

# راهنمای روزهای اول برای تازه واردان به اونتاریو

با حمایت های فراوان:

# فهرست مطالب

1	..... مقدمه
3	..... ورود به اونتاریو
6	..... مسکن
11	..... بهداشت
16	..... اشتغال
20	..... تحصیلات
22	..... خدمات حقوقی
24	..... اجتماع و تفریحات
26	..... اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان
33	..... گام های بعدی

# به اونتاریو خوش آمدید!

رفتن به یک کشور جدید میتواند مشکل باشد. ترک کردن دوستان و خانواده میتواند دشوار باشد، ممکن است خیلی از امور با آنچه در کشوری که به تازگی آنرا ترک کرده اید تفاوت داشته باشد. مدرسه، خدمات بهداشتی، اشتغال و قانون بسته به جایی که از آن آمدید میتواند برای شما بسیار عجیب باشند. جا افتادن در اونتاریو ممکن است به مدت زمان زیادی نیاز داشته باشد، مخصوصاً اگر اطلاعات درستی نداشته باشید و ندانید که باید چه بکنید.

روزهای اول (First Days) توسط کارکنان سایت Settlement.Org که سابتی است مخصوص تازه واردان و راه اندازی شده توسط افرادی که به طور مستمر به تازه واردان کمک میکنند، نوشته شده است. این سایت به مهمترین سوالاتی که تازه واردان دارند پاسخ میدهد و به آنان کمک میکند اولین گامهای خود را برای اقامت گزیدن در اونتاریو بعنوان خانه جدیدشان بردارند.

روزهای اول (First Days) نکاتی را به شما می آموزد که برای دو هفته اول ورود خود به اونتاریو نیاز دارید. این مجموعه به تمام سوالات شما درباره زندگی در اونتاریو پاسخ نمی دهد. بلکه در گامهای نخستین به کمک شما می آید. مکانهای بسیار دیگری وجود دارند که میتوانید از طریق آنها اطلاعات بدست آورید، و ما بعداً درباره این مکانها بیشتر به شما خواهیم گفت. اگر به یک کامپیوتر و اینترنت دسترسی دارید، برای اطلاعات بیشتر درباره هر چیزی که اینجا میخوانید یا برای هر سوال دیگری که ممکن است برای شما پیش بیاید به وب سایت Settlement.Org در نشانی [www.settlement.org](http://www.settlement.org) مراجعه کنید.

این راهنما حاوی اطلاعات بسیار زیادی است. ممکن است یافتن نقطه شروع کار برای شما مشکل باشد. اما از شما خواهش میکنیم کمی وقت صرف کنید و این راهنما را با دقت بخوانید تا مطمئن شوید که میدانید چه چیزهایی برای شما مهم هستند و چگونه باید ادامه دهید.

بعضی از افراد در اینجا دوستانی دارند که میتوانند در برخی از موارد مهم به آنها کمک کنند و برای آنها توضیح دهند که بعضی از امور در کانادا به چه صورت است. این میتواند بسیار مفید باشد، اما به هر حال راهنما را بخوانید تا مطمئن شوید که خودتان همه موارد مهم را به درستی فهمیده اید. ممکن است دوستی نداشته باشید که منتظر شما باشد در اینصورت کارهای زیادی وجود دارد که باید به تنهایی انجام دهید. همچنین کارهای زیادی وجود دارد که میتوانید پیش از آمدن به اونتاریو انجام دهید که میتوانند به شما کمک کنند.

در هفته های نخست ورودتان به کانادا، کارهای زیادی برای انجام دادن دارید. باید فرمهای دولتی زیادی را پر کنید. این فرم ها به شما کمک میکنند تا با اسم هایی که معنی آنها را نمیدانید آشنا شوید، مانند SIN، OHIP، CCTB، و غیره. شما نباید برای این فرم ها پولی پرداخت کنید. اغلب میتوانید آنها را از اینترنت دانلود کنید. نیازی ندارید تا برای دریافت کمک در تکمیل این فرم ها پولی بپردازید. شما میتوانید در سازمان های مخصوص مهاجران کمک رایگان دریافت کنید. از طریق این راهنما متوجه خواهید شد که چگونه میتوانید با آنها تماس بگیرید.

این راهنما به مانند وب سایت Settlement.Org، به صورت موضوعی طبقه بندی شده است. فهرستی از کارهایی که باید طی هفته های نخستین ورود خود به اونتاریو انجام دهید به شما ارائه خواهد شد. بخشهای مختلف این راهنما این موارد را با جزئیات بیشتر توضیح میدهد. هر بخش اطلاعات بیشتری برای شما دارد. لینک هایی به مقاله های مشروح تر در وب سایت وجود دارند، و نیز اطلاعاتی در زمینه اینکه از کجا میتوانید کمک بگیرید. شما میتوانید فرمهای مهم را از وب سایت دانلود کنید و سپس چاپ نمایید.

## کارهایی که باید در هفته های نخست انجام دهید

شما میتوانید تصمیم بگیرید که چه کاری را اول انجام دهید. ممکن است لازم نباشد همه این کارها را انجام دهید. برای مثال، اگر فرزند ندارید، نیازی نیست یک مدرسه نزدیک به منزلتان پیدا کنید. بعضی از کارها را باید بلافاصله انجام دهید مانند درخواست برای کارت بهداشت یا شماره بیمه اجتماعی.

## مقدمه

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو  
ممکن است در شهری که مایل به زندگی هستید دوستان یا خویشاوندانی داشته باشید. آنها کمک بسیار خوبی برای شما هستند. آنها میتوانند جای هر چیز را در شهر به شما نشان دهند، و به شما کمک کنند تا جایی برای ماندن بیابید. آنها میتوانند به شما کمک کنند تا درباره اجتماع جدید خود بیشتر بدانید.

- یافتن مکانی برای زندگی
- درخواست برای شماره بیمه اجتماعی (SIN)
- درخواست برای کارت بهداشت (OHIP)
- درخواست برای مزایای مالیات فرزند
- باز کردن یک حساب بانکی
- بدست آوردن اطلاعات در مورد یافتن شغل
- یافتن نزدیکترین سازمان اسکان (Settlement Agency) به خانه شما
- یافتن نزدیکترین مرکز پزشکی اجتماعی به خانه شما
- یافتن نزدیکترین مرکز کاربایی به خانه شما
- یافتن نزدیکترین کتابخانه عمومی به منزل شما
- بدست آوردن اطلاعات در زمینه حقوق شما به عنوان یک کارمند و یک مستاجر
- آگاهی از نحوه شروع به تحصیل فرزندان در مدرسه
- تهیه کردن نقشه خیابانها و پیدا کردن مسیر اتوبوسها
- یافتن یک کلاس انگلیسی برای خود و خانواده‌تان
- یافتن محلی برای خرید کردن
- جستجو برای اطلاعات در [www.settlement.org](http://www.settlement.org)

## زندگی و اقامت در کانادا چقدر هزینه دارد؟

این میتواند بیش از آنچه شما فکر میکنید هزینه داشته باشد. مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا (Citizenship and Immigration Canada) از شما میخواهد یک "گواهی تمکن مالی" به هنگام ورود به کانادا به آنها ارائه دهید. آنها از شما میخواهند ثابت کنید که پس از ورود به کانادا به اندازه کافی پول برای حمایت از خود و خانواده تان دارید.

اما میزان پولی که آنها میخواهند شما داشته باشید احتمالاً برای داشتن یک زندگی مانند زندگی که در کشور خود داشته اید کافی نیست. بسیاری از تازه واردان به مدت چندین ماه نمی توانند شغلی پیدا کنند. مدتی طول خواهد کشید تا زندگی جدید خود در اینجا را آن طور که می‌خواهید بسازید.

وقتی یک آپارتمان میگیرید، باید اجاره اولین و آخرین ماه را پیش از نقل مکان به خانه بپردازید. بعضی از آپارتمان‌ها مبله هستند، اما اکثر آنها مبله نیستند. شما باید برای آپارتمان خود اثاثیه بخرید. امکان دارد که نیاز داشته باشید لباسهای زمستانی بخرید. شما باید هزینه رفت و آمد، تلفن، مواد غذایی، دارو، تفریحات و... را بپردازید. لیست هزینه‌هایی که باید بپردازید مفصل است.

هزینه‌ها در تمام شهرها یکسان نیستند. برای مشاهده چند نمونه مقاله هزینه زندگی در کانادا مقاله *زندگی در کانادا برای یک خانواده سه نفری چقدر هزینه دارد؟* را در [www.settlement.org](http://www.settlement.org) به آدرس [www.settlement.org/FD/01](http://www.settlement.org/FD/01) بخوانید.

شما باید بدانید که زندگی در شهری که مایل به اقامت در آن هستید چقدر هزینه دارد. تا حدی که امکان دارد پول همراه خود بیاورید تا زندگی در چند ماه اول را برای خود آسانتر نمایید.

# ورود به اونتاریو

وقتی تشریفات گمرکی و مهاجرتی را طی میکنید، هر سوالی را که در زمینه مهاجرت یا وضعیت ویزا دارید از مسئول مهاجرت کانادا پرسید. اگر این کار را به زمان دیگری موکول کنید، امکان دارد دریافت جواب های مورد نیازتان مشکل تر باشد.

اگر پیش از ورودتان این راهنما را میخوانید، مقاله **وقتی به عنوان یک مهاجر جدید به کانادا میآیم چه مدارکی باید همراه داشته باشیم؟** را مطالعه نمایید.

[www.settlement.org/FD/02](http://www.settlement.org/FD/02)

اگر پرواز شما در فرودگاه بین المللی (Lester B. Pearson) لستر ب. پیرسن در تورنتو به زمین نشسته است، کیوسک (Immigrant Reception and Information Services) خدمات پذیرش و اطلاعات مهاجران (IRIS) بسته اطلاعاتی مفیدی برای کمک به شما خواهد داشت. این بسته به شما خواهد گفت که وقتی برای اولین بار وارد اونتاریو شدید باید چه کنید، و آژانسهایی که به مهاجران تازه وارد کمک میکنند را کجا پیدا کنید.

