਆਈ ਐੱਸ ਏ ਬੀ ਸੀ)

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 684-6023

fisabc.ca



ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਵਾਉਣੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਕੂਲ-ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਸਟੇਟਸ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ (ਲਗਵਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਆਗਾਹ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਯਮ)।



immunizebc.ca/children/vaccine-status-reporting-regulation

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12 (ਕੇ-12) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12

ਲੈਂਗੂਏਜ ਇੰਸਟਰਕਸ਼ਨ ਫਾਰ ਨਿਊਕਮਰਜ਼ ਟੂ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ) (ਐੱਲ ਆਈ ਐਨ ਸੀ)

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਦੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/new-immigrants/new-life-canada/improve-english-french/classes.html

ਲੇ ਕੌਸੀਲ ਸਕੋਲੇਅਰ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਕੋਲੰਬੀ-ਬ੍ਰਿਟੈਨਿਕ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 214-2600

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 715-2200

csf.bc.ca

ਲਰਨਲਿਵ ਬੀ ਸੀ

ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

learnlivebc.ca

ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

**ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਇੰਸਟੀਚਿਊਸ਼ਨਜ਼ ਬਰਾਂਚ**

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਿਖਲਾਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

privatetraininginstitutions.gov.bc.ca

ਸਟੂਡੈਂਟਏਡ ਬੀਸੀ

ਸੈਕੰਡਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ।

studentaidbc.ca



ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ

ਅਧਿਆਇ 7 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ210

ਹਾਲਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਸੀਲੇ213

- ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਹਮਲੇ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਪੱਕੇਸ਼ਾਰੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਬੇਘਰੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਭੁੱਖ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਸਦਮੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ.....224

- ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ224
- ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ224
- ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ225
- ਸਿੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ227
- ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ229
- ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ233
- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ237
- ਭੁੱਖ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ240
- ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ240
- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ241
- ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ243
- ਸੀਨੀਅਰ (ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ .246
- ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ247

ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣੀ (A-Z)248

7

ਵਸੀਲੇ





ਅਧਿਆਇ 7 ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

2ਐੱਸ ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ ਆਈ ਏ +: ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜਾ 2-ਸਪਿਰਟ, ਲੈਸਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਬਾਇਸੈਕਸੁਅਲ, ਟ੍ਰਾਂਸ, ਕੁਈਰ ਜਾਂ ਕਵਸਚਨਿੰਗ, ਇੰਟਰਸੈਕਸ, ਅਤੇ ਏਸੈਕਸੁਅਲ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋਰ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣਾਂ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅਸਾਲਟ (ਹਮਲਾ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਹਮਲਾ ਸਰੀਰਕ, ਜਿਨਸੀ, ਜਾਂ ਜ਼ਬਾਨ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਚਿੱਲਾਉਣਾ ਜਾਂ ਅਪਮਾਨ ਕਰਨਾ)।

ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ): ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਇੱਕ ਡਰੱਗ। 2018 ਵਿੱਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਨੇ ਗੈਰ-ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਕੈਨਾਬਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ। ਕੈਨਾਬਿਸ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਮੈਰੂਆਨਾ, ਪਾਟ, ਜਾਂ ਵੀਡ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੋਨਫੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ (ਗੁਪਤ): ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰਨਾ। ਗੁਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵੇਰਵੇ, ਰਾਜ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਵੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਕੌਂਸਲਰ: ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੌਂਸਲਰਾਂ (ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ) ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿੱਗਰੀ ਅਤੇ ਲਸਿਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੌਂਸਲਰ ਸਿੱਖੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੁਣਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਦਾਸ, ਡਰੇ ਹੋਏ, ਜਾਂ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਰਾਈਸਿਸ (ਸੰਕਟ): ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਹਾਲਤ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਮਦਦ ਜਾਂ ਧਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਹਾਲਤ ਇਕੱਲੇ ਸੰਭਾਲਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਸੰਕਟ (ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਨਿਰਬਾਹ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ), ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਕਟ (ਪਰਿਵਾਰ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਡਾਕਟਰੀ ਸੰਕਟ (ਕੋਈ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸੰਕਟ (ਜਦੋਂ ਸੋਚਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ - ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਡਰ - ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਡੈਮੋਬਿਲਿਟੀ (ਅਪਾਹਜਤਾ): ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਜਿਹੜੀ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਪਾਹਜਤਾ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਅਪਾਹਜਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ, ਬੋਲਣ, ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਹਿੱਲਣ-ਜੁੱਲਣ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।



ਐਲਿਜ਼ਬਲ (ਯੋਗ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨੌਕਰੀਆਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣ, ਕੁਝ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ, ਜਾਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ (ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ), ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਮੇਸ਼ਨਲ ਅਥਿਊਜ਼ (ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਬਦਸਲੂਕੀ): ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰਨਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਚਿੱਲਾਉਣਾ, ਕਿਸੇ ਦੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰਨੀ, ਧਮਕੀ ਦੇਣੀ (ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਗੇ), ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਮ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕੱਪੜੇ ਨਾ ਪਾਉਣ ਦੇਣੇ), ਛਲ ਕਰਨਾ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਚਾਲਾਂ ਚੱਲਣੀਆਂ ਜਾਂ ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ), ਅਲੱਗ ਕਰਨਾ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਵੱਖ ਕਰਨਾ), ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਹਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਦੁਖੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਨਸਿਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫਾਇਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਅਥਿਊਜ਼ (ਵਿੱਤੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਵਦੇ ਪੈਸੇ ਖਰਚਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿੱਤੀ ਫੈਸਲੇ ਆਪ ਕਰਨੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰੀਬਲਿੰਗ (ਜੁਆ ਖੇਡਣਾ): ਘੋੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਦੌੜਾਂ, ਖੇਡਾਂ, ਤਾਸ਼ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ, ਜਾਂ ਸਲਾਟ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਗਾ ਕੇ ਪੈਸੇ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ।

ਹਿਊਮਨ ਟ੍ਰੈਫਿਕਿੰਗ (ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ): ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਲਈ ਵਰਤਣ ਲਈ ਚਾਲਾਂ ਚੱਲਣੀਆਂ, ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣੀਆਂ, ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ। ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੈਕਸ ਵੇਚਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨੈਗਲਿਕਟ (ਅਣਗੌਲਣਾ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕ, ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕ, ਅਤੇ ਜਾਨਵਰ ਸਾਰੇ ਅਣਗੌਲੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਦੁਖੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਣਗੌਲਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੋੜੀਂਦਾ ਖਾਣਾ, ਆਸਰਾ (ਰਹਿਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ), ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਅਣਗੌਲਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮੈਂਬਰ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਅਣਗੌਲਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਫਿਜ਼ੀਕਲ ਅਥਿਊਜ਼ (ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਜਾਣ ਬੁੱਝ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਟਰੋਲ ਖੋਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਾਰਨਾ, ਧੱਕਾ ਦੇਣਾ, ਟੁੱਡ ਮਾਰਨਾ, ਜਾਂ ਰੋਕਣਾ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਫੜਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਹਿੱਲ ਨਾ ਸਕਣ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਅਸਾਲਟ (ਹਮਲਾ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਪਬਲਿਕ ਅਥਾਰਿਟੀ (ਜਨਤਕ ਅਧਿਕਾਰੀ): ਸਰਕਾਰੀ ਸਮੂਹ ਜਾਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੁਲਿਸ, ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਸਮਾਜਕ ਸੇਵਾਵਾਂ), ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ। ਉਹ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਤਾਮੀਲ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸੀਨੀਅਰ (ਬਜ਼ੁਰਗ): ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਸੰਸਥਾਵਾਂ 55 ਜਾਂ 60 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੀਨੀਅਰ (ਬਜ਼ੁਰਗ) ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੋਟ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਪੈਸੇ) ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾ, ਓਲਡ ਏਜ ਸਕਿਊਰਿਟੀ (ਬੁਢਾਪੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ), ਅਤੇ ਗਰਾਂਟੀਡ ਇਨਕਮ ਸਪਲੀਮੈਂਟ (ਗਰੰਟੀਸ਼ੁਦਾ ਆਮਦਨ ਪੂਰਕ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸੈਕਸੂਅਲ ਅਥਿਊਜ਼ (ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜਿਹੜੀਆਂ ਉਹ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦਾ, ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਛਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਸਰੀਰਕ (ਅਣਚਾਹੀ ਜਿਨਸੀ ਛੇੜਛਾੜ) ਜਾਂ ਜ਼ਬਾਨੀ (ਅਣਚਾਹੀ ਜਿਨਸੀ ਗੱਲਬਾਤ) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਕਨਸੈਂਟ (ਇਜਾਜ਼ਤ) ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਜਿਨਸੀ ਫੋਟੋਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੈ।

ਸਿੰਗਲ-ਪੇਰੈਂਟ ਫੈਮਲੀ (ਇੱਕ ਮਾਪੇ ਵਾਲਾ ਪਰਿਵਾਰ): ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਜਿਸ ਵਿੱਚ 1 ਬਾਲਗ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਤਲਾਕ ਹੋਇਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ 1 ਮਾਪੇ ਕੋਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਸਟਡੀ (ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ) ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਮਾਪੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸਾਥੀ ਦੇ।

ਸੂਆਸਾਈਡ (ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ): ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖਤਮ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਟਰੌਮਾ (ਸਦਮਾ): ਬਹੁਤ ਮਾੜੇ ਜਾਂ ਦਰਦਨਾਕ ਅਨੁਭਵ ਕਾਰਨ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਨੁਕਸਾਨ। ਇਹ ਦੁਰਘਟਨਾਵਾਂ, ਹਿੰਸਾ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਦੇ ਮਰ ਜਾਣ ਵਰਗੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਦਮਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਡਰ, ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਗੁੱਸਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਸਦਮੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ "ਇੰਟਰਜਨਰੇਸ਼ਨਲ ਟਰੌਮਾ" ("ਅੰਤਰ-ਪੀੜ੍ਹੀ ਸਦਮਾ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਕਟਮ (ਪੀੜਤ): ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਪਰਾਧ ਕਰਕੇ, ਚੋਟ ਪਹੁੰਚਾਈ ਹੋਵੇ (ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ) ਜਾਂ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ।