کارکنان در فرودگاه میتوانند بهترین راه برای رسیدن به محلی که قصد دارید در آن بمانید را به شما بگویند. فرودگاه ها غالباً اتوبوس، تاکسی و سایر وسایل حمل و نقل دارند تا شما را به جایی که میخواهید برسانند. امکان دارد بعضی از این شیوه ها بسته به جایی که شما میخواهید بروید بسیار بیشتر از سایر شیوه ها هزینه داشته باشند بنابراین قبل از انتخاب نوع وسیله هزینه را از کارکنان فرودگاه یا خدمات ایاب و ذهاب پرسید.

## آشنا شدن با شهر جدیدتان

وقتی برای اولین بار وارد این شهر میشوید کارهای زیادی هست که باید انجام دهید. شما باید بخشی از زمان خود را به آشنا شدن با شهر جدیدتان اختصاص دهید. بهترین راه برای انجام این کار آن است که مانند یک توریست رفتار کنید!

پیش از اینکه وارد شهر شوید، اطلاعات توریستی مربوط به شهری را که قصد دارید در آن ساکن شوید بدست آورید. وقتی وارد شهر شدید، چند روز با ماشین یا با اتوبوس در شهر بگردید. این کار از بسیاری جهات به شما کمک میکند. گشت و گذار در شهر جدیدتان به شما کمک میکند تا:

- متوجه شوید که مغازه های مختلف کجا هستند
- بهترین راه را برای رسیدن به مکانهای مختلف پیدا کنید
- متوجه شوید که چه فعالیتهای و مکانهایی برای شما وجود دارند

پیش از آنکه کارهای مربوط به سکونت در خانه جدیدتان را شروع کنید اینها روشهای خوبی برای کسب آرامش و تجدید قوا پس از سفرتان هستند.

## درباره اونتاریو

### آب و هوا

اونتاریو استان بزرگی است، بنابراین دمای هوا از منطقه ای به منطقه دیگر متفاوت است. حتی در یک منطقه نیز دمای هوا میتواند متغیر باشد. معمولاً، ماه ژانویه سردترین ماه سال است و جولای گرمترین. گویندگان رادیو و تلویزیون دمای هوا را به درجه سلسیوس (C) اعلام میکنند، اما اغلب درجه فارنهایت (F) را نیز اضافه میکنند.

سال از چهار فصل تشکیل شده است:

**زمستان - 21 دسامبر تا 19 مارس**

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

## ورود به اونتاریو

در فصل زمستان، دمای هوا سرد است. معمولاً برف می‌بارد. طی ماههای فصل زمستان (دسامبر، ژانویه و فوریه)، دمای هوا در اکثر نقاط کشور، روز و شب زیر  $0^{\circ}\text{C}$  است. دمای هوا در بعضی نقاط استان ممکن است به  $-25^{\circ}\text{C}$  برسد. در اکثر مناطق اونتاریو، از اواسط دسامبر تا اواسط مارس سطح زمین پوشیده از برف است. هر چه به سمت شمال نزدیکتر شوید، زمستان‌ها طولانی‌تر و سردتر خواهند بود.

[www.settlement.org/FD/24](http://www.settlement.org/FD/24)

## بهار- 20 مارس تا 20 ژوئن

بهار در اکثر بخشهای اونتاریو فصلی بارانی است. دمای روزانه هوا طی این فصل افزایش می‌یابد، اما شبها خنک می‌مانند. دمای متوسط روزانه در ماههای مارس، آوریل و مه آوریل حدود  $12^{\circ}\text{C}$  است.

## تابستان- 21 ژوئن تا 21 سپتامبر

فصل تابستان از 21 ژوئن آغاز میشود، اما برای بیشتر ساکنین اونتاریو، ژوئیه و اگوست اصلی‌ترین ماههای تابستان هستند. در تابستان، آب و هوا در اکثر نقاط کشور بسیار گرم است. در بخشهای جنوبی اونتاریو، دمای روزانه هوا معمولاً بالای  $20^{\circ}\text{C}$  است و اغلب به بیش از  $30^{\circ}\text{C}$  می‌رسد. آب و هوا در فصل تابستان میتواند بسیار گرم و مرطوب باشد. در تلویزیون و رادیو هشدارهایی درباره مشکلات سلامتی ناشی از گرما، خورشید و غبار خواهید شنید.

## پاییز (خزان نیز گفته میشود)- 22 سپتامبر تا 20 دسامبر

فصل خزان یا، به اصطلاح رایج تر، پاییز، در ماه سپتامبر آغاز میشود. هوا خنک میشود و برگهای بسیاری از درختان تغییر رنگ می‌دهند و روی زمین می‌ریزند. آب و هوا در این فصل از سال میتواند بسیار بارانی باشد. در برخی بخشهای شمالی اونتاریو، امکان دارد در اواخر اکتبر برف بیارد. دمای متوسط روزانه در اکثر نقاط استان بین  $10^{\circ}\text{C}$  تا  $12^{\circ}\text{C}$  است، و وقتی زمستان نزدیک میشود دمای هوا کاهش پیدا میکند. ماههای فصل پاییز سپتامبر، اکتبر و نوامبر هستند.

زمستان‌ها در اونتاریو میتواند بسیار سرد و برفی باشند. اگر از یک کشور گرمسیر می‌آیید، فصل زمستان برای شما یک غافلگیری بزرگ است. زمستان فصل تفریح در برف است، اما بدست آوردن اطلاعات درباره خطرات و چگونه گرم ماندن بسیار اهمیت دارد. لباسهای زمستانی که به آنها نیاز دارید عبارتند از:

- چکمه‌های گرم
- یک پالتوی ضخیم، و بادگیر
- یک شال برای دور گردن و/یا روی صورت
- دستکش‌های آستر دار
- زیرپوش گرم
- کلاه‌های که روی گوشها را بپوشاند. این بخش مهمی از لباسهای زمستانی است زیرا افراد بخش اعظمی از گرمای بدنشان را از طریق سر از دست می‌دهند.

شما میتوانید با گوش دادن به رادیو، دیدن تلویزیون یا خواندن روزنامه‌ها از وضعیت آب و هوا در منطقه خود آگاه شوید.

## یافتن کمک

### سازمان های اسکان

سازمان های بسیاری وجود دارند که میتوانند به شما کمک کنند زندگی خود را در اونتاریو آغاز نمایید. این سازمان ها با نام (Settlement or Immigrant Service Agencies) سازمان های خدمات اسکان و مهاجران شناخته میشوند. آنها به مهاجران تازه وارد به اونتاریو کمک میکنند.

به محض اینکه وارد اونتاریو شدید، سازمان اسکان نزدیک به خود را بیابید. آنها به شما کمک میکنند در شهر جدیدتان مستقر شوید. امکان دارد وقتی برای اولین بار وارد شهر شدید در یک هتل ساکن شوید. سازمان های اسکان میتوانند به شما کمک کنند تا اولین مکان برای زندگی را بیابید. آنها همچنین میتوانند به شما کمک کنند تا در مورد جامعه اقلیت جدید خود اطلاعات کسب کنید.

## ورود به اونتاریو

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

امکان دارد از افراد دیگر بشنوید که این مراکز را آژانسهای ISAP، مراکز چند فرهنگی، یا آژانسهای خدمات مهاجران می‌نامند. ممکن است در کشور خود این نوع خدمات را داشته باشید و ممکن است نداشته باشید. در کانادا، خدمات اسکان رایگان و همیشه محرمانه هستند. برخی از این خدمات عبارتند از:

- ترجمه شفاهی و ترجمه کتبی
- کمک در زمینه یافتن مکانی برای سکونت، کلاسهای زبان انگلیسی، اشتغال، برنامه‌های کارآموزی یا مکانهایی برای خرید مواد غذایی، پوشاک یا اثاثیه با قیمت ارزان
- کمک در زمینه تکمیل فرمها و کارهای اداری
- اطلاعات در زمینه منابع مفید دیگر در جامعه اقلیت

شما میتوانید هنگامیکه وارد جامعه اقلیت جدید خود شدید برای یافتن یک سازمان یا خدمات اسکان یا جستجو کنید یا میتوانید به وب سایت Settlement.Org بخش یافتن کمک نزدیک به خانه مراجعه کنید.

[www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04)

## مراکز اطلاعات تازه واردان [Newcomer Information Centres (NIC)]

اگر در تورنتو یا منطقه پیل هستید، میتوانید ابتدا به یک مرکز اطلاعات تازه واردان (NIC) مراجعه کنید. NICها شما را به آژانسهای جامعه اقلیت معرفی می‌کنند که میتوانند به شما کمک کنند در منطقه بزرگ تورنتو ساکن شوید. برای یافتن نزدیکترین NIC به خود در دفاتر تلفن جستجو کنید.

### مراکز اطلاعات جامعه اقلیت

اگر به دنبال اطلاعاتی در زمینه خدمات جامعه اقلیت، اجتماعی، بهداشتی یا دولتی هستید، با مرکز محلی اطلاعات جامعه اقلیت خود تماس بگیرید. آنها قادر خواهند بود به شما کمک کنند که خدمات رایگان نزدیک به محل سکونت تان را بیابید. خدمات آنها رایگان و محرمانه است. احتیاجی نیست که اطلاعات شخصی خود را در اختیار آنها قرار دهید.

برای یافتن نزدیکترین مرکز اطلاعات جامعه اقلیت، در صفحات آبی دفتر تلفن جستجو کنید. به دنبال نام اطلاعات جامعه اقلیت بگردید. دفتر تلفن شماره تلفن و آدرس مرکز را در اختیار شما قرار میدهد. اگر نمی‌دانید چگونه از دفتر تلفن استفاده کنید، به بخش استفاده از دفتر تلفن در قسمت **اطلاعات مصرف کننده** این راهنما مراجعه نمایید.

در بسیاری از مناطق میتوانید با شماره 211 تماس بگیرید تا اطلاعات مربوط به جامعه اقلیت خود را بدست آورید.

### مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا

اگر پس از اینکه وارد کانادا شدید درباره وضعیت مهاجرت تان سوالی داشتید، با مرکز تلفن مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا (Citizenship and Immigration Canada) (CIC) تماس بگیرید.

شما میتوانید اطلاعات مورد نیاز خود را 24 ساعته، و 7 روز هفته از طریق تلفن گویا بدست آورید.