ਵਾਇਲੈਂਸ (ਹਿੰਸਾ): ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।



ਵਸੀਲੇ

ਹਾਲਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਸੀਲੇ

ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਵਸੀਲੇ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ, ਅੱਗ, ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ 9-1-1 ਹੈ। 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਪਰੇਟਰ ਫ਼ੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗਾ। ਆਪਰੇਟਰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲਿਸ, ਫਾਇਰ, ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। [ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਅਤੇ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਲਈ](#), ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [ਪੰਨਾ 134 ਵੇਖੋ](#)।

ਬੀ ਸੀ 211 ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ (ਸਲਾਹ), ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ), ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਖਾਣਾ, ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਰਿਹਾਇਸ਼, ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸਿੱਖਿਆ, ਕਲਾ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਮਨੋਰੰਜਨ, ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸੇਵਾ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ (ਨਿੱਜੀ) ਹੈ। ਇਹ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ 211

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 2-1-1

bc211.ca



ਵਿਕਟਮਲਿੰਕਬੀਸੀ ਅਪਰਾਧ ਅਤੇ ਸਦਮੇ ਦੇ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ।

ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ, ਗੁਪਤ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪੀੜਤ
- ▶ ਮਨੁੱਖੀ ਤਸਕਰੀ ਦੇ ਪੀੜਤ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਰਵਿਸਾਂ ਲਈ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ
- ▶ ਅਪਰਾਧ ਅਤੇ ਸਦਮੇ ਦੇ ਪੀੜਤ

ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ, ਸਮਾਜਕ, ਸਿਹਤ, ਫ਼ੌਜਦਾਰੀ ਨਿਆਂ, ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪੀੜਤਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ (ਸਲਾਹ) ਦੇ ਵਸੀਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਕੌਂਸਲਰਾਂ (ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵਿਕਟਮਲਿੰਕਬੀਸੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬੀ ਸੀ 211 ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਕਟਮਲਿੰਕਬੀਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 563-0808

(ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ)

ਈਮੇਲ: victimlinkbc@bc211.ca

victimlinkbc.ca



ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਦੁਰਵਿਹਾਰ (ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ), ਅਣਗੌਲਣਾ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਾ ਕਰਨਾ), ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ) ਹਮੇਸ਼ਾ ਗਲਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੁਲਿਸ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਧਮਕਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਪੈਸੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ), ਜਾਂ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਹਨ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ, ਸੁਰੱਖਿਆ, ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦੀ ਹਿੰਸਾ, ਮਿਲਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ, ਜਾਂ ਹੁੰਦਾ ਦੁਰਵਿਹਾਰ (ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਅਣਗੌਲਣਾ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ 1 ਘਟਨਾ (ਵਾਕਿਆ) ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਸਬੰਧਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਧਵੀ ਲਿੰਗੀ ਅਤੇ ਸਮਲਿੰਗੀ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾਂ ਅਤੇ ਸਹੁਰਿਆਂ (ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ) ਵਿਚਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਕਈ ਰੂਪ ਹਨ।

- ▶ ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਮਾਰਨਾ, ਠੁੱਡ ਮਾਰਨਾ, ਵਾਲ ਖਿੱਚਣਾ, ਚੁੰਢੀ ਵੱਢਣੀ, ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੁੱਟਣੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਹਥਿਆਰ ਨਾਲ ਮਾਰਨਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੋਟੀ ਜਾਂ ਬੈਲਟ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ (ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੱਟ ਮਾਰੋਗੇ ਜਾਂ ਮਾਰ ਦਿਉਗੇ) ਵੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੈ।
- ▶ ਜਿਨਸੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕਨਸੈਂਟ (ਸਹਿਮਤੀ ਜਾਂ ਇਜਾਜ਼ਤ) ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਦਾ ਜਿਨਸੀ ਸੰਪਰਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਣਚਾਹੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੂਹਣਾ, ਨੇੜਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ, ਜਾਂ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਜਿਨਸੀ ਸੰਪਰਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ▶ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਦਸਲੂਕੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੋਹਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿਪ ਖੋਹਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਨਿਕਲਣ ਦੇਣਾ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਵਿੱਤੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਕਮਾਉਣ ਜਾਂ ਖਰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇਣਾ, ਨੌਕਰੀ ਨਾ ਰੱਖਣ ਦੇਣਾ, ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇਣਾ, ਪੈਸੇ ਨਾ ਕਮਾਉਣ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਕੀਤੀ ਕਮਾਈ ਦੇ ਪੈਸੇ ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਖਣ ਨਾ ਦੇਣਾ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਧਰਮ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਚੱਲਣ ਦਿੰਦਾ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ, ਦੁਖੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਧਰਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ (ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਗੇ) ਵੀ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ।



ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਵਾਲੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤਾ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਰੁਤਬੇ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਆਜ਼ਾਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਚੋਣਾਂ ਹਨ:

- ▶ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- ▶ **ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕਬੀਸੀ** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
ਟੈਲ-ਫ਼ਰੀ: 1 800 563-0808
(ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪਰਮਾਨੰਤ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ **ਟੈਂਪੋਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ** (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, **ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ** ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents 'ਤੇ ਜਾਓ

ਬਾਲ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲਣਾ

ਹਰੇਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ (ਖਾਣਾ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ, ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ), ਬੌਧਿਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ (ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ), ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ, ਪਿਆਰ ਭਰੇ ਸਬੰਧ ਹੋਣੇ) ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ।

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲਣਾ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/keeping-kids-safe

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਜਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਣਗੌਲਿਆ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। 9-1-1 ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਇੱਕ ਚਾਇਲਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਵਰਕਰ (ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਮਚਾਰੀ) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

ਚਾਇਲਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਵਰਕਰ (ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਮਚਾਰੀ)

ਟੈਲ-ਫ਼ਰੀ: 1 800 663-9122

(ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ)



gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/reporting-child-abuse

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲਣਾ

ਕਈ ਵਾਰ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ (ਸੀਨੀਅਰ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ) ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੀਨੀਅਰ ਅਥਿਊਜ਼ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਜਿਨਸੀ ਜਾਂ ਵਿੱਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਣਗੌਲਿਆ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਾ ਕਰਨੀਆਂ)। ਉਹ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੁੰਦੇ। ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗਲਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀਸੀ 'ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:

healthlinkbc.ca/health-topics/elder-abuse

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗੌਲੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕਬੀਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕਬੀਸੀ

ਟੈਲ-ਫ਼ਰੀ: 1 800 563-0808

(ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ)

victimlinkbc.ca



ਹਮਲੇ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਹਮਲਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ (ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏਗਾ), ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਅਜਿਹਾ ਕਰੇਗਾ, ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜਿਨਸੀ ਛੂਹ, ਨਾਲ ਹੀ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਜਿਨਸੀ ਸਬੰਧ (ਜਿਸ ਨੂੰ "ਰੇਪ" ("ਬਲਾਤਕਾਰ") ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਆਹ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਇੱਕੋ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ (ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਬੱਚੇ, ਭਰਾ, ਭੈਣਾਂ, ਆਂਟੀ, ਅੰਕਲ, ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ, ਨਾਨਾ-ਨਾਨੀ ਅਤੇ ਕਜ਼ਨਾਂ) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕੋ ਲਿੰਗ ਦੇ 2 ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਜਾਂ ਨਾਂਹ ਕਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੈ (ਜਾਗਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ) ਜਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ, ਸ਼ਰਾਬ, ਬਿਮਾਰੀ, ਅਪਾਹਜਤਾ, ਜਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰਥਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰਥ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਲਾਗ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਮਦਦ ਮੰਗਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਦਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ (ਵਰਣਨ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ) ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫ਼ਤ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਹਮਲੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਹਮਲੇ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਪੁਲਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੀੜਤ ਸੇਵਾ ਏਜੰਸੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੀੜਤ ਸੇਵਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਹਮਲੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਲੈਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਸ ਨੇ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾ 19 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ।



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

ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕਬੀਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 563-0808

(ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ)

victimlinkbc.ca



ਗੈਰ-ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਨੇੜਤਾ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ

'ਇੰਟੀਮੇਟ ਇਮੇਜ਼' ("ਨੇੜਤਾ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ") ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਜਿਨਸੀ, ਨਗਨ (ਕੱਪੜੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ), ਜਾਂ ਲਗਭਗ ਨਗਨ ਤਸਵੀਰਾਂ (ਪਿਕਚਰਾਂ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ) ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਕਨਸੈਂਟ (ਸਹਿਮਤੀ ਜਾਂ ਇਜਾਜ਼ਤ) ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਨੇੜਤਾ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ ਵੀ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ (ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋਗੇ)।

ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨੇੜਤਾ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਇੰਟੀਮੇਟ ਇਮੇਜ਼ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਇੰਟੀਮੇਟ ਇਮੇਜ਼ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 236 468-4381

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 833 688-4381

ਈਮੇਲ: protectyourimages@gov.bc.ca



[gov.bc.ca/gov/content/safety/
public-safety/intimate-images](https://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/intimate-images)

ਇੰਟੀਮੇਟ ਇਮੇਜ਼ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ ਇਹ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਰਾ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ
- ▶ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੰਟੀਮੇਟ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ▶ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਦਾਅਵਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਪੇਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਸਜ਼ਾ ਵਜੋਂ ਪੈਸੇ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਵਾਉਣਾ)

ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਬੁੱਲੀਇੰਗ (ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ) ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬੇਆਰਾਮ, ਡਰਿਆ ਹੋਇਆ ਜਾਂ ਦੁਖੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਿੱਖ, ਉਮਰ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਨਸਲ, ਧਰਮ, ਨਸਲੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ, ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ, ਜਾਂ ਜੈਂਡਰ ਪਛਾਣ ਬਾਰੇ ਸਤਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਸਾਈਬਰਬੁਲੀਇੰਗ (ਔਨ ਲਾਈਨ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ) ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਕੇ ਕਿਸੇ ਬਾਰੇ ਬੁਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਹਿਣ, ਝੂਠ ਫੈਲਾਉਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੁਖੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੁਨੇਹੇ ਭੇਜਣੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁਖੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਪੇਸਟ ਕਰਨੀਆਂ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸਟ ਕੀਤੀਆਂ ਦੁਖੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਰੋਸ (ਈ ਆਰ ਏ ਐੱਸ ਈ) ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:



[gov.bc.ca/gov/content/erase/
school-and-online-safety](https://gov.bc.ca/gov/content/erase/school-and-online-safety)

ਤੁਸੀਂ ਗੁਪਤ ਤੌਰ 'ਤੇ (ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਛੱਡੇ ਬਿਨਾਂ) ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

gov.bc.ca/gov/content/erase

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਧੱਕੇਸ਼ਾਹੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ਪੰਨਾ 187 'ਤੇ "ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ" ਵੇਖੋ।](#)



ਬੇਘਰੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਬੇਘਰ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਲੋਕ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਬੇਘਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣਾ ਘਰ ਇਸ ਕਰਕੇ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਘਰ ਲੱਭਣਾ ਜਾਂ ਰਹਿਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹੋਣ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅੱਗ ਲੱਗਣ, ਪੈਸੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਟੁੱਟਣ ਕਾਰਨ ਆਪਣਾ ਘਰ ਗੁਆਇਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਪੈਸਾ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ (ਪਨਾਹ) ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ। ਉਹ ਬੇਘਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਸਤਰਾ, ਖਾਣਾ, ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਥਾਂ, ਲਾਂਡਰੀ (ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ੈਲਟਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿਣ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਹੜਾ ਬੇਘਰ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਹੜਾ ਬੇਘਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ:



bchousing.org/housing-assistance/homelessness-services/emergency-shelter-program

ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ:

smap.bchousing.org

ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪੁਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ:



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਟੈਂਪੋਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ, **ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ** ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ **ਪੰਨਾ 237 'ਤੇ "ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ" ਵੇਖੋ।**



ਭੁੱਖ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦਾ ਖਾਣਾ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਮੁਫ਼ਤ ਖਾਣਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਹੀਂ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ। ਲੋਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਦਾਨ (ਦਿੰਦੇ) ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਗਰੋਸਰੀ ਦੇ ਸਟੋਰਾਂ, ਚਰਚਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਦੇ ਦਾਨ ਬਕਸੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਫੂਡ ਬੈਂਕਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਫੂਡ ਬੈਂਕਸ ਬੀ ਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 855 498-1798

foodbanksbc.com/find-a-food-bank

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੈਨਾਬਿਸ (ਭੰਗ), ਕੋਕੀਨ, ਕ੍ਰਿਸਟਲ ਮੈਥ, ਜਾਂ ਹੈਰੋਇਨ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਦਵਾਈਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਨ ਕਿਲਰ (ਦਰਦ ਹਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ) ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਖੁਸ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣਾ, ਸੈਕਸ, ਜਾਂ ਜੁਆ (ਤਾਸ਼ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ, ਘੋੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਦੌੜਾਂ, ਜਾਂ ਕੈਸੀਨੋ (ਜੁਆਖਾਨਾ) ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਗਾ ਕੇ ਪੈਸੇ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ)।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਤੀਬਰ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਗੰਭੀਰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੋਵੇ, ਐਡਿਕਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਸਿਹਤ, ਕੰਮ, ਸਕੂਲ, ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮੁਸੀਬਤ ਲਿਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸ਼ਰਾਬ

ਸ਼ਰਾਬ ਇੱਕ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ (ਜ਼ਹਿਰ) ਪਦਾਰਥ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਹਾਰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਆਦੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਕੁਝ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਕਸਰ ਪੀਣ ਦੀ ਤੀਬਰ ਇੱਛਾ (ਲਾਲਸਾ) ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿ ਕਿੰਨੀ ਪੀਣੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਲੱਗਦੀ ਹੈ (2 ਜਾਂ 3 ਹਾੜੇ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰੁਕਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ)। ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਜਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣੀ ਬੰਦ ਕਰਨੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਰਹੇ ਸੀ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੀਤਾ ਸੀ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਕਿ ਘੱਟ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੀ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।
- ▶ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਣਾ, ਦੇਰ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਣਾ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਹੀ ਨਾ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ▶ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ। ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਬਹਿਸਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਬੁਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਂਦੇ ਸਮੇਂ ਕਹੀਆਂ ਜਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ।
- ▶ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਕਾਰਨ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ 'ਚ ਉਲਝ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਕੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ।
- ▶ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਉੱਤਰਨ ਦੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਸਵੇਰੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ, ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਗੜਬੜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀ, ਕੰਬਣੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।



ਅਲਕੋਹਲ ਅਤੇ ਡਰੱਗ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਡਰੱਗ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ, ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ (ਡਰੱਗ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ), ਐਡਿਕਸ਼ਨ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਡੀਟੋਕਸ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਡਿਕਸ਼ਨ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ), ਰਿਕਵਰੀ ਹੋਮ (ਐਡਿਕਸ਼ਨ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਾਂਝੇ ਘਰ), ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰੈਫਰਲ ਲਾਈਨ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਮਦਦ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ 'ਤੇ ਜਾਓ:



[healthlinkbc.ca/health-topics/
alcohol-drinking-and-your-health](https://healthlinkbc.ca/health-topics/alcohol-drinking-and-your-health)

ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ, ਅਲਕੋਹਲ ਅਤੇ ਡਰੱਗ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਅਲਕੋਹਲ ਅਤੇ ਡਰੱਗ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ (ਜਾਣਕਾਰੀ) ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਲਾਈਨ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-9382

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-1441

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਲਪ ਵਿਦ ਡਿਜ਼ਿਕਿੰਗ (ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ) 'ਤੇ ਜਾਓ: helpwithdrinking.ca

ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ [ਪੰਨਾ 241](#) 'ਤੇ "[ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ \(ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ\) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ](#)" ਵੇਖੋ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਸੰਕਟ

ਯੂਨਾਇਟਡ ਸਟੇਟਸ, ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਮੇਤ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਕਈ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਸੰਕਟ ਹੈ। ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਡਰੱਗਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਰੋਇਨ, ਮੈਥਾਮਫੇਟਾਮਾਈਨ, ਅਤੇ ਕੋਕੀਨ) ਹਮੇਸ਼ਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ, ਹਾਲ ਹੀ ਦੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਡਰੱਗਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅਣਜਾਣ ਰਸਾਇਣ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਮਿਲਾਵਟ ਵਾਲੀਆਂ ਡਰੱਗਾਂ ਨੂੰ "ਟੌਕਸਿਕ ਡਰੱਗਜ਼" ("ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਨਸ਼ੇ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਓਵਰਡੋਜ਼ (ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੈਣਾ) ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜ਼ਹਿਰ ਫੈਲਣੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਮਰਨਾ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਾਲਗ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਕੁਝ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਡਰੱਗਾਂ (ਓਪੀਓਇਡਜ਼, ਕੋਕੀਨ, ਮੈਥ ਅਤੇ ਐਕਸਟਸੀ) ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਨਿੱਜੀ ਘਰਾਂ, ਸ਼ੈਲਟਰਾਂ (ਪਨਾਹ ਗਾਹਾਂ), ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਅਤੇ ਹਾਰਮ ਰਿਡਕਸ਼ਨ (ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣਾ) ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਆਊਟਪੇਜ਼ੈਂਟ ਐਡਿਕਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ, ਓਵਰਡੋਜ਼ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ, ਅਤੇ ਡਰੱਗ-ਜਾਂਚ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪਰਾਧ ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ, ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਾਧਨਾਂ ਅਤੇ ਪਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਡਰੱਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਕਾਰਜਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[gov.bc.ca/gov/content/
overdose/decriminalization](https://gov.bc.ca/gov/content/overdose/decriminalization)



ਹਾਰਮ ਰਿਡਕਸ਼ਨ (ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣਾ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹਨਾਂ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ "ਹਾਰਮ ਰਿਡਕਸ਼ਨ" ("ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣਾ") ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣਾ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ, ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ:

- ▶ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਡਰੱਗਾਂ ਨਾਲ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਜ਼ਹਿਰ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ▶ ਵਰਚੁਅਲ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਰੋਕਥਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਉਹ ਇਕੱਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਦੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਲਾਈਫਗਾਰਡਕੈਨੈਕਟ™ ਵਰਗੀਆਂ ਐਪਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ▶ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਕੁਝ ਡਰੱਗਾਂ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਉਲਟਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਓਵਰਡੋਜ਼ (ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਿਕਦਾਰ ਲੈਣੀ) ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਉਸ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ 'ਚ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ▶ ਡਰੱਗ ਚੈਕਿੰਗ ਡਰੱਗਾਂ ਨੂੰ ਟੈਸਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰਵਿਸ ਹੈ। ਇਹ ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਓਵਰਡੋਜ਼-ਰੋਕਥਾਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਲੋਕ ਆਪਣੀਆਂ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਡਰੱਗ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਡਰੱਗ (ਸੱਟ ਜਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ) ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

▶ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਦੀ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ:



[bccdc.ca/our-services/
programs/
harm-reduction](https://bccdc.ca/our-services/programs/harm-reduction)

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਡਰੱਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ: helpstartshere.gov.bc.ca

ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ [ਪੰਨਾ 241](#) 'ਤੇ "[ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ \(ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ\) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ](#)" ਵੇਖੋ।



ਜੂਆ ਖੇਡਣਾ

ਵਧੇਰੇ ਪੈਸੇ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਖੇਡਾਂ ਜਾਂ ਸਮਾਗਮਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਗਾਉਣਾ ਜੂਆ ਖੇਡਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤਾਸ ਖੇਡਣਾ, ਖੇਡਾਂ 'ਤੇ ਸੱਟਾ ਲਗਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਸਲਾਟ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਜਿੱਤ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਪੈਸੇ ਹਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੂਆ ਖੇਡਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੰਮਾਂ-ਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ, ਵਿੱਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗੈਂਬਲਿੰਗ ਸਪੋਰਟ ਬੀ ਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਦਤ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਅਤੇ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਦਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼, ਮੈਂਡਰਿਨ, ਵੀਅਤਨਾਮੀ, ਕੋਰੀਅਨ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫਤ ਹੈ। ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੰਕਟ 'ਚ ਸਹਾਰਾ, ਅਤੇ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਲੈਣ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

ਗੈਂਬਲਿੰਗ ਸਪੋਰਟ ਬੀ ਸੀ

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 795-6111

(ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ)

gambingsupportbc.ca

ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ, ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਦੇ **ਪੰਨਾ 241** 'ਤੇ "**ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ**" ਵੇਖੋ।

ਸਦਮੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਕੈਨੇਡਾ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਦਮਾ (ਬਹੁਤ ਔਖੇ ਅਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਨੁਕਸਾਨ) ਲੱਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜੰਗ, ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਜਾਂ ਤਸ਼ੱਦਦ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਫਾਰ ਸਰਵਾਈਵਰਜ਼ ਆਫ਼ ਟਾਰਚਰ (ਤਸੀਹਿਆਂ ਦੀ ਮਾਰ ਝੱਲ ਕੇ ਬਚਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਵੈਨਕੂਵਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ) (ਵੀ ਏ ਐੱਸ ਟੀ) ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟਰੌਮਾ (ਸਦਮਾ) ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ:

- ▶ ਰਿਫ਼ਿਊਜੀ ਕਲੇਮੰਟਸ (ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚ)
- ▶ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ
- ▶ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਪਾਂਸਰ ਕੀਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ
- ▶ ਕਨਵੈਨਸ਼ਨ ਰਿਫ਼ਿਊਜੀ/ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਡ (ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੇ) ਵਿਅਕਤੀ
- ▶ ਸੀ ਯੂ ਏ ਈ ਟੀ ਵੀਜ਼ੇ ਵਾਲੇ (ਯੂਕਰੇਨੀਅਨ ਪਾਥਵੇਅ)
- ▶ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਸਟੇਟਸ (ਰੁਤਬਾ) ਖੁੱਸਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ
- ▶ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਸਟੇਟਸ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ
- ▶ ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ
- ▶ ਤਸੀਹੇ ਝੱਲ ਕੇ ਬਚੇ ਹੋਏ

ਵੀ ਏ ਐੱਸ ਟੀ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਵੀ ਏ ਐੱਸ ਟੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 778 372-6593

ਈਮੇਲ: referrals@vastbc.ca

vastbc.ca



9-1-1 ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ecommm911.ca

ਬੀ ਸੀ 211 ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ 2-1-1

bc211.ca

ਕਰਾਈਸਿਸ ਸੈਂਟਰ ਆਫ਼ ਬੀ ਸੀ (ਬੀ ਸੀ ਦਾ ਸੰਕਟ ਕੇਂਦਰ)

ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨਾਂ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ 24/7 ਤੁਰੰਤ ਮਦਦ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਹਾਰੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਸਪੋਰਟ ਲਾਈਨ (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਸਹਾਰਾ ਲਾਈਨ):

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 310-6789 (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ)

ਬੀ ਸੀ ਸੁਆਸਾਈਡ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ ਐਂਡ ਇੰਟਰਵੈਨਸ਼ਨ ਲਾਈਨ (ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਖੁਦਕਸ਼ੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਲਾਈਨ)

(ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ)

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 784-2433

(1 800 ਐੱਸ ਯੂ ਆਈ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਈ)

crisiscentre.bc.ca

CrisisCentreChat.ca

(ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਰਾਂ ਵਜੇ ਤੋਂ ਸਵੇਰ ਦੇ 1 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀ)

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਮੁਫ਼ਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਲਈ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ 7-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਜਾਨਲੇਵਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਸੱਟਾਂ ਲਈ 9-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

healthlinkbc.ca

ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-2421

ਵਿਕਟੋਰੀਆ: 250 387-6121

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7867

servicebc.gov.bc.ca



ਵਸੀਲਿਆਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ A-Z

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿਟ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੁੱਜਤ 'ਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ)

ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਖਰਚ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਭੁਗਤਾਨ।

gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਐਕਸਪੈਂਸਿਜ਼ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਖਰਚ)

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਦੀ ਕਟੌਤੀ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।



canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/topics/about-your-tax-return/tax-return/completing-a-tax-return/deductions-credits-expenses/line-21400-child-care-expenses.html

ਚਾਇਲਡਕੇਅਰਬੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਚਾਇਲਡਕੇਅਰਬੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/childcarebc-programs

ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬਿੱਗ ਬਰਦਰਜ਼ ਅਤੇ ਸਿਸਟਰਜ਼ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ

ਸੇਧ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ।

bigbrothersbigsisters.ca

ਬੁਆਏਜ਼ ਅਤੇ ਗਰਲਜ਼ ਕਲੱਬਜ਼ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਲੱਬਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮਦਦ ਜਿਹੜੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

bgccan.com/en/find-your-club

ਚਾਇਲਡ ਐਂਡ ਫੈਮਲੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸਰਚ (ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਖੋਜ)

ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ।



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/data-monitoring-quality-assurance/find-services-for-children-teens-families



ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਚਾਇਲਡ ਐਂਡ ਯੂਥ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਸੈਂਟਰ (ਬਾਲ ਅਤੇ ਯੁਵਾ ਵਕਾਲਤ ਕੇਂਦਰ) (ਸੀ ਵਾਈ ਏ ਸੀ)

ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਜਿਹੜਾ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

bccyac.ca

ਚਾਇਲਡ ਬਹੇਵੀਅਰ ਐਂਡ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ (ਬਾਲ ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ)

ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਵਧੇਰੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/child-behaviour-development

ਫਾਊਂਡਰੀ

12 ਤੋਂ 24 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਸੂਬਾ-ਵਿਆਪੀ ਨੈੱਟਵਰਕ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਾਥੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

foundrybc.ca

ਯੂਥਇਨਬੀਸੀ ਚੈਟ

12 ਤੋਂ 24 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਰੁਕਾਵਟ-ਮੁਕਤ, ਬਿਨਾਂ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ, ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਗੁਪਤ ਚੈਟ ਸਰਵਿਸ। ਦੁਪਹਿਰ ਤੋਂ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੱਕ ਉਪਲਬਧ।

YouthInBC.com

ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬੀ ਸੀ ਆਟੋਮੋਟਿਵ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ)

ਘਰ, ਕਾਰ, ਯਾਤਰਾ, ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਈ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 247-5551

bcaa.com



ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਬੀ ਸੀ ਰਜਿਸਟਰੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਅਤੇ ਵਾਹਨ 'ਤੇ ਲੀਅਨ (ਅਣ-ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੇ ਕਰਜ਼ੇ) ਅਤੇ ਲੀਅਨ ਬਾਰੇ ਖੋਜ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



bcregistrieservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page

ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ

ਕਾਰਪੂਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਾਰਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing

ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਸਬੰਧੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਜਾਂ ਬੁਸਟਰ ਸੀਟ ਚੁਣਨ ਅਤੇ ਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



tc.canada.ca/en/road-transportation/child-car-seat-safety

ਡਰਾਈਵਬੀਸੀ

ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ਾ ਹਾਲਤਾਂ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਲਈ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ, ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ, ਸਰਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਟਾਇਰਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

drivebc.ca

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਆਈ ਸੀ ਬੀ ਸੀ)

ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ, ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ, ਅਤੇ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ।

ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ: 1 800 663-3051

ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਸ਼ਨਾਖਤਾਂ (ਆਈ ਡੀ): 1 800 950-1498

icbc.com

ਰੋਡਸੇਫਟੀਬੀਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ



gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/roadsafetybc



ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ

ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



icbc.com/road-safety/safety-and-road-conditions

ਸ਼ਿਫਟ ਇਨਟੂ ਵਿੰਟਰ (ਸਰਦੀਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ)

ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ਾ ਹਾਲਤਾਂ, ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਸੁਝਾਅ, ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਟਾਇਰ ਲਈ ਸੇਧਾਂ।

roadsafetyatwork.ca/campaign/shift-into-winter

ਵਹੀਕਲ ਸੇਲਜ਼ ਅਥਾਰਿਟੀ (ਵੀ ਐੱਸ ਏ)

ਵਾਹਨ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

vsabc.ca

ਸਿੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਐਡਲਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਬਾਲਗ ਸਿੱਖਿਆ)

ਬਾਲਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਚੋਣਾਂ ਜਿਹੜੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਰਸ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education

ਬੀ ਸੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਗਾਈਡ

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ (ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਤਬਾਦਲਾ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bctransferguide.ca

ਬੀ ਸੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਕਨਟੈਕਟ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ

ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bcschoolcontacts.gov.bc.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲਜ਼

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਸ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰਾਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸਬੰਧੀ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

cicic.ca/857/study.canada



ਸਿੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਅਰਲੀ ਲਰਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਜ਼ (ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

5 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs

ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਪਲੈਨਰਬੀਸੀ

ਕਿੱਤਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਅੱਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

educationplannerbc.ca

ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਇੰਡੀਪੈਂਡੈਂਟ ਸਕੂਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਜ਼ ਇਨ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਐੱਫ ਆਈ ਐੱਸ ਏ ਬੀ ਸੀ)