اگر میخواهید با یک شخص صحبت کنید، بین ساعات 8:00 صبح تا 4:00 بعدازظهر، از دوشنبه تا جمعه تماس بگیرید. از طریق شماره 1-888-242-2100 میتوانید با مرکز تلفن تماس بگیرید. مرکز تلفن فقط به زبانهای انگلیسی و فرانسه خدمات ارائه میدهد.

# مسکن

## یافتن مکانی برای زندگی

در صورت امکان، پیش از آنکه وارد کانادا شوید ترتیبی دهید تا محل زندگی خود را برای چند شب اول مشخص نمایید. شما میتوانید با یک آژانس مسافرتی در کشور خود تماس بگیرید تا مکانی را در تورنتو یا شهر دیگری در اونتاریو بیابد و رزرو کند.

وقتی در امریکای شمالی هستید، میتوانید از طریق شماره 1-800-ONTARIO (1-800-668-2746) با تورسم اونتاریو تماس بگیرید. تورسم اونتاریو (Tourism Ontario) میتواند به شما کمک کند تا اتاقی پیدا کنید و آن را رزرو نمایید. این خدمات رایگان است.

شما باید حین مدتی که به دنبال محلی برای زندگی هستید در مکانی موقتی بمانید. شما میتوانید در یک هتل، مهمان سرا (بد-اند-برکفست)، هتل آپارتمان، مسافرخانه یا پانسیون دانشجویی در یک دانشگاه یا کالج بمانید. شما میتوانید برای چند روز، چند هفته، یا چند ماه با هزینه کمتری نسبت به یک هتل، در یک مسافرخانه یا پانسیون دانشجویی بمانید. یک اتاق بد-اند-برکفست اتاقی در خانه یک فرد است که صاحبخانه در آن هر روز به شما صبحانه می‌دهد.

اگر بدون داشتن جایی برای ماندن وارد فرودگاه بین المللی (Lester B. Pearson) لستر ب. پارسن در تورنتو شدید، به دنبال علامت خدمات پذیرش و اطلاعات مهاجران (IRIS) بگردید یا با شماره 905-672-3660 تماس بگیرید. آنها همچنین اطلاعاتی راجع به هتل ها و مکانهایی برای ماندن در نزدیکی فرودگاه در اختیار دارند. هتل‌های نزدیک به فرودگاه گران هستند، بنابراین سعی کنید به دنبال هتل هایی باشید که به شهر نزدیکتر هستند.

بسیاری از خانه ها در اونتاریو گران هستند. ممکن است اولین خانه شما آنی نباشد که میخواهید. شما به زمان نیاز دارید تا با بازار املاک استیجاری آشنا شوید و بدانید که میخواهید در کدام محل زندگی کنید. سعی کنید پول زیادی برای مسکن خرج نکنید. بسیاری از تازه واردان طی چندین ماه شغلی پیدا نمی کنند.

اکثر کارشناسان میگویند، بیش از یک سوم (33.3%) کل درآمد خود قبل از کسر مالیات را صرف هزینه محل زندگی نکنید.

## گزینه های مسکن

از طریق استفاده اشتراکی از یک آپارتمان یا یک خانه با افراد دیگر میتوانید پول پس انداز کنید. دانشجویان و افراد جوان معمولاً این کار را انجام میدهند، اما بزرگسالان هم میتوانند همین کار را انجام دهند تا پول پس انداز نمایند.

شما برای زندگی در قسمتهای مختلف شهر باید هزینه های متفاوتی بپردازید. معمولاً، هزینه اجاره ها در مناطق نزدیک به مرکز یک شهر اصلی بیشتر است. پیش از آنکه وارد کانادا شوید تا جایی که ممکن است درباره بازار کرایه ها اطلاعات کسب کنید.

سوالاتی که پیش از اجاره کردن باید در ذهن داشته باشید:

- آیا این آپارتمان به ایستگاههای اتوبوس یا مترو نزدیک است؟
- چه خدمات دیگری در نزدیکی آن وجود دارند؟ (مدارس، فروشگاهها، خشکشویی های عمومی، پارکها، زمینهای بازی، مراکز اجتماعی، کلینیکهای پزشکی، کلیساها)
- آیا آپارتمان خلوت و ساکت است؟
- سایر مستاجران چگونه به نظر می‌آیند؟
- در صورتیکه ماشین دارید، آیا جایی برای پارک کردن آن وجود دارد؟
- آیا این محله امنیت دارد؟
- اگر فرزند دارید، آیا این آپارتمان به مدرسه نزدیک است؟
- آیا برای گرمایش و برق باید هزینه اضافی پرداخت کنید؟

در ادامه منابعی معرفی میشوند که میتوانید از طریق آنها پیش از آنکه به اونتاریو بیایید اطلاعات بیشتری در زمینه مسکن بدست آورید.

**خدمات اجاره املاک:** این خدمات با نامهای مدیریت املاک استیجاری یا بنگاه های املاک استیجاری نیز شناخته میشوند. اینها شرکتهایی هستند که به صاحبخانه ها کمک میکنند تا مستاجران جدید بیابند. شما میتوانید با آنها تماس بگیرید تا در برابر پرداخت هزینه‌ای در زمینه یافتن محلی برای زندگی به شما کمک کنند.

از آنها بپرسید که چه خدماتی ارائه میدهند. آیا در صورتیکه از خدمات آنها راضی نبودید پول شما را بر می‌گردانند؟ اگر این کار را نمیکند، هیچ پولی **نپردازید** و از این خدمات استفاده نکنید.

**جا به جایی به کانادا (Relocate Canada):** این یک راهنمای آنلاین برای افرادی است که به کانادا می‌آیند یا نقل مکان میکنند. شما میتوانید به دنبال شهری که میخواهید بگردید و اطلاعاتی در زمینه مسکن، مراقبت از کودک، آب و هوا، هزینه‌ها و موارد بسیار دیگر بدست آورید. شما همچنین میتوانید دفتر راهنمای تلفن شهری را که میخواهید دانلود نمایید. [www.settlement.org/FD/03](http://www.settlement.org/FD/03)

**صفحات زرد (Yellow Pages):** "صفحات زرد" بخشی از دفتر تلفن است که در آن موسسات تجاری و حرفه‌ای به صورت الفبایی لیست شده‌اند. کسب و کارها با توجه به دسته‌بندی مرتب شده‌اند. شما میتوانید از طریق صفحات زرد با استفاده از اینترنت در سایت [www.settlement.org/FD/18](http://www.settlement.org/FD/18) به دنبال خدمات اجاره املاک بگردید.

**نیازمندی‌ها:** اکثر روزنامه‌ها در اونتاریو بخشی طبقه‌بندی شده دارند که بسیاری از صاحبخانه‌ها در آن املاک مخصوص کرایه یا اجاره را لیست میکنند. صاحبخانه‌ها معمولاً یک ماه پیش از آنکه بخواهند کسی به آپارتمان آنها نقل مکان کند مشخصات آپارتمان خود را در روزنامه لیست میکنند.

خواندن این آگهی‌ها به شما کمک میکند تا اطلاعات بیشتری درباره هزینه و موجود بودن نوع خانه‌ای که مد نظر شماست بدست آورید. شما میتوانید این آگهی‌های نیازمندی مسکن را در وب سایت بسیاری از روزنامه‌های اونتاریو مشاهده کنید.

در صورتیکه می‌خواهید خودتان با صاحبخانه‌ها روبه رو شوید معمولاً پیش از اینکه در اینجا خانه‌ای پیدا کنید باید تا زمان ورود به کانادا صبر کنید. شما میتوانید پیش از اینکه به اونتاریو بیایید با یک صاحبخانه تماس بگیرید، اما انتظار نداشته باشید که یک آپارتمان برای شما کنار گذاشته شود. بیشتر صاحبخانه‌ها پیش از اینکه آپارتمان یا خانه‌شان را به شما اجاره دهند میخواهند که شخصاً شما را ملاقات کنند.

## سازمان های اسکان

پس از اینکه وارد اونتاریو شدید، میتوانید با یکی از سازمان های اسکان در محل جدید خود تماس بگیرید. آنها خدمات زیادی به تازه واردان ارائه میدهند. آنها میتوانند به شما کمک کنند تا مسکن، و شغل پیدا کنید و نیز کمک میکنند تا هر نوع خدمات و اطلاعات دیگری که برای مستقر شدن در اجتماع جدید خود نیاز دارید را بدست آورید.

بعضی از افراد این مراکز را به نام سازمان های ISAP، مراکز چند فرهنگی، یا مراکز کمک به مهاجران می‌شناسند. همه این نامها مفهوم یکسانی دارند. آنها به مهاجران جدید در اونتاریو کمک میکنند.

شما میتوانید به هنگام ورود به اجتماع جدیدتان به یک سازمان اسکان مراجعه کنید.

شما میتوانید در [Settlement.Org](http://www.settlement.org) و در بخش یافتن کمک نزدیک به خانه، لیستی از این سازمان ها پیدا کنید [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04)

## مراکز کمک برای اسکان

بسیاری از جوامع مراکز کمک برای اسکان دارند که به مردم کمک میکند تا مسکن ارزان قیمت پیدا کنند. شما فقط پس از اینکه وارد اونتاریو شدید میتوانید از این خدمات استفاده نمایید. افرادی که پول زیادی در

اختیار ندارند از این خدمات استفاده میکنند. یک سازمان اسکان میتواند به شما کمک کند تا مرکز کمک به اسکان را در شهر خود بیابید.

### خدمات آنها شامل موارد زیر است:

- کمک به شما برای یافتن مسکن
- ارائه اطلاعات در زمینه خدمات حقوقی و قوانین اجاره‌نشینی مسکونی- قانونی که از مستاجران حمایت میکند
- ارائه اطلاعات در زمینه بودجه‌بندی پولتان
- کمک به مستاجران برای صحبت کردن با مشاوران اجتماعی، ارائه دهندگان خدمات حقوقی، ارائه‌دهندگان خدمات اجتماعی اسکان و مدیران املاک
- ارائه لیست صاحبخانه‌های شخصی و خصوصی
- ارائه اطلاعات درباره صاحبخانه و تحصیلات
- کمک به شما برای درخواست اسکان اجتماعی
- ارائه اطلاعات در زمینه مسافرخانه/پناهگاه
- کمک به شما در زمینه یافتن برنامه‌هایی که نیازهای دیگر شما را برطرف میسازد، مانند مواد غذایی، پوشاک یا بهداشت

### تابلو اعلانات

شما میتوانید تابلوهای اعلانات را در مراکز اجتماعی، خشکشویی‌های عمومی، خوار بار فروشی‌ها و دیگر مراکز تجاری محلی مشاهده کنید. این تابلوهای اعلانات معمولاً اطلاعاتی در زمینه مکانهای موجود برای اجاره ارائه میدهند.