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 684-6023

fisabc.ca

ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (ਵੈਕਸੀਨ ਲਵਾਉਣੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਕੂਲ-ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨੇਸ਼ਨ ਸਟੇਟਸ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ (ਲਗਵਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਬਾਰੇ ਆਗਾਹ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਯਮ)।



immunizebc.ca/children/vaccine-status-reporting-regulation

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12

ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰੇਡ 12 (ਕੇ-12) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12

ਲੈਂਗੂਏਜ ਇਨਸਟਰਕਸ਼ਨ ਫਾਰ ਨਿਊਕਮਰਜ਼ ਟੂ ਕੈਨੇਡਾ (ਐੱਲ ਆਈ ਐਨ ਸੀ)

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਦੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/new-immigrants/new-life-canada/improve-english-french/classes.html



ਸਿੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਲੇ ਕੌਸੀਲ ਸਕੋਲੇਅਰ ਫੁੱਕੇਡੇਨ ਡੇ ਲਾ ਕੋਲੰਬੀ-ਬ੍ਰਿਟੈਨਿਕ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਾਂਸੀਸੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 214-2600

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 715-2200

csf.bc.ca

ਲਰਨਲਿਵ ਬੀ ਸੀ

ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

learnlivebc.ca

ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ।



gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਇੰਸਟੀਚਿਊਸ਼ਨਜ਼ ਬਰਾਂਚ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਟਿਊਟਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

privatetraininginstitutions.gov.bc.ca

ਸਟੂਡੈਂਟਏਡ ਬੀ ਸੀ

ਸੈਕੰਡਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ।

studentaidbc.ca

ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਇੰਪਲੌਏਮੈਂਟ ਅਤੇ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਆਮਦਨ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਟਿਕਾਊ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵੱਲ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਦਦ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਹੜੇ ਅਪਾਹਜਤਾ ਕਾਰਨ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 866-0800



gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program



ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਬੀ ਸੀ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਲੇਬਰ

ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਉਜਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 430-1421

ਈਮੇਲ: organize@bcfed.ca

bcfed.ca

ਕੈਨੇਡਾ ਲੇਬਰ ਕੋਡ

ਕੇਂਦਰੀ (ਫੈਡਰਲੀ) ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕੀਤੇ ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ।



canada.ca/en/services/jobs/workplace/federally-regulated-industries.html

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕਮਿਸ਼ਨ

ਕੇਂਦਰ (ਫੈਡਰਲ) ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 888 214-1090

chrc-ccdp.gc.ca

ਕਰੀਅਰ ਪਾਥਸ ਫਾਰ ਸਕਿੱਲਡ ਇਮੀਗ੍ਰਾਂਟਸ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕਿੱਤੇ ਦੇ ਰਾਹ)

ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਦੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

welcomebc.ca/CareerPaths

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਰਿਕਾਰਡਜ਼ ਰੀਵਿਊ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਅਪਰਾਧਿਕ ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ।

justice.gov.bc.ca/eCRC/home.htm

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਐਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ) ਕੈਨੇਡਾ

ਆਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ) ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।



canada.ca/en/employment-social-development/services/sin/protection.html

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਈ ਆਈ)

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੇ ਭੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਛੁੱਟੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

canada.ca/en/services/benefits/ei



ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਇੰਪਲੋਏਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ (ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ)

ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ, ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੱਢਣ, ਨੌਕਰੀ ਛੱਡਣ, ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਲੇਅ ਆਫ਼ ਹੋਣ, ਤਨਖ਼ਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ, ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਓਵਰਟਾਈਮ, ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards

ਫੈਡਰਲ ਜੌਬ ਬੈਂਕ

ਔਨਲਾਈਨ ਜੌਬ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨੌਕਰੀਆਂ।

jobbank.gc.ca

ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਫਾਰ ਚਿਲਡਰਨ (ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ)

ਲੋੜਵੰਦ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ। ਹੈਲਪਲਾਈਨ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 310-1234 (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ)

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ (ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ)

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities/oicr

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ ਲੋਨਜ਼

(ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਲਈ ਕਰਜ਼ੇ)

ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹੋਣ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ।

ਐੱਸ ਯੂ ਸੀ ਸੀ ਈ ਐੱਸ ਐੱਸ: successbc.ca/fcr

ਪੀ ਆਈ ਸੀ ਐੱਸ: fcrloans.ca/brands/pics/

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਬੀ ਸੀ: issbc.org/our-services/fcrloans



ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਮੋਜੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ) ਦਾ ਮਾਈਗ੍ਰੈਂਟ ਵਰਕਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ, ਵਿਤਕਰੇ, ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੋਵੇ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 324-7979

ਈਮੇਲ: migrantworkers@mosaicbc.org



mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers

ਮਾਈ ਸੈਲਫ ਸਰਵ (ਐੱਮ ਵਾਈ ਐੱਸ ਐੱਸ)

ਇਨਕਮ ਅਤੇ ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜਤਾ ਸਹਾਇਤਾ) ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਪਹੁੰਚ।

myselfserve.gov.bc.ca

ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰਿਕੋਗਨੀਸ਼ਨ (ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ)

ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਮਾਨਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/governments/organizational-structure/ministries-organizations/regulatory-authorities

ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-2421

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7867

ਸਕਿੱਲਡ ਇੰਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਇਨਫੋਸੈਂਟਰ (ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ)

ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

ਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ 604 331-3603

vpl.ca/siic

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ

ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਐੱਸ ਆਈ ਐਨ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 274-6627

Canada.ca/social-insurance-number



ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਵਰਕਬੀਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 877 952-6914

workbc.ca

ਵਰਕਸੇਫਬੀਸੀ

ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 967-5377

worksafebc.com

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬੀ ਸੀ ਕੈਂਸਰ

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ (ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ) ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬ੍ਰੈਸਟ (ਛਾਤੀ), ਬੱਚੇਦਾਨੀ, ਕੋਲਨ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

screeningbc.ca

ਬੀ ਸੀ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ

ਸੂਬਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿਕ ਜਿਹੜੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

bccdc.ca

ਬੀ ਸੀ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ

ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭੋ।

yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist

ਬੀ ਸੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bcehs.ca/about/billing

ਬੀ ਸੀ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ

ਬੀ ਸੀ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਕੀ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100



[gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/
pharmacare-for-bc-residents/what-we-cover](http://gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/pharmacare-for-bc-residents/what-we-cover)



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਫੂਡ ਗਾਈਡ

ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਬਾਰੇ ਸੇਧਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ।

food-guide.canada.ca/en

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਂਟਰ ਔਨ ਸਬਸਟੈਂਸ ਯੂਜ਼ ਐਂਡ ਐਡਿਕਸ਼ਨ

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਹੱਲ।

ccsa.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡੈਂਟਲ ਕੇਅਰ ਪਲਾਨ (ਸੀ ਡੀ ਸੀ ਪੀ)

19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਯੋਗ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਯੋਗ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪੁੱਜਤ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ।



canada.ca/en/services/benefits/dental/dental-care-plan.html

ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ.ਸੀ.

ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ/ਰੋਕਣਾ, ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।
ਟੈਲ-ਫਰੀ: 310-6789 (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ)

crisislines.bc.ca

ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਪਰਚੀ) ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100

gov.bc.ca/fairpharmacare



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਗੈੱਟ ਚੈੱਕਡ ਆਨਲਾਈਨ (ਆਨਲਾਈਨ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉ)

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੈਕਸੂਅਲ ਟ੍ਰਾਂਸਮਿਟਡ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ (ਐੱਸ ਟੀ ਆਈ) (ਜਿਨਸੀ ਲਾਗ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਸੌਖਾ ਤਰੀਕਾ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ (ਬੀ ਸੀ ਸੀ ਡੀ ਸੀ) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

604 707-5603

getcheckedonline.com

ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੂਡੈਂਟ (ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ) ਹੈਲਥ ਫੀਸ

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਏ ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟ ਵਾਲੇ ਪੋਸਟ ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਫੀਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/health-fee-international-students/pay

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮੁਫਤ, ਗੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ

ਹੈਲਥਲਿੰਕ ਲਈ 8-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ 7-1-1 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

healthlinkbc.ca

ਹੈਲਦੀ ਕਿਡਜ਼ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਬੱਚੇ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਪ੍ਰੈਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ) ਵਾਲੀਆਂ ਐਨਕਾਂ, ਸੁਣਨ ਦੇ ਯੰਤਰ, ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਲਈ ਬਦਲਵੇਂ ਸਹਾਰੇ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 866-0800



gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/health-supplements-and-programs/healthy-kids

ਹਾਰਟ ਐਂਡ ਸਟ੍ਰੋਕ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ

ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੋਕ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

heartandstroke.ca



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਅੰਤਰਿਮ ਫੈਡਰਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਸਮੂਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸੂਬਾਈ, ਖੇਤਰੀ, ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਵਰੇਜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਲਈ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ (ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ) ਦੀ ਸੀਮਤ, ਅਸਥਾਈ ਕਵਰੇਜ।



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/eligibility.html

ਅੰਤਰਿਮ ਫੈਡਰਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ - ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਜਗ੍ਹਾ ਅਨੁਸਾਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ (ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ ਜਿਹੜੇ ਆਈ ਐੱਫ ਐੱਚ ਪੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ifhp.medaviebc.ca/en/providers-search

ਮੈਨੇਜਿੰਗ ਯੂਅਰ ਹੈਲਥ (ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ)

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ।



gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ)

ਬੀ.ਸੀ. ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਯੋਗਤਾ, ਕਵਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਕਵਰ ਨਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਵਰੇਜ, ਬੀ.ਸੀ. ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿੱਟਜ਼ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 683-7151

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663-7100



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp



ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲਾਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਸਪਲੀਮੈਂਟਰੀ ਬੈਨੀਫਿਟਸ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਅੰਸ਼ਿਕ ਭੁਗਤਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/benefits/services-covered-by-msp/supplementary-benefits

ਮੈਡੀਮੈਪ

ਨੇੜਲਾ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਐਂਡ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ (ਯੂ ਪੀ ਸੀ ਸੀ) ਲੱਭੋ।

medimap.ca

ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸਬਸਟਾਂਸ ਯੂਜ਼ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ)

ਵਸੀਲੇ, ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਹੜੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।



bcmhsus.ca/mental-health-substance-use-services

ਕੁਇੱਟਨਾਓ ਬੀ ਸੀ

ਤੰਬਾਕੂ ਅਤੇ ਈ-ਸਿਗਰੇਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਛੱਡਣ ਜਾਂ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 455-2233

quitnow.ca

ਟਰਾਂਸ ਕੇਅਰ ਬੀ ਸੀ

ਟਰਾਂਸ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਜੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 999-1514

ਈਮੇਲ: transcareteam@phsa.ca

transcarebc.ca

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ

ਹਾਊਸਿੰਗ ਲਿਸਟਿੰਗਜ਼, ਰੈਂਟਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਕਿਰਾਇਆ ਦੇਣ 'ਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ), ਸਮਝੇ ਕਿਰਾਏ ਅਤੇ ਮਾਰਕੀਟ 'ਚ ਚਲਦੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਅਤੇ ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 433-2218

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 257-7756

bchousing.org



ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਸਿੰਗ - ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ, ਕ੍ਰੌਪ-ਇਨ ਸੈਂਟਰ, ਆਊਟਰੀਚ ਵਰਕਰ, ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਘਰ ਲੱਭੋ।



bchousing.org/housing-assistance/homelessness-services/emergency-shelter-program

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਕਲੀਨਿਕ

ਸੂਬਾਈ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮਦਦ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 622-1100

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 855 685-6222

ਈਮੇਲ: infobchrc@clasbc.net

bchrc.net

ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ (ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ) ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 775-2000

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 440-8844

ਈਮੇਲ: BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca

bchrt.bc.ca

ਬੀ ਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਆਫ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸਿੰਗ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

bcsth.ca/safety-planning/

ਬੀ ਸੀ 211

ਸ਼ੈਲਟਰ ਅਤੇ ਸਟਰੀਟ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਵੈਨਕੂਵਰ, ਫਰੇਜ਼ਰ ਵੈਲੀ ਅਤੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਫੋਨ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ: 2-1-1

bc.211.ca/shelter-lists

ਕੈਨੇਡਾ ਮੌਰਗੇਜ ਅਤੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ

ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਮੌਰਗੇਜ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

cmhc-schl.gc.ca



ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਕੇ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਹਾਊਸਿੰਗ ਫੰਡਰੇਸ਼ਨ

ਕੇ-ਆਪ (ਸਹਿਕਾਰੀ) ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ, ਸਮੂਹ ਖਰੀਦਦਾਰੀ, ਅਤੇ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਹੱਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 879-5111

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ: 250 384-9444

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 879-5111

chf.bc.ca

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ

ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਜਾਂ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ, ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ, ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ।



gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy

ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ

ਸਮਝੋ ਕਿ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।



oipc.bc.ca/documents/guidance-documents/2202

ਰੀਸਾਈਕਲ ਬੀ ਸੀ

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ, ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿੱਥੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਤੋਂ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲਿਜਾਣ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

recyclebc.ca/where-can-i-recycle

ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਕੌਂਸਲ

ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਐਨਸਾਈਕਲੋਪੀਡੀਆ (ਵਿਸ਼ਵਕੋਸ਼) ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੋਟਲਾਈਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 732-9253

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 667-4321

ਈਮੇਲ: info@rcbc.ca

rcbc.ca



ਰਿਹਾਇਸ਼ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ (ਜਾਰੀ)

ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਟੈਨੈਂਸੀ ਬਰਾਂਚ (ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ਾਖਾ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 660-1020

ਵਿਕਟੋਰੀਆ: 250 387-1602

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-8779

ਈਮੇਲ: HSRTO@gov.bc.ca

gov.bc.ca/landlordtenant

ਰਿਟਰਨ-ਇਟ (ਇਸ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰੋ)

ਰਿਫੰਡ (ਪੈਸੇ ਵਾਪਸ ਲੈਣੇ) ਲਈ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਖਾਲੀ ਡੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਾਲ ਹੀ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕਸ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਐਪਲਾਇੰਸਜ਼ (ਉਪਕਰਨਾਂ) ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

return-it.ca

ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦਾ ਵਸੀਲਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਕੇਂਦਰ (ਟੀ ਆਰ ਏ ਸੀ)

ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਕਾਲਤ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 255-0546

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-1185

tenants.bc.ca

ਭੁੱਖ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਫੂਡ ਬੈਂਕਸ ਬੀ ਸੀ

ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਲੱਭੋ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 855 498-1798

foodbanksbc.com

ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਐਕਸੈਸ ਪ੍ਰੋ ਬੋਨੋ

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਜਿਹੜੇ ਵਕੀਲ ਦੀ ਫੀਸ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਅਤੇ ਲੀਗਲ ਏਡ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 877 762-6664

accessprobono.ca

ਸਿਵਲ ਰੈਜ਼ੋਲਿਊਸ਼ਨ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ

ਵਕੀਲ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਏ ਬਿਨਾਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਵਲ (ਦਿਵਾਨੀ) ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਪਹੁੰਚ ਯੋਗ, ਸਸਤਾ ਤਰੀਕਾ।

civilresolutionbc.ca



ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਕਲਿੱਕਲਾਅ

ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ।

clicklaw.bc.ca

ਡਾਇਲ-ਏ-ਲਾਅ

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਬਾਰੇ ਮੁਫਤ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 800 565-5297

dialalaw.ca

ਜਸਟਿਸ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸੁਸਾਇਟੀ

ਅਦਾਲਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 855 875-8867

justiceeducation.ca

ਲੀਗਲ ਏਡ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਬੀ ਸੀ

ਵਕੀਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 408-2172

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 577-2525

legalaid.bc.ca

ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ ਸੀ-ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ

ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਾਨੂੰਨ) ਦੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 408-2172

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 866 577-2525

familylaw.lss.bc.ca ਜਾਂ family.legalaid.bc.ca

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਸਰਕਾਰ - ਓਵਰਡੋਜ਼ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ (ਵਧੇਰੇ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਡਰੱਗ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ)

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਡਰੱਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪਰਾਧ ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ



gov.bc.ca/gov/content/overdose/decriminalization



ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਗੈਂਬਲਿੰਗ ਸਪੋਰਟ ਬੀ ਸੀ

ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਦੀ ਆਦਤ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ।
ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 795-6111 (ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀ)

gamblingsupportbc.ca

ਗੇਮਸੈਂਸ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ।

gamesense.com

ਹੈਲਪ ਸਟਾਰਟਸ ਹੇਅਰ (ਮਦਦ ਇੱਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)

ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ), ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਲਈ ਮਦਦ, ਨਾਲ ਹੀ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ (ਸਲਾਹ) ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ।

helpstartshere.gov.bc.ca

ਹੇਅਰ ਟੂ ਹੈਲਪ (ਮਦਦ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ)

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ।

heretohelp.bc.ca

ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪ ਫ਼ੋਨ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਫ਼ੋਨ)

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਚੁਨੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 668-6868

kidshelpphone.ca/call

ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੁਆਸਾਈਡ ਕਰਾਈਸਿਜ਼ ਹੈਲਪਲਾਈਨ (ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਸੰਕਟ ਹੈਲਪਲਾਈਨ)

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮਦਦ।

ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ: 9-8-8 (ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀ)

ਟੂਵਾਰਡ ਦਾ ਹਾਰਟ (ਦਿਲ ਵੱਲ)

ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਓਵਰਡੋਜ਼ (ਵਧੇਰੇ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਡਰੱਗ ਲੈਣੀ) ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

towardtheheart.com



ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਐਡਿਕਸ਼ਨ (ਆਦੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਵੈਨਕੂਵਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਫਾਰ ਸਰਵਾਈਵਰਜ਼ ਆਫ਼ ਟਾਰਚਰ (ਵੀ ਏ ਐੱਸ ਟੀ)

ਟਰੌਮਾ (ਸਦਮਾ) ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 778 372-6593

ਈਮੇਲ: referrals@vastbc.ca

vastbc.ca

ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

9-1-1

ਪੁਲਿਸ, ਅੱਗ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸਮੇਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ।

9-1-1

ecommm911.ca

ਬੀ ਸੀ ਐਕਸੈਸੀਬਿਲਿਟੀ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ

ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪਹੁੰਚ ਯੋਗਤਾ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਬਾਰੇ ਫੀਡਬੈਕ ਦਿਓ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 663 7867

ਈਮੇਲ: accessibility@gov.bc.ca

ਬੀ. ਸੀ. ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟਸ

ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਅਤੇ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਲ ਪੁਲਿਸ ਵਿਭਾਗ।



gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/policing-in-bc/bc-police-forces#municipal

ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ (ਸੀ ਆਰ ਏ)

ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਖੋਖਾਧੜੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਓ।



canada.ca/en/revenue-agency/corporate/scams-fraud.html

ਕੈਨੇਡਾ ਸੇਫਟੀ ਗਰੁੱਪ

ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਈਬਰ ਬੁੱਲੀਇੰਗ (ਔਨਲਾਈਨ ਖੱਕੇਸ਼ਾਰੀ) ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ

ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ।



csagroup.org/article/research/childrens-safety-and-privacy-in-the-digital-age



ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਡੂ ਨਾਟ ਕਾਲ ਲਿਸਟ (ਫ਼ੋਨ ਨਾ ਕਰੋ ਸੂਚੀ)

ਟੈਲੀਮਾਰਕੀਟਿੰਗ (ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੇਚਣੀਆਂ) ਕਾਲਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਦਰਜ ਕਰੋ।

Innte-dncl.gc.ca/en

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਐਂਟੀ-ਫਰਾਡ ਸੈਂਟਰ

ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਿਛਲੇ ਅਤੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 888 495-8501 (ਸਵੇਰ ਦੇ 7 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ ਦੇ 1:45 ਵਜੇ ਪੈਸੀਫਿਕ ਟਾਈਮ)



antifraudcentre-centreantifraude.ca/index-eng.htm

ਸਿਵਿਲੀਅਨ ਰਿਵਿਊ ਅਤੇ ਕੰਪਲੇਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ

ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਦੇ ਜਵਾਬ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 800 665-6878

crcc-ccetp.gc.ca

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

EmergencyInfoBC.ca

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਾਰਨ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ess.gov.bc.ca