بیشتر دانشگاه‌ها و کالج‌ها تابلو اعلانات مسکن، وب سایت و دفاتر مسکن دارند تا به دانشجویان در زمینه یافتن مکانی برای اجاره کردن کمک نمایند. اگر دانشجو هستید، تابلو اعلانات مسکن را در بخش خدمات مسکن دانشگاه چک کنید. این اطلاعات منابع بسیار خوبی هستند.

گاهی شما میتوانید **علامت های "برای اجاره" یا "اتاق خالی"** را جلوی آپارتمان‌ها یا روی پنجره‌های خانه‌هایی که اتاق یا آپارتمان برای اجاره دارند مشاهده کنید. شما همچنین میتوانید از سرپرستان مجتمع آپارتمان‌ها سوال کنید که آیا آپارتمانی به زودی خالی میشود یا خیر. از آنها بخواهید که نام شما را در لیست انتظار ثبت کنند.

خویشاوندان و دوستان معمولاً اطلاعاتی در زمینه مکانهای موجود برای اجاره دارند. به آنها بگویید که به دنبال مکانی برای اجاره کردن میگردید.

ابتدا به دنبال ساختمانهای کوچکتر باشید یا به دنبال صاحبخانه‌هایی که در خانه خودشان، آپارتمان یا اتاقی برای اجاره دارند. بعضی از شرکتهای بزرگ مخصوص اجاره کردن خانه از شما میخواهند که نام افرادی که در این شهر شما را می‌شناسند به آنها ارائه دهید. یا ممکن است از شما بخواهند که پیش از آنکه مکانی را به شما اجاره دهند مبلغ بسیار زیادی را به عنوان ودیعه به آنها پرداخت کنید.

اطلاعات بیشتر را در این قسمت مشاهده کنید: چگونه میتوانم یک خانه یا آپارتمان برای اجاره پیدا کنم؟

[www.settlement.org/FD/05](http://www.settlement.org/FD/05)

### اسناد و تقاضانامه‌ها

- ممکن است لازم باشد که این مدارک را برای درخواست اجاره ارائه نمایید:
- نامه‌ای از سوی کارفرمای شما که میزان درآمد شما را مشخص میکند
  - اظهارنامه بانکی که نشان می‌دهد شما به اندازه کافی پول دارید
  - یک بررسی میزان اعتبار

- یک ضامن یا کسی که به طور مشترک قرارداد را امضا میکند (فردی که تعهد می‌دهد تا در صورتیکه شما نتوانید، اجاره را بپردازد)، در صورتیکه درآمد شما کم است، یا درآمدی ندارید
  - معرف های شخصی، مانند صاحبخانه‌های قبلی، دوستان، مشاور اسکان یا معلم زبان
- بعضی از مهاجران تازه وارد و پناهندگان پول بسیار کمی دارند، شغل ندارند و افراد اندکی را در اونتاریو می‌شناسند. آنها نمیتوانند همه این اسناد را ارائه دهند.

## ودیعه

معمولاً پیش از اینکه به مکانی نقل مکان کنید باید ودیعه‌ای برای ماه آخر اجاره بپردازید. شما میتوانید این مبلغ را به صورت نقدی، چک، چک تضمینی یا حواله پولی بپردازید. همیشه تقاضای دریافت رسید کنید. اگر خدمات شهری مانند آب و برق تحت قرارداد اجاره قرار نمی‌گیرند، شما باید با شرکت خدمات شهری تماس بگیرید تا برای شما اشتراکی افتتاح شود و خدمات به شما ارائه گردد.

مبلغی بیش از میزان اجاره ماه اول و آخر را به عنوان ودیعه بپردازید. شما باید رسید کتبی دریافت کنید. صاحبخانه شما باید برای هر سالی که مبلغ ودیعه پیش او می‌ماند به شما سود قانونی پرداخت کند. وقتی قصد دارید خانه را تخلیه کنید، صاحبخانه اصل ودیعه و سود آن را به شما پرداخت خواهد کرد. این تنها نوع ودیعه است که از نظر قانون مجاز محسوب میشود.

اینکه صاحبخانه‌ها از یک مستاجر بخواهند مبلغی را به عنوان "تضمین" برای خسارات احتمالی یا "هزینه کلید" که بیش از هزینه واقعی تعویض کلید است پرداخت کنند عملی غیر قانونی به حساب می‌آید.

## اجاره‌نامه

هنگامیکه صاحبخانه درخواست تان را تایید کرد، آماده است تا یک آپارتمان به شما اجاره دهد. سپس شما یک قرارداد اجاره یا اجاره‌نامه را امضا خواهید نمود. این یک قرارداد حقوقی بین شما (مستاجر) و شخص یا شرکتی است که خانه را از آن اجاره میکنید (صاحبخانه). گاهی صاحبخانه از شما نمی‌خواهد که یک اجاره‌نامه را امضا کنید. این مورد "اجاره ماه-به-ماه" نام دارد.

شما میتوانید انتخاب کنید که اجاره‌نامه امضا کنید، یا به صورت ماه به ماه خانه را اجاره کنید. در هر دو صورت، شما و صاحبخانه‌تان باید از قوانین اجاره‌نشینی مسکونی اطاعت کنید.

اجاره‌نامه خود را به دقت بخوانید. پیش از اینکه اجاره‌نامه را امضا کنید باید با تمام اظهارات موجود در آن موافق باشید.

### یک اجاره‌نامه موارد زیر را بیان میکند:

- مدت قرارداد (معمولاً برای 12 ماه)
- مبلغی که باید به عنوان اجاره بپردازید
- زمانیکه اجاره‌بها افزایش می‌یابد
- مواردی که در اجاره پیش بینی شده است (مانند: پارکینگ و خدمات شهری)
- سایر اطلاعات و قوانین درباره آپارتمان

در پایان مدت اجاره‌نامه، شما میتوانید آن را تمدید کنید یا به صورت ماه به ماه اجاره کنید. نیازی نیست که یک اجاره‌نامه جدید امضا نمایید. اگر می‌خواهید از این خانه بروید، باید 60 روز پیش از تخلیه موضوع را از طریق یک نامه کتبی به صاحبخانه اطلاع دهید و اعلام کنید که در حال رفتن از این خانه هستید.

### یک مستاجر باید:

- اجاره را به موقع پرداخت کند. زمان پرداخت اجاره معمولاً روز اول هر ماه است، اما در اجاره‌نامه شما ذکر شده که چه وقت باید اجاره را بپردازید.
- آپارتمان را تمیز نگه دارد و زباله‌ها را در مکانهای مناسب قرار دهد.

## مسکن

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

- اجازه ندهد افراد اضافی در آپارتمان زندگی کنند. (ملاقات کنندگان برای چند روز پیش شما می‌مانند، اما نه برای مدت طولانی.)
- برای مستاجران دیگر مزاحمت ایجاد نکنند.

### مستاجران حق دارند از موارد زیر بهره‌مند باشند:

- خانه‌ای تمیز، که خوب از آن نگهداری شده باشد و دارای برق، جریان آب باشد، و نیز لوازمی که به درستی کار میکنند (یخچال و اجاق گاز) و سیستم گرمایش.
- حریم خصوصی. صاحبخانه باید 24 ساعت قبل از آنکه وارد آپارتمان شما شود نامه‌ای به شما ارائه دهد، مگر اینکه یک مورد اضطراری روی دهد (مانند: آتش سوزی)
- اجاره‌نشینی خود را طبق زمان مجاز در اجاره‌نامه یا طبق قانون پایان دهند.

پس از آنکه به خانه خود نقل مکان کردید، باید برنامه‌ریزی کنید که در صورت بروز آتش سوزی باید چه بکنید. سپس این برنامه را با خانواده خود تمرین کنید. بررسی کنید که آژیرهای حساس به دود خانه شما به درستی کار میکنند. هرگز باتری‌های آن را خارج نکنید مگر زمانیکه می‌خواهید آنها را تعویض نمایید.

معمولاً فکر خوبی است که برای اعضای خانواده‌تان بیمه مستاجران بگیرید.

شما می‌توانید اطلاعات بیشتر در زمینه یافتن مسکن در اونتاریو را در بخش مسکن Settlement.Org به آدرس [www.settlement.org/FD/06](http://www.settlement.org/FD/06) بدست آورید.

# بهداشت

بسیار اهمیت دارد که پیش از ورود، نظام بهداشتی و درمانی اونتاریو را به درستی بشناسید. دولت کانادا و دولت‌های استانی برای پرداخت هزینه‌های خدمات پزشکی و بیمه درمانی مالیات می‌گیرند. طرح بیمه درمانی اونتاریو (OHIP) خدمات اولیه و اورژانس پزشکی را به طور رایگان به ساکنین اونتاریو ارائه می‌دهد.

## درخواست برای طرح بیمه درمانی اونتاریو (OHIP)

کارت بهداشت شما

OHIP طرح بیمه درمانی اونتاریو است. به وسیله این کارت خدمات مختلف درمانی ارائه می‌شود. این کارت هزینه بیشتر خدمات ابتدایی و اورژانس درمانی را پرداخت می‌کند.



OHIP هزینه داروها یا خدمات دندانپزشکی را پوشش نمی‌دهد. ارائه‌دهندگان خدمات درمانی، مانند پزشکان، بیمارستانها و کلینیکهای همگانی، کارت بهداشت شما (کارت OHIP) را هر بار که به این مکانها مراجعه می‌کنید چک می‌کنند. بسیار اهمیت دارد که همیشه کارت بهداشت خود را همراه داشته باشید تا در موارد اورژانس بتوانید خدمات پزشکی دریافت کنید.