ਐਂਡਿੰਗ ਵਾਇਲੈਂਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਬੀ ਸੀ

ਈ ਵੀ ਏ ਬੀ ਸੀ, ਜਿਹੜੀ ਜੈਂਡਰ-ਅਧਾਰਿਤ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਦੁਆਰਾ ਪੂਰੇ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 877 633-2505

ਈਮੇਲ: evabc@endingviolence.org

endingviolence.org/need-help



ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਗੱਟ ਸਾਈਬਰ ਸੇਫ਼ (ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੋ)

ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਔਨਲਾਈਨ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚੁੱਕੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਸਧਾਰਨ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

getcybersafe.gc.ca/en

ਪਛਾਣ ਦੀ ਚੋਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਪਛਾਣ ਚੋਰੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/financial-legal-matters/scams-and-fraud/identity-theft

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲੇ

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਘੁਟਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

welcomebc.ca/AvoidFraud

ਨਿਵੇਸ਼ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਧੋਖਾਧੜੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਨਿਵੇਸ਼ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਧੋਖਾਧੜੀ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ, ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਸੀਲੇ।



investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud

ਪੁਲਿਸ ਕੰਪਲੈਟ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ (ਓ ਪੀ ਸੀ ਸੀ)

ਮਿਊਂਸੀਪਲ ਪੁਲਿਸ ਵਿਰੁੱਧ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ।

ਟੈਲ-ਫਰੀ: 1 877 999-8707

opcc.bc.ca

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ

ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

priv.gc.ca/en/for-individuals

ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ (ਸੜਕ 'ਤੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ) ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



icbc.com/road-safety/sharing/pedestrian-safety



ਬਚਾਅ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ (ਜਾਰੀ)

ਪ੍ਰੀਪੇਅਰਡਬੀਸੀ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

preparedbc.ca

ਰੇਸਿਸਟ ਇੰਸੀਡੈਂਟ ਹੈਲਪਲਾਈਨ (ਨਸਲਵਾਦੀ ਘਟਨਾ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ)

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਦਮੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਵਸੀਲਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਨਸਲਵਾਦੀ ਘਟਨਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਦੀ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।

1 833 457-5463

racistincidenthelpline.ca

ਰੋਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਟਿਡ ਪੁਲਿਸ (ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ)

ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ, ਖਬਰਾਂ, ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਚੈੱਕ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

rcmp.ca

ਸੀਨੀਅਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਬਦਸਲੂਕੀ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਬਦਸਲੂਕੀ ਅਤੇ ਅਣਗੌਲੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।



gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/seniors/health-safety/protection-from-elder-abuse-and-neglect

ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਫਸਟ (ਬਜ਼ੁਰਗ ਪਹਿਲਾਂ) ਬੀ ਸੀ

ਬਜ਼ੁਰਗ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵਕਾਲਤ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ।

ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਇਲਾਕਾ: 604 437-1940

ਟੋਲ-ਫਰੀ: 1 866 437-1940

ਈਮੇਲ: info@seniorsfirstbc.ca

seniorsfirstbc.ca



ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪਰਮਾਨੰਤ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਪੱਕੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ,



cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ (ਕੱਚੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ) ਲਈ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰ, ਕੱਚੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ, ਅਤੇ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ

ਪੰਨਾ 248 ਦੇਖੋ ਜਾਂ welcomebc.ca/temporaryresidents

ਬੀ ਸੀ ਸੇਫ਼ ਹੇਵਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਦਾਅਵੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੇ ਸਮੇਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।



welcomebc.ca/start-your-life-in-b-c/settlement-services

ਗੌਰਮੈਂਟ-ਅਸਿਸਟਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ (ਜੀ ਏ ਆਰ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਸਹਾਇਤਾ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ, ਕੱਪੜੇ, ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।



canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/resettle-refugee/government-assisted-refugee-program.html

ਨਿਊਟੋਬੀਸੀ

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

newtobc.ca

ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ

ਆਪਣੀ ਜਨਤਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਲੱਭੋ।



gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries/find-your-public



ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਲੱਭਣੀ (A-Z)

100 ਮਾਈਲ ਹਾਊਸ

ਕੈਰੀਬੂ-ਚਿਲਕੋਟਿਨ ਪਾਰਟਨਰਜ਼ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 644-5869

caribooliteracy.com

ਐਬਟਸਫੋਰਡ

ਆਰਚਵੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

604 859-7681

archway.ca

ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.

604 630-0316

vivreencb.ca

ਐਗਾਸੀ-ਹੈਰੀਸਨ

ਮਿਸ਼ਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

604 826-3634

missioncommunityservices.com

ਐਸ਼ਕਰਾਫਟ

ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ

778 470-6101

immigrantservices.ca

ਬੈਰੀਅਰ

ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ

778 470-6101

immigrantservices.ca

ਬਰਨਬੀ

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 684-2561

issbc.org

**ਬਰਨਬੀ (ਜਾਰੀ)****ਮੋਜੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ)**

604 254-9626

mosaicbc.org**ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)**

604 684-1628

successbc.ca**ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਫ੍ਰਾਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.**

604 630-0316

vivreencb.ca**ਕੈਸ਼ ਕਰੀਕ****ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ**

778 470-6101

immigrantservices.ca**ਕੈਂਪਬੈਲ ਰਿਵਰ****ਐੱਮ ਆਈ ਐੱਸ ਏ ਆਫ਼ ਨੌਰਥ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ**

250 830-0171

immigrantwelcome.ca**ਕੈਸਲਗਰ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਕੌਸਟਨ****ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 492-6299

soics.ca**ਚੇਸ****ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ**

778 470-6101

immigrantservices.ca



ਸ਼ਮੇਨਸ

ਕਾਊਚਨ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 748-3112

www.cowichanintercultural.org

ਚੈਰੀਵਿਲ

ਵਰਨਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

250 542-4177

www.vdicss.org

ਚਿਲੀਵੈਕ

ਚਿਲੀਵੈਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

604 792-4267

www.comserv.bc.ca

ਕਲੀਅਰਵਾਟਰ

ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ

778 470-6101

immigrantservices.ca

ਕਲਿੰਟਨ

ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ

778 470-6101

immigrantservicLes.ca

ਕੋਕੁਇਟਲਮ

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 468-6000

successbc.ca

ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਕ੍ਰਾਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.

604 630-0316

vivreencb.ca

**ਕੋਮਾਕਸ ਵੈਲੀ****ਐੱਮ ਆਈ ਐੱਸ ਏ ਆਫ਼ ਨੌਰਥ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ**

250 830-0171

immigrantwelcome.ca**ਕੋਰਟਨੀ****ਐੱਮ ਆਈ ਐੱਸ ਏ ਆਫ਼ ਨੌਰਥ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ**

250 830-0171

immigrantwelcome.ca**ਕਰੇਨਬਰੁੱਕ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਕਰੈਸਟਨ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਡਾਸਨ ਕਰੀਕ****ਡਾਸਨ ਕਰੀਕ ਲਿਟਰੇਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 782-4211

dawsoncreekliteracy.ca**ਡੰਕਨ****ਕਾਊਚਨ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 748-3112

cbal.org**ਫਰਨੀ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org



ਫੋਰਟ ਨੈਲਸਨ

ਫੋਰਟ ਨੈਲਸਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲਿਟਰੇਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 774-4415

fncls.com

ਫੋਰਟ ਸੇਂਟ ਜੌਹਨ

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

250 785-5323

successbc.ca

ਗਿਬਸਨਜ਼

ਕੈਪੀਲੈਨੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

604 885-9310

capilanou.ca

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 567-4490

issbc.org

ਗੋਲਡਨ

ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ

250 342-2475

cbal.org

ਗਰੈਂਡ ਫੋਰਕਸ

ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ

250 342-2475

cbal.org

ਗਲਫ ਆਈਲੈਂਡਜ਼

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 361-9433

vircs.bc.ca

**ਹੈਡਲੀ****ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 492-6299

soics.ca**ਹੋਪ****ਇੰਪਾਵਰਡਐਡ ਸਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ**

604 860-0510

empoweredhope.ca**ਇਨਵਰਮੀਅਰ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਕਾਲੇਡੋਨ****ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 492-6299

soics.ca**ਕੈਮਲੂਪਸ****ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ**

778 470-6101

immigrantservices.ca**ਕਲੋਨਾ****ਕਲੋਨਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰਿਸੋਰਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 763-8008

kcr.ca**ਕਿੰਬਰਲੀ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org



ਕਿਟੀਮੈਟ

ਕਿਟੀਮੈਟ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 632-9107

kitimatcommunityservices.ca

ਲੈਡਨਰ

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 638-9881

successbc.ca

ਲੇਡੀਸਮਿੱਥ

ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 753-6911

cvims.org

ਲੇਕ ਕਾਊਚਨ

ਕਾਊਚਨ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 748-3112

cowichanintercultural.org

ਲੈਂਗਲੀ ਸਿਟੀ ਐਂਡ ਟਾਊਨਸ਼ਿਪ

ਲੈਂਗਲੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

604 534-7921

lcss.ca

ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੀਲੇਸ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.

604 630-0316

vivreenbc.ca

ਲਿਲੂਏਟ

ਕੈਪੀਲੈਨੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

604 885-9310

capilanou.ca

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 567-4490

issbc.org

**ਲਿਲੂਏਟ (ਜਾਰੀ)**

ਲਿਲੂਏਟ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ

250 256-7944

lillooet.bc.libraries.coop**ਲੰਬੀ**

ਵਰਨਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

250 542-4177

vdicss.org**ਮੈਕੋਜ਼ੀ**

ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ

250 342-2475

cbal.org**ਮੇਪਲ ਰਿੱਜ**

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

778 372-6567

issbc.org**ਮੈਕਬ੍ਰਾਈਡ**

ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ

250 342-2475

cbal.org**ਮੈਰਿਟ**

ਕੈਮਲੂਪਸ-ਕੈਰੀਬੂ ਰੀਜਨਲ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟਸ ਸੁਸਾਇਟੀ

778 470-6101

immigrantservices.ca**ਮਿੱਲ ਬੇਅ**

ਕਾਊਚਨ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 748-3112

cowichanintercultural.org



ਮਿਸ਼ਨ

ਮਿਸ਼ਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

604 826-3634

missioncommunityservices.com

ਮਾਊਂਟ ਵੈਡਿੰਗਟਨ ਰੀਜਨਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ

ਐੱਮ ਆਈ ਐੱਸ ਏ ਆਫ਼ ਨੌਰਥ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ

250 830-0171

immigrantwelcome.ca

ਨਾਨਾਇਮੋ

ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 753-6911

cvims.org

ਨਰਮਾਟਾ

ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 492-6299

soics.ca

ਨੈਲਸਨ

ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ

250 342-2475

cbal.org

ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਨਿਸਟਰ

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 684-2561

issbc.org

ਮੋਜੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ)

604 254-9626

mosaicbc.org

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 684-1628

successbc.ca



ਨਿਊ ਵੈਸਟਮਨਿਸਟਰ (ਜਾਰੀ)

ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਫ੍ਰਾਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.

604 630-0316

vivreenbc.ca

ਨੌਰਥ ਕਾਊਚਨ

ਕਾਊਚਨ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 748-3112

cowichanintercultural.org

ਨੌਰਥ ਡੈਲਟਾ

ਡਾਇਵਰਸਿਟੀ

604 597-0205

dcrs.ca

ਐਂਪਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

604 584-5811

options.bc.ca

ਪ੍ਰੋਗਰੈਸਿਵ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

604 596-7722

pics.bc.ca

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 498-5070

successbc.ca

ਨੌਰਥ ਵੈਨਕੂਵਰ

ਇਮਪੈਕਟ ਨੌਰਥ ਸ਼ੋਰ

604 988-2931

impactnorthshore.ca

ਓਕਨਾਗਨ ਫਾਲਸ

ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 492-6299

soics.ca



ਓਲੀਵਰ

ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 492-6299

soics.ca

ਓਸੇਈਓਸ

ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 492-6299

soics.ca

ਪਾਰਕਸਵਿਲ

ਮੈਂਟਰਲ ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 753-6911

cvims.org

ਪੈਂਬਰਟਨ

ਕੈਪੀਲੈਨੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

604 885-9310

capilanou.ca

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 567-4490

issbc.org

ਪੈਂਟਿਕਟਨ

ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 492-6299

soics.ca

ਪਿਟ ਮੈਡੇਜ਼

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

778 372-6567

issbc.org



ਪੋਰਟ ਅਲਬਰਨੀ

ਲਿਟਰੇਸੀ ਅਲਬਰਨੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 731-5664

literacyalberni.ca

ਪੋਰਟ ਕੋਕੁਇਟਲਮ

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 468-6000

successbc.ca

ਪੋਰਟ ਮੁਡੀ

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 468-6000

successbc.ca

ਪਾਵਲ ਰਿਵਰ

ਲਿਫਟ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

604 485-2004

liftcommunityservices.org

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 567-4490

issbc.org

ਪਿੰਸ ਜੌਰਜ

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਪਿੰਸ ਜੌਰਜ

1 877 562-2977

imss.ca

ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਫ੍ਰਾਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.

604 630-0316

vivreencb.ca

ਪਿੰਸ ਰੂਪਰਟ

ਹੇਕਟ ਸਟ੍ਰੇਟ ਇੰਪਲੌਏਮੈਂਟ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 624-9498

hseds.ca



ਪ੍ਰਿੰਸਟਨ

ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 492-6299

soics.ca

ਕੁਨੈਲ

ਲਿਟਰੇਸੀ ਕੁਨੈਲ ਸੁਸਾਇਟੀ

778 414-9119

literacyquesnel.ca

ਨਿਊ ਫੋਕਸ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 992-3119

facebook.com/NewFocusSociety

ਰੈਵਲਸਟੋਕ

ਸ਼ੁਸਵਾਪ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 804-2726

sissociety.ca

ਰਿਚਮੰਡ

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 638-9881

successbc.ca

ਰੌਸਲੈਂਡ

ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ

250 342-2475

cbal.org

ਸੈਨਿਚ

ਇੰਟਰ-ਕਲਚਰਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਗ੍ਰੇਟਰ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

250 388-4728

icavictoria.org

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 361-9433

vircs.bc.ca



ਸੈਮਨ ਆਰਮ

ਸ਼ੁਸਵਾਪ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 804-2726

sissociety.ca

ਸੀਸ਼ੈਲਟ

ਕੈਪੀਲੈਨੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

604 885-9310

capilanou.ca

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 567-4490

issbc.org

ਸਿਡਨੀ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 361-9433

vircs.bc.ca

ਸਮਿਦਰਜ਼

ਸਮਿਦਰਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ

250 847-9515

scsa.ca

ਸੂਕ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 388-4728

icavictoria.org

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 361-9433

vircs.bc.ca

ਸੂਕਆਮਿਸ਼

ਕੈਪੀਲੈਨੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

604 885-9310

capilanou.ca

**ਸੁਕਆਮਿਸ਼****ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ**

604 567-4490

issbc.org**ਸਮਰਲੈਂਡ****ਪੈਂਟਿਕਟਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 492-6299

soics.ca**ਸਰੀ****ਡਾਇਵਰਸਿਟੀ**

604 597-0205

dcrs.ca**ਐਂਪਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼**

604 584-5811

options.bc.ca**ਪ੍ਰੋਗਰੈਸਿਵ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ**

604 596-7722

pics.bc.ca**ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)**

604 498-5070

successbc.ca**ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੀਲੇਸ ਫ੍ਰੈਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.**

604 630-0316

vivreencb.ca**ਟੇਰੇਸ****ਸਕੀਨਾ ਡਾਇਵਰਸਿਟੀ ਸੁਸਾਇਟੀ**

250 635-6530

skeenadiversity.com

**ਟਰੇਲ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਟਵਾਸਨ****ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)**

604 638-9881

successbc.ca**ਵੇਲਮਾਊਂਟ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਵੈਨਕੂਵਰ****ਕੋਲਿੰਗਵੁੱਡ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 435-0323

cnh.bc.ca**ਫਰੋਗ ਹਾਲੋ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 251-1225

froghollow.bc.ca**ਗੌਰਡਨ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 683-2554

gordonhouse.org**ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ**

604 684-2561

issbc.org**ਕਿਵਾਸਾ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 254-5401

kiwassa.ca

**ਵੈਨਕੂਵਰ (ਜਾਰੀ)****ਲਿਟਲ ਮਾਊਂਟੇਨ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 876-7194

lmnhs.bc.ca**ਮੋਜੈਕ (ਐੱਮ ਓ ਐੱਸ ਏ ਆਈ ਸੀ)**

604 254-9626

mosaicbc.org**ਮਾਊਂਟ ਪਲੈਜੈਂਟ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 879-8208

mpnh.org**ਮਾਰਪੋਲ ਨੇਬਰਹੁੱਡ ਹਾਊਸ**

604 628-5663

marpolenh.org**ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)**

604 684-1628

successbc.ca**ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਵ੍ਹਾਕੋਡੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.**

604 630-0316

vivreencb.ca**ਵੈਂਡਰਹੂਫ****ਕੋਲੰਬੀਆ ਬੇਸਿਨ ਅਲਾਇੰਸ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ**

250 342-2475

cbal.org**ਵਰਨਨ****ਵਰਨਨ ਐਂਡ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਐਂਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼**

250 542-4177

vdicss.org



ਵਿਕਟੋਰੀਆ

ਇੰਟਰ-ਕਲਚਰਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਗ੍ਰੇਟਰ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

250 388-4728

icavictoria.org

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 361-9433

vircs.bc.ca

ਲਾ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ ਡੂ ਰੇਲੇਆ ਫ੍ਰਾਂਕੋਫੋਨ ਡੇ ਲਾ ਸੀ.ਬੀ.

250 885-2803

vivreenbc.ca

ਵੈਸਟ ਵੈਨਕੂਵਰ

ਇਮਪੈਕਟ ਨੌਰਥ ਸ਼ੋਰ

604 988-2931

impactnorthshore.ca

ਵੈਸਟਸ਼ੋਰ

ਇੰਟਰ-ਕਲਚਰਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਗ੍ਰੇਟਰ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

250 388-4728

icavictoria.org

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇਮੀਗ੍ਰੇਂਟ ਐਂਡ ਰਿਫ਼ਿਊਜ਼ੀ ਸੁਸਾਇਟੀ

250 361-9433

vircs.bc.ca

ਵਿਸਲਰ

ਕੈਪੀਲੇਨੋ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ

604 885-9310

capilanou.ca

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਆਫ਼ ਬੀਸੀ

604 567-4490

issbc.org



ਵਾਈਟ ਰੌਕ

ਔਪਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼

604 584-5811

options.bc.ca

ਪ੍ਰੋਗਰੈਸਿਵ ਇੰਟਰਕਲਚਰਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

(ਸਿਰਫ਼ ਲੇਬਰ ਮਾਰਕੀਟ ਸੇਵਾਵਾਂ)

604 596-7722

pics.bc.ca

ਸੋਰਸਜ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰੀਸੋਰਸਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ

604 531-6226

sourcesbc.ca

ਸਕਸੈਸ (ਐੱਸ.ਯੂ.ਸੀ.ਸੀ.ਈ.ਐੱਸ.ਐੱਸ.)

604 498-5070

successbc.ca

ਵਿਲੀਅਮਜ਼ ਲੋਕ

ਕੈਰੀਬੂ-ਚਿਲਕੋਟਿਨ ਪਾਰਟਨਰਜ਼ ਫਾਰ ਲਿਟਰੇਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਕੰ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ
ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ (A-Z) ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ

250 392-7833

caribooliteracy.com



BRITISH
COLUMBIA

>WelcomeBC