اکثر تازه‌واردان **نمی‌توانند** پیش از اینکه به مدت سه (3) ماه در اونتاریو زندگی کرده باشند کارت OHIP دریافت نمایند. OHIP کارت شما را سه ماه پس از اینکه درخواست ارائه دادید به آدرس شما پست خواهد نمود. بسیار اهمیت دارد که محض ورود به اونتاریو برای دریافت کارت بهداشت خود درخواست ارائه دهید تا در کمترین زمان ممکن بیمه شوید.

باید برای درخواست به یکی از دفاتر OHIP بروید. با وزارت بهداشت و مراقبت طولانی مدت اونتاریو (Ontario Ministry of Health and Long-Term Care) تماس بگیرید و پرسید که نزدیکترین دفتر کجا است. شماره تلفن آنها 1-800-268-1153 است، و تماس با آن از هر نقطه از اونتاریو رایگان می‌باشد، و در صورتیکه از تورنتو تماس می‌گیرید به شماره 416-327-4327 زنگ بزنید.

وقتی به دفتر OHIP می‌روید، باید یک فرم تقاضا تکمیل نمایید. شما همچنین باید اصل مدارکی که وضعیت مهاجرت شما و سکونت تان را در اونتاریو ثابت می‌کنند، ارائه دهید. اگر فرزندی دارید که 15½ سال یا بیشتر سن دارند، آنها نیز باید با شما به این دفتر مراجعه کنند. کارکنان دفتر OHIP از آنها برای کارت شان عکس خواهند گرفت.

پس از آنکه OHIP تقاضای شما را پذیرفت، کارت بهداشت شما را برای تان با پست ارسال خواهند نمود. خریدن فوری بیمه درمانی از یک شرکت خصوصی فکر خوبی است، در اینصورت طی 3 ماه مدت انتظار نیز از بیمه درمانی برخوردار خواهید بود. برای اطلاعات بیشتر در زمینه شرکت‌های بیمه از طریق شماره 1-800-268-8099 که از سراسر اونتاریو رایگان است با انجمن بیمه عمر و بیمه درمانی کانادا (Canadian Life and Health Insurance OmbudService) and (CLHIA) تماس بگیرید.

## بیمه درمانی خصوصی

ما در Settlement.Org لیستی از شرکت‌های خصوصی بیمه در اختیار داریم که طرح‌های بیمه درمانی شخصی ارائه می‌دهند. امکان دارد این لیست همه شرکت‌هایی که این نوع بیمه را ارائه می‌دهند در بر نگیرد. ما از هیچ شرکت خاصی جانب داری نمی‌کنیم. بهتر است که با تعدادی از این شرکتها صحبت کنید و بعد مناسب ترین نوع بیمه را برای خود انتخاب نمایید.

معمولاً، نوع پوشش بیمه‌ای که شما خواهید خواست نوع مخصوص "بازدیدکنندگان از کانادا" خواهد بود. از شرکت بیمه سوال کنید که آیا مهاجران تازه وارد به کانادا را نیز تحت پوشش خود قرار می‌دهند یا خیر. **شما**

**باید این بیمه را طی 5 روز از ورودتان به اونتاریو تهیه نمایید، در غیر اینصورت شرکتهای بیمه هیچگونه پوششی برای شما. ارائه نخواهند داد. اطلاعات بیشتر را میتوانید در اینجا بیابید: بیمه درمانی خصوصی برای مهاجران تازه وارد. [www.settlement.org/FD/07](http://www.settlement.org/FD/07)**

نکات بسیار مهم:

شرکتهای بیمه به طور روزانه برای هر فرد حق بیمه دریافت میکنند. بسته به سن شما و نوع طرح بیمه‌ای که دریافت میکنید، حق بیمه شما میتواند از \$2.00 در روز تا \$8.00 در روز باشد. بیشتر شرکتهای خصوصی بیمه درمانی هزینه درمان بیماری‌هایی که پیش از بیمه شدن داشتید را نمی‌پردازند، حتی اگر از وجود آنها اطلاعی نداشته باشید. معمولاً پیش از آنکه بتوانید طلب خود را از بیمه دریافت کنید باید مدتی صبر نمایید. اکثر بیمه‌ها موارد اورژانس پزشکی، درمانهای ضروری، آزمایشات پزشکی و داروهای تجویز شده توسط پزشک را تحت پوشش قرار میدهند. بیشتر طرحهای بیمه درمانی موقت خصوصی برای تازه واردان هزینه معاینات پزشکی "معمول" و ویزیت توسط دکتر خانوادگی را پرداخت نمیکند. زمانیکه به خدمات درمانی نیاز پیدا کردید، ابتدا با شرکت بیمه تماس بگیرید و از آنها سوال کنید که آیا هزینه این خدمات را پرداخت میکنند یا خیر.

## یافتن یک دکتر یا دندان پزشک

### دکتر

دکتر خانوادگی با عنوان پزشک خانوادگی، کارورز پزشکی عمومی یا یک G.P. نیز شناخته میشود. دکتر خانوادگی شما معمولاً اولین نفری است که وقتی احساس کسالت یا بیماری میکنید با وی ملاقات خواهید نمود. شما باید دکتری را بیابید که بیمار جدید قبول میکند. وقتی یک پزشک خانوادگی دارید، موقع بیمار شدن نزد او می‌روید، مگر اینکه دچار مشکل اورژانس شده باشید که در اینصورت مجبور هستید به بیمارستان مراجعه کنید. دکتر شما سابقه‌ای از شرایط پزشکی‌تان و درمانهایی که انجام شده نگه می‌دارد و با شرایط شما و خانواده‌تان آشنا میشود.

### چگونگی یافتن یک دکتر خانوادگی

**سرویس یافتن دکتر:** از سرویس یافتن دکتر انجمن پزشکان و جراحان اونتاریو (College of Physicians and Surgeons of Ontario) استفاده کنید تا یک دکتر در منطقه خود بیابید. شما میتوانید از سراسر اونتاریو با شماره 1-800-268-7096 داخلی 626 (Toronto) 416-967-2626 تماس بگیرید.

**صفحات زرد (Yellow Pages):** روش دیگر برای یافتن یک پزشک استفاده از صفحات زرد دفتر تلفن محلی‌تان است. در قسمت پزشکان و جراحان به دنبال پزشکی خانواده، طبابت خانواده یا پزشک خانواده بگردید.

شما میتوانید از دوستان یا خویشاوندان‌تان پرسید که آیا دکترشان بیمار جدید قبول میکند یا خیر. صبر نکنید تا بیمار شوید و پس از آن به دنبال پزشک خانوادگی بگردید.

ممکن است نتوانید یک پزشک در منطقه خود بیابید که بیمارهای جدید قبول کند. در اینصورت نیاز دارید تا به کلینیکهای همگانی مراجعه کنید. این کلینیک‌ها از خدمات پزشک‌ها، پرستاران و دیگر کارکنان کادر درمانی بهره می‌برند. بسیاری از بیمارستانها، کلینیکهای همگانی برای مشکلات پزشکی غیر اورژانس دارند. بعضی از کلینیکها ساعات اضافه کاری دارند، در اینصورت شما میتوانید عصرها و آخر هفته‌ها به پزشک مراجعه کنید.

استفاده از خدمات کلینیکهای همگانی به خوبی داشتن پزشک خانوادگی نیست، اما با این حال باز هم از خدمات یک پزشک بهره خواهید برد. برای رفتن به اکثر کلینیکهای همگانی نیازی به تعیین وقت قبلی ندارید،

## بهداشت

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

اما ممکن است مجبور باشید برای دیدن دکتر به مدت یک ساعت صبر کنید. برای یافتن یک کلینیک همگانی نزدیک به محل زندگی‌تان، به قسمت "کلینیک‌ها-پزشکی" در صفحات زرد دفتر تلفن محلی‌تان مراجعه کنید.

## دندان پزشکی

**سرویس یافتن دندان پزشکی:** از سرویس یافتن دندان پزشکی انجمن دندان پزشکی اونتاریو (Ontario Dental Association) استفاده کنید تا یک دندان پزشک در منطقه خود بیابید. برای یافتن یک دندان پزشک در هر منطقه از اونتاریو، به جز تورنتو، با شماره 416-922-3900 تماس بگیرید. برای این تماس راه دور باید هزینه پرداخت کنید.

برای یافتن یک دندان پزشک در تورنتو، از طریق شماره 416-967-5649 با (Toronto Academy of Dentistry) آکادمی دندان پزشکی تورنتو تماس بگیرید.

**صفحات زرد (Yellow Pages):** شما همچنین می‌توانید در صفحات زرد دفتر تلفن محلی‌تان در بخش "دندان پزشکان" جستجو کنید.

## برنامه‌های کلینیک‌های دندان پزشکی

در صورتیکه یک دانشگاه یا کالج در شهر شما وجود دارد، ممکن است برنامه کلینیک دندان پزشکی عمومی داشته باشد. دندان پزشکان تعلیم دیده بر کار دانشجویان دندان پزشکی که به افراد خدمات ارائه می‌دهند، نظارت می‌کنند. این خدمات رایگان نیست، اما کمتر از رفتن نزد دندان پزشک هزینه دارد.

طرح بیمه درمانی اونتاریو (OHIP) هزینه اکثر خدمات دندان پزشکی را نمی‌پردازد. OHIP تنها در صورتی هزینه درمانی را می‌پردازد که زندگی بیمار در خطر باشد، و یا خدمات درمانی بیمارستانی مورد نیاز باشد.

در بیشتر شهرهای اونتاریو، جامعه محلی یا دپارتمان خدمات درمانی عمومی (Public Health Department) پاره‌ای خدمات رایگان دندان پزشکی ارائه می‌دهد. با این حال، این خدمات تنها برای افراد بسیار خاصی قابل دسترسی است (مانند افراد مسن واجد شرایط و کودکان). با جامعه محلی یا دپارتمان خدمات درمانی عمومی تماس بگیرید تا ببینید چه خدماتی در اجتماع شما در دسترس است.

در بخش چگونه یک دندان پزشک بیابم؟ اطلاعات بیشتری بدست آورید. [www.settlement.org/FD/08](http://www.settlement.org/FD/08)

## مراکز درمانی اجتماعی

اگر به خدمات درمانی نیاز پیدا کردید، اما کارت OHIP ندارید، ممکن است بتوانید در مراکز درمانی اجتماعی (Community Health Centre) (CHC) کمک دریافت کنید. خدمات در مراکز خدمات درمانی اجتماعی رایگان هستند یا در برابر هزینه اندکی ارائه میشوند. همه خدمات محرمانه هستند.

## موارد اورژانس و بیمارستانها

شما فقط برای موارد پزشکی اورژانس، جراحی، وضع حمل یا انجام آزمایشات خاص یا درمانهای پزشکی خاص به بیمارستان می‌روید. وقتی به بیمارستان می‌روید، باید کارت OHIP (کارت بهداشت) خود را همراه داشته باشید.

## موارد اورژانس پزشکی

برای موارد جدی اورژانس پزشکی، از طریق تلفن با شماره 911 تماس بگیرید. اگر شما یا فرد دیگری در خانواده‌تان ناگهان بسیار احساس ناراحتی نمود (درد شدید داشت، بیهوش شد، نتوانست نفس بکشد، خونریزی شدید داشت، دچار صرع شد و دچار سانحه حادی شد) باید با شماره 911 تماس بگیرید.

اگر به زبان انگلیسی صحبت نمی‌کنید، فقط بگویید "Help!" (هیلپ) و سپس به اپراتور بگویید به چه زبانی صحبت می‌کنید. آنها از خدمات یک مترجم همزمان که به زبان شما صحبت می‌کنند استفاده خواهند کرد. آمبولانس، پلیس و آتش‌نشانی با هم به محل می‌آیند.

آماده باشید تا اطلاعات زیر را از طریق تلفن ارائه دهید:

- شرحی از حادثه و شرایط
- مکانی که در آن هستید
- نام، آدرس و شماره تلفن تان

تا زمانیکه مسئول به شما نگفته است، تلفن را قطع نکنید.

اگر با حالت اورژانس به نزدیکترین بیمارستان رفتید، به بخش اورژانس یا اتاق اورژانس (Emergency Room) (ER) مراجعه کنید. ER معمول شلوغ است. اگر خطری فوری زندگی شما را تهدید نکند، چندین ساعت طول خواهد کشید تا یک دکتر شما را ویزیت کند.

اگر OHIP یا هیچ بیمه درمانی خصوصی ندارید، بیمارستان بابت حمل با آمبولانس و هرگونه خدمات پزشکی دیگری که نیاز داشتید برای شما صورت حساب خواهد فرستاد.

## کمک در مواقع بحرانی

مراکز بحران و افسردگی خدمات مشاوره تلفنی محرمانه و رایگان ارائه میدهند، 24 ساعته و 7 روز هفته. در موارد زیر با یک مرکز بحران تماس بگیرید:

- به خودکشی فکر میکنید
- فکر میکنید فرد دیگری به خودکشی فکر میکند
- نیاز دارید با کسی حرف بزنید

شما میتوانید از طریق [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) شماره تلفنهای مراکز بحران/افسردگی را بیابید.

## درمان تلفنی اونتاریو

اگر بیمار هستید، اما نمیدانید که نیاز دارید به بخش اورژانس بیمارستان محلی خود بروید یا خیر، با درمان تلفنی اونتاریو (Telehealth Ontario) تماس بگیرید.

درمان تلفنی اونتاریو، خدمات تلفنی رایگان، و محرمانه ارائه می دهد که میتوانید از طریق آن از سوی یک پرستار مجاز مشاوره پزشکی دریافت کنید. این خدمات 24 ساعته و 7 روز هفته ارائه میشود. این خدمات به زبان انگلیسی و فرانسه ارائه میشود، و خدمات ترجمه همزمان برای بعضی از زبانهای دیگر ارائه میشود.

### از سراسر اونتاریو با شماره 1-866-797-0000 تماس بگیرید.

وقتی با درمان تلفنی اونتاریو تماس می‌گیرید، با یک پرستار رسمی صحبت خواهید کرد. پرستار از شما می‌خواهد مشکل خود را توضیح دهید و به سوالاتی در زمینه میزان جدی بودن مشکلاتان پاسخ دهید. سپس پرستار به شما خواهد گفت که چگونه از خود مراقبت کنید، یا در صورتیکه نیاز به ویزیت دکتر دارید موضوع را به شما می‌گوید یا شماره تلفنهای مراکز اجتماعی نزدیک به شما را در اختیار تان قرار می‌دهد.

در صورتیکه میدانید مورد شما یک مورد اورژانس است با درمان تلفنی اونتاریو تماس نگیرید - 911 اولین شماره‌ای است که باید برای موارد اورژانس با آن تماس بگیرید.

## دپارتمانهای خدمات درمانی اجتماعی یا عمومی

دپارتمان خدمات درمانی عمومی (The Public Health Department) به مسائل درمانی عموم مردم یا کل اجتماع رسیدگی میکنند. متخصصین خدمات درمانی عمومی افرادی هستند شامل پزشکان، دندان پزشکان، پرستاران، متخصصین تغذیه و بسیاری دیگر از افراد متخصص در زمینه خدمات درمانی. دپارتمان خدمات درمانی عمومی در سه زمینه خدمات ارائه میدهند: مراقبت از سلامتی (پیشگیری از بیماری)، تشخیص زودهنگام مشکلات سلامتی، و ارتقای سلامتی (آموزش دادن روشهای سالم زندگی به مردم).

متخصصان خدمات درمانی عمومی در مدارس و کارگاهها اطلاعات و خدمات ارائه میدهند. برای مثال، امکان دارد یک پرستار خدمات درمانی عمومی فرزندان شما را علیه بیماری واکسینه نماید یا در مدرسه سر همه بچه‌ها را برای یافتن شپش چک کند.

## بهداشت

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

اگر مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا (Citizenship and Immigration Canada) یک فرم انجام نظارت بر شرایط پزشکی به شما داد، باید طی 30 روز از ورودتان به کانادا به دپارتمان خدمات درمانی عمومی محلی خود مراجعه نمایید.

## داروها / نسخه‌ها

طرح بیمه درمانی اونتاریو (OHIP) هزینه داروهای نسخه ای را تحت پوشش قرار نمی‌دهد.

در صورتیکه پزشکتان یک نسخه برای دارو به شما داد، باید آن را نزد یک داروساز ببرید. داروسازان متخصصان خدمات درمانی هستند که میتوانند داروهایی که پزشکتان تجویز کرده است را در اختیار شما قرار دهند. آنها در دراک استورها یا داروخانه‌های فروشگاه‌های بزرگتر، بیمارستانها و مراکز درمانی اجتماعی کار میکنند. داروسازان:

- بررسی میکنند که دوز، میزان داروی نسخه شما صحیح باشد
- شما را از عوارض جانبی احتمالی آگاه می‌سازند
- واکنشها با سایر داروهایی که مصرف میکنید را بررسی میکنند
- روش مصرف دارو را شرح میدهند
- هرگونه سوالی را که درباره داروها داشته باشید پاسخ میدهند

امکان دارد هزینه نسخه‌های دارو بسیار سنگین باشد.

داروخانه معمولاً هزینه نسخه پیچیدن را از شما دریافت میکند. هزینه نسخه پیچیدن مبلغی است که داروخانه در برابر آماده‌سازی محصولات دارویی برای شما دریافت میکند. داروخانه‌های اونتاریو بین \$1.99 تا \$16.95 هزینه توزیع دریافت میکنند. داروساز این مبلغ را به قیمت اصلی دارو اضافه میکند.

اطلاعات بیشتری در زمینه خدمات درمانی در اونتاریو را در [Settlement.Org](http://Settlement.Org) بیابید

[www.settlement.org/FD/09](http://www.settlement.org/FD/09)

# اشتغال

## شماره بیمه اجتماعی (SIN)

شما باید یک شماره بیمه اجتماعی (SIN) داشته باشید تا بتوانید در کانادا کار کنید. کارفرما طبق قانون مجاز نیست که بدون داشتن این شماره شما را استخدام نماید. شما همچنین به هنگام درخواست برای خدمات دولتی یا پرداخت مالیات از این شماره استفاده میکنید.

## درخواست برای SIN

به منظور درخواست برای SIN، باید به یک مرکز خدمات کانادا مراجعه نمایید. با شماره 1-800-206-7218 تماس بگیرید تا نزدیکترین مرکز به خود را بیابید، یا به سایت [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) مراجعه نمایید. در مرکز خدمات کانادا، شما باید یک فرم درخواست را تکمیل نمایید. شما همچنین باید مدارکی را ارائه دهید که هویت شما را اثبات کند و وضعیت مهاجرت شما را تایید نماید. برای آگاهی از نوع مدرکی که آنها قبول میکنند، به وب سایت خدمت کانادا (Service Canada) به آدرس [www.settlement.org/FD/21](http://www.settlement.org/FD/21) مراجعه کنید یا با شماره فوق تماس بگیرید. وقتی آنها تقاضای شما را قبول کردند، کارت حاوی SIN را برای شما ارسال خواهند نمود.

## نشان دادن کارت SIN به کارفرمای خود

کارفرمایان باید بخواهند تا کارت SIN همه کارمندان جدید را به محض اینکه استخدام شدند مشاهده نمایند. شما باید کارت SIN خود را طی (3) روز از شروع کارتان به کارفرما نشان دهید. اگر SIN شما با عدد "9" شروع میشود، این یک SIN موقت است. پیش از آنکه یک کارفرما بتواند شما را استخدام کند، باید همچنین مجوز قانونی استخدام (اجازه کار) شما را از سوی مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا (Citizenship and Immigration Canada) مشاهده نماید.

## شما همیشه مجبور نیستید کارت SIN خود را نشان دهید

بسیاری از شرکت ها و محل های کار برای تشخیص هویت یا برای چک کردن میزان اعتبار شما میخواهند که کارت SIN را مشاهده کنند. کارت SIN شما وسیله ای برای احراز هویت نیست. کارت SIN خود یا شماره آن را به افرادی که لزومی به دیدن آن ندارند ندهید. قانونی وجود ندارد که جلوی موسسات تجاری را بگیرد تا SIN را از شما نخواهند، اما لزومی ندارد شما این کارت را به آنها نشان دهید. بعضی از افراد از کارتهای SIN دزدیده شده یا گم شده برای دسترسی به اطلاعات مهم شخصی یا برای دزدی از افراد، دولت و شرکت ها استفاده میکنند. اگر فردی شغل پیدا کرد و از SIN شما استفاده کرد، شما باید مالیات پولی که آنها بدست می آورند را بپردازید. طبق قانون شما باید SIN خود را به سازمانهای دولت در همه سطوح و همه نهادهایی که از آنها درآمد یا سود کسب میکنید (بانکها، اتحادیه های صنفی) نشان دهید.

## یافتن یک شغل

"آیا یافتن یک شغل در اونتاریو آسان است؟" سوالی است که بسیاری از تازه واردان در فورومهای بحث Settlement.Org مطرح میکنند. جواب ساده ای برای این سوال وجود ندارد مگر گفتن اینکه یافتن شغلی که متناسب با مهارتها و تجربه شما باشد در کانادا همیشه آسان نیست.

## اشتغال

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

شما معمولاً خواهید شنید که کارفرمایان به دنبال 'تجربه کاری کانادایی' هستند. چرا آنها تجربه کاری کانادایی میخواهند؟ کارفرمایان تصور میکنند این مورد ثابت میکند که شما مهارتهای لازم زبانی و ارتباطاتی را دارا هستید و میدانید که فرهنگ کاری کانادایی به چه صورت است.

شما باید یاد بگیرید که چگونه ارزش تحصیلات خارجی و تجربیات شغلی خود را نشان دهید. بسیاری از کارفرمایان نمی‌دانند که چگونه باید تجربیات شما را ارزشیابی نمایند، در اینصورت شما باید نشان دهید که تجربیاتتان تا چه حد میتواند برای آنها ارزشمند باشد.

## مهارتهای زبانی

اگر خواندن این راهنما برای شما مشکل است، برای کار کردن در محل کاری در اونتاریو که در آن از زبان انگلیسی فنی استفاده میشود آماده نیستید. برای شما بسیار اهمیت دارد که به هنگام آمدن به اونتاریو مهارتهای خوبی در زبان انگلیسی داشته باشید.

انگلیسی زبان اصلی این استان است. روان بودن و تسلط در این زبان به شما در کار کمک میکند، و ساکن شدن در جامعه جدید را برای شما ساده‌تر مینماید. بسیاری از اجتماعات چند زبانه هستند و شما میتوانید افرادی را بیابید که به زبان شما سخن میگویند. اما اگر هدف شما مهاجرت دائم به اونتاریو باشد، شما باید یاد بگیرید که به خوبی به زبان انگلیسی حرف بزنید، بخوانید و بنویسید.

## فرهنگ کاری

امکان دارد بین نحوه کار کردن و تجارت افراد در کانادا در مقایسه با نحوه این کار در کشور خودتان تغییراتی مشاهده کنید. افراد در همه کشورها به روشی کار میکنند که با سایر کشورها متفاوت است. هیچکس نمیتواند دقیقاً به شما بگوید که امور چگونه متفاوت خواهند بود. شما باید در اونتاریو کار کنید تا به این موضوع پی ببرید. سپس متوجه میشوید که چگونه میتوانید یک کارفرما را متقاعد کنید که شما همان نیروی کاری هستید که آنها میخواهند و اینکه شما برای شرکت آنها مفید خواهید بود.

قبول کردن این موضوع مشکل است، اما امکان دارد شما نتوانید فوراً شغل رویایی خود را پیدا کنید. امکان دارد هنگامیکه تازه وارد اونتاریو میشوید مجبور باشید که یک "شغل فقط برای گذران زندگی" پیدا کنید. اگر شانس داشته باشید، این شغل ممکن است در زمینه کاری شما باشد، اما در درجه‌ای پایین تر از شغلی که قبل از آمدن به اونتاریو داشتید.

## جستجوی شغل

تازه واردان تجربیات متفاوتی در جستجو برای کار دارند. بعضی از آنها طی چندین ماه کاری پیدا میکنند که مشابه شغل قبلی آنان است. برای سایرین، این کار میتواند سالها طول بکشد. پیش از آنکه به اینجا بیایید، برای تحقیق در مورد بازار کار کانادا وقت صرف کنید. بدانید که چه حمایت‌هایی برای شما موجود است و اینکه چگونه میتوانید در اونتاریو راحت تر کار پیدا کنید.

امکان دارد جستجو برای کار در اونتاریو بسیار با تجربه شما تفاوت داشته باشد. برای شما، ممکن است حتی نیاز به جستجو برای کار غیر منتظره باشد. ممکن است لازم شود که یاد بگیرید چگونه رزومه بنویسید یا شرحی از سابقه کاری خود تهیه کنید. آیا میدانید که کارفرمایان صنعت کاری شما چه نوع رزومه‌ای از شما میخواهند؟ ممکن است برای یافتن شغل در کانادا نیاز به کمک داشته باشید.

## کمک گرفتن

دولت برای افراد شغل پیدا نمیکند. آنها برنامه‌هایی دارند که به شما کمک میکند تا کار پیدا کنید، اما این برنامه‌ها برای شما کار پیدا نمیکند. اگر کسی به شما بگوید که میتواند یافتن یک شغل را برای شما تضمین کند، می‌توانید مطمئن باشید که می‌خواهد چیزی به شما بفروشد. در پول دادن به اینگونه افراد بسیار با احتیاط عمل کنید.

بسیاری از آژانسهای اجتماعی خدمات استخدامی ارائه میدهند که به تازه واردان کمک میکند تا کار پیدا کنند. این خدمات به طور رایگان در اجتماع شما ارائه میشود.

## اشتغال

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

یافتن کار در اونتاریو برای تازه واردان آسان نیست. چرا؟ اینها مواردی هستند که شما باید بدانید یا درباره آنها فکر کنید:

- چگونگی یافتن شغل‌هایی که آگهی نشده‌اند.
  - اطمینان از اینکه مهارت‌های زبانی شما به قدر کافی برای کاری که می‌خواهید مناسب است.
  - آیا مایلید از سطح پایین تری از شغل اولیه خود شروع به کار کنید، یا در شرکت‌های کوچک و متوسط شروع به کار کنید؟
  - آیا فرهنگ کاری کانادا، و اهمیت ارتباطات، کار گروهی و مهارت‌های سازمانی را درک می‌کنید؟
- نباید انتظار داشته باشید که وقتی برای اولین بار وارد اونتاریو می‌شوید همه چیز را درباره فرهنگ کاری کانادا بدانید. موارد زیادی برای فراگرفتن وجود دارد، اما افراد زیادی هستند که می‌توانند به شما کمک کنند. یکی از بهترین کارهایی که می‌توانید انجام دهید کمک خواستن است. سازمان‌های اسکان می‌توانند به شما کمک کنند تا کار پیدا کنید و در اجتماع خود مستقر شوید.
- بعضی از خدمات اجتماعی می‌توانند از طریق مشاوره فرد به فرد به شما کمک کنند. یکی از کارکنان به شما کمک میکند تا رزومه (شرح سوابق) و نامه روئی خود تنظیم کنید و شرکت‌های محلی را بیابید. بقیه کارکنان برنامه‌هایی دارند که طی آنها در کلاس یاد می‌گیرید که چگونه می‌توانید در کانادا در زمینه کاری خود شغل پیدا کنید.
- بدون کمک از سوی یک برنامه، امکان دارد 200 رزومه ارسال کنید اما هیچ جوابی نگیرید. با کمک گرفتن، ممکن است کاری پیدا کنید که واقعاً می‌خواهید.

هر آژانس ارائه خدمات به مهاجران در اونتاریو می‌تواند اندکی به شما کمک کند تا جستجوی برای کار را آغاز کنید. به بخش یافتن کمک نزدیک به خانه مراجعه کنید تا سازمان‌های نزدیک به خود را بیابید.

[www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04).

آنها همچنین می‌توانند اطلاعات مربوط به خدمات اشتغال برای گروه‌های خاص زیر را در اختیار شما قرار دهند:

- متخصصین آموزش دیده بین المللی و بازرگانان
- زنان
- جوانان
- کارمندان مسن تر

بسیاری از سازمان‌های اسکان در اونتاریو کارگاه‌های رایگان جستجو برای کار برگزار می‌کنند تا به تازه واردان کمک کنند که بدانند چگونه می‌توان در اونتاریو کار پیدا کرد. این کارگاه‌ها 3 تا 4 روز طول میکشند. برای شرکت در این کارگاه‌ها، شما باید ساکن دائمی باشید که از نظر قانونی حق دارد در کانادا کار کند.

امکان دارد از جستجو برای کار دلخور و عصبانی شوید چون نمیدانید چرا این شرکت‌ها نمی‌خواهند فردی با مهارت‌های شما را استخدام کنند. شما باید بدانید کارفرمایان چه می‌خواهند، که این خیلی بیشتر از مهارت‌های مورد نیاز برای انجام کار است.

ممکن است نیاز داشته یا مایل باشید مهارت‌های جدید بیاموزید یا مهارت‌های خود را ارتقا دهید. راه‌های زیادی وجود دارد که می‌توانید کمک و آموزش دریافت کنید. برای بعضی از کارآموزی‌ها باید هزینه پرداخت کنید. بعضی از این دوره‌ها برای گروه‌های خاصی از افراد رایگان هستند. سازمان‌های اسکان می‌توانند در زمینه انواع دوره‌های کارآموزی که می‌توانید در آنها شرکت کنید به شما کمک کنند.

## استانداردهای استخدامی

قوانین فدرال و استانی کار از حقوق شما به عنوان یک کارمند دفاع میکند. قانون استاندارد استخدامی اونتاریو (Ontario Employment Standards Act) از بیشتر کارمندان در اونتاریو حمایت میکند.

هیچ کس حق ندارد به خاطر سن، جنسیت، مذهب، نژاد یا تمایلات جنسی در حق شما تبعیض روا دارد. هر کارمندی که به دلایل ذکر شده نسبت به شما اقدامات تبعیض‌آمیز انجام دهد قانون را زیر پا گذاشته است.

## اشتغال

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

کارمندان طبق قانون مسئولیت‌هایی نیز دارند. شما باید بدانید که قوانین چگونه شما را در محل کار ایمن و سالم نگه می‌دارند. اگر می‌خواهید دیگران در محل کار با شما عادلانه رفتار کنند، باید بدانید که قوانین چه می‌گویند.

برای اطلاعات بیشتر در زمینه حقوق و مسئولیت‌های خود در محل کار، می‌توانید به بخش استانداردهای استخدامی در Settlement.Org به آدرس [www.settlement.org/FD/10](http://www.settlement.org/FD/10) مراجعه نمایید.

## ارزشیابی تحصیلات و مهارت‌های شغلی

اگر برای کار یا یک طرح آموزشی درخواست داده باشید، کارفرما یا آموزشگاه مورد نظر از شما مدارکی برای اثبات سطح تحصیلات یا آموزش تان می‌خواهند. کارفرما یا آموزشگاه همچنین می‌خواهند بدانند که دوره‌های آموزشی که پشت سر گذاشته‌اید چگونه با دیپلم‌ها و گواهی‌نامه‌های کانادا مقایسه میشوند.

### امکان دارد لازم باشد مدارک تحصیلی خود را ارزشیابی کنید تا نتیجه را به آنها نشان دهید.

ارزشیابی مدارک تحصیلی بدین معنی است که مدارک تحصیلی شما با معادل‌های کانادایی آنها مقایسه میشوند. هنگامیکه مدارک تحصیلی شما مورد ارزشیابی قرار می‌گیرند، گزارش کتبی یا نامه‌ای دریافت می‌کنید که هر یک از گواهی‌نامه‌ها، دیپلم‌ها یا مدارک شما را شرح می‌دهد. این نامه به شما می‌گوید که چه مدرک کانادایی معادل نمرات و مدارک شماست.

اگر می‌خواهید در یک شغل یا صنف کار کنید و از عنوان حرفه‌ای استفاده نمایید، (مانند مهندس یا آرایشگر) باید جواز یا گواهی‌نامه داشته باشید. برای گرفتن این جواز، باید در انجمنی که صنف مورد نظر شما را سامان می‌دهد ثبت نام کنید. مانند بعضی از آموزشگاه‌ها، این گروه‌ها روند ارزشیابی مخصوص به خود را دارند.

ارزشیابی مدارک تحصیلی برای شما هزینه خواهد داشت. پیش از آنکه برای یک ارزشیابی پول پرداخت کنید، با کارفرما، آموزشگاه یا انجمن سامان‌دهی صنف تان درباره نوع ارزیابی‌ای که نیاز دارند صحبت نمایید. ارزیابی مناسب برای یک کارفرما ممکن است مشابه ارزیابی در نظر گرفته شده برای یک برنامه آموزشی نباشد.

وقتی به کانادا می‌آید، پیش از آنکه از خدمات ارزیابی استفاده کنید به خدمات مختلف و گزارش آنها توجه کنید. ممکن است برای استخدام، مهاجرت، تحصیلات عالی، اخذ مجوز و شرکت در دوره‌های کارآموزی مجبور باشید مورد ارزشیابی قرار بگیرید. به جای آنکه گزارش‌های متفاوت برای هر یک از اهداف خاص خود خریداری نمایید، سعی کنید یک گزارش دریافت کنید که برای چندین هدف مناسب باشد.

برای اطلاعات بیشتر درباره تمام این زمینه‌ها، به آدرس [www.settlement.org/FD/11](http://www.settlement.org/FD/11) به بخش استخدام Settlement.Org مراجعه نمایید.

# تحصیلات

## ثبت نام فرزندان در مدرسه

در اونتاریو، طبق قانون کودکان باید از سن 6 تا 18 سالگی به مدرسه بروند. اما بیشتر کودکان دوران مدرسه را از کلاسهای مهد کودک زمانیکه 4 یا 5 سال دارند آغاز میکنند. پس از یک یا دو سال در مهدکودک آنها به کلاس 1 می‌روند. مهدکودک تا کلاس 8 به نام مدرسه ابتدایی شناخته میشود. کلاس 9 تا 12 راهنمایی یا دبیرستان نام دارد.

شما باید فرزندان خود را در یک مدرسه محلی یا هیات نظارت بر مدارس ثبت نام کنید. با هیات مدرسه محلی تماس بگیرید تا از محل نزدیکترین مدرسه و چگونگی ثبت نام فرزندتان مطلع شوید. کودکانی که به اندازه کافی سن دارند تا به دبیرستان بروند ممکن است مایل باشند پیش از آنکه مدرسه‌ای را انتخاب کنند از برنامه‌های ویژه در بعضی از مدارس مطلع شوند. شما میتوانید در مدرسه محلی یا انجمن نظارت بر مدارس از این موارد با خبر شوید.

اکثر کودکان در اونتاریو به مدرسه‌های دولتی می‌روند. یک سیستم دولتی دیگر برای مدارس کاتولیک نیز وجود دارد. هیاتهای مدارس محلی متفاوت مدارس را در هر سیستم مدیریت میکنند. هیات نظارت بر مدارس میتواند نام مدرسه‌ای که فرزند شما میتواند در آنها حضور یابد را به شما بگوید.

**وضعیت مهاجرت کودکان یا والدین آنها یا سرپرست قانونی آنها مانع حضور کودکان در مدرسه نمیشود.** اگر به دلیل وضعیت مهاجرت در ثبت نام کردن فرزندتان مشکل دارید، با مرکز محلی مشاوره حقوقی اجتماع خود تماس بگیرید.

سال تحصیلی روز بعد از روز کارگر در سپتامبر آغاز میشود و در پایان ماه ژوئن به اتمام می‌رسد. هر یک از هیاتهای نظارت بر مدارس در مورد دادن اجازه به کودکان برای آغاز مدرسه از میان سال تحصیلی تصمیمات اختصاصی اتخاذ میکند.

شما میتوانید اطلاعاتی را که در زمینه نظام مدارس نیاز دارید در راهنمای تحصیلی برای تازه واردان به اونتاریو در [www.settlement.org/FD/12](http://www.settlement.org/FD/12) بیابید.

## تحصیلات بزرگسالان و ارتقا

همچنین ممکن است بخواهید دوره‌هایی را بگذرانید یا برنامه‌های تحصیلی‌ای بیابید که به شغل تان مربوط باشد. شما میتوانید در بخش تحصیلات Settlement.Org در آدرس [www.settlement.org/FD/13](http://www.settlement.org/FD/13) اطلاعاتی درباره موارد موجود و چگونگی دسترسی به آن را بیابید.

## آموختن زبان انگلیسی

وقتی وارد اونتاریو می‌شوید، امکان دارد مایل باشید مهارتهای زبان انگلیسی خود را بهبود ببخشید. به عنوان یک مهاجر تازه وارد، بسیار اهمیت دارد که بتوانید به راحتی به زبان انگلیسی ارتباط برقرار کنید. این مهارت به شما کمک میکند تا در اونتاریو بسیار سریعتر کار پیدا کنید و ساکن شوید.

تعلیم زبان برای تازه واردان به کانادا (LINC) برنامه آموزشی رایگانی برای مهاجران تازه وارد به کانادا است. شما برای ورود به برنامه LINC باید:

- ساکن دائمی کانادا (مهاجر دارای اقامت دائم) یا پناهنده طبق قوانین کنوانسیون باشید
- یا یک تازه وارد باشید که به وی اجازه ماندن در کانادا داده شده باشد، که مشمول طرح CIC شود تا وضعیت اقامت دائم به وی اعطا گردد، و هنوز تابع کانادا محسوب نمیشود

## 9

- بیشتر از سن ترک مدرسه سن داشته باشید (فرد بزرگسال 18 ساله یا بیشتر)
- توانایی زبانی خود را در یک مرکز ارزشیابی زبان مورد آزمایش قرار دهید.

بعضی از کلاسهای LINC خدمات نگهداری از کودک دارند.

کلاسهای LINC در سراسر اونتاریو در مکانهای زیر دایر میشوند:

- مدارس
- کالج های اجتماعی
- سازمان های اسکان مهاجران
- سازمانهای اجتماعی

## ثبت نام برای LINC

به منظور ثبت نام برای کلاسهای LINC، شما باید به مرکز ارزشیابی LINC مراجعه کنید. مرکز ارزشیابی LINC سطح زبان شما را بررسی میکند و به شما کمک میکند تا در یک مدرسه LINC ثبت نام کنید.

کارکنان این مرکز توانایی شما را در گوش دادن، صحبت کردن، خواندن و نوشتن می‌سنجند. این تست ممکن است بین یک تا سه ساعت به طول بیانجامد. هر چه سطح توانایی زبانی شما بالاتر باشد، تست بیشتر طول خواهد کشید.

این تست به شما کمک میکند تا در کلاس مناسب ثبت نام کنید. با یک سازمان اسکان یا مرکز اطلاعات اجتماعی تماس بگیرید و سوال کنید که نزدیکترین مرکز ارزشیابی LINC کجاست. شما باید با مرکز ارزشیابی تماس بگیرید تا وقت بگیرید.

شما میتوانید اطلاعات مربوط به تماس با این سازمانها را در [Settlement.Org](http://Settlement.Org) در بخش یافتن کمک نزدیک به خانه به آدرس [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) بیابید.

## آموزش پیشرفته زبان انگلیسی

شما همچنین میتوانید در مکانهای زیر از دوره‌های آموزشی پیشرفته‌تر زبان انگلیسی استفاده کنید:

- دانشگاهها
- کالج های اجتماعی
- آموزشگاه های خصوصی زبان
- سازمانهای اجتماعی

برای دریافت اطلاعات درباره دوره‌ها و شهریه آن به طور مستقیم با این آموزشگاهها و سازمانها تماس بگیرید. بعضی از این دوره‌ها رایگان هستند، اما امکان دارد برای حضور در بعضی از این کلاسها ملزم به پرداخت هزینه باشید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره کلاسهای انگلیسی، در [Settlement.Org](http://Settlement.Org) به بخش زبان انگلیسی به عنوان زبان دوم (ESL) در آدرس [www.settlement.org/FD/14](http://www.settlement.org/FD/14) مراجعه کنید.

# مهاجرت و تابعیت

## کارت اقامت دائم (برگ افرا)

شما کارت اقامت دائم (PR) خود را پس از اینکه وارد کانادا شدید از طریق پست دریافت خواهید نمود. وقتی وارد کانادا می‌شوید و دوران مهاجرت را می‌گذرانید، باید یک آدرس پستی به آنها بدهید تا بتوانند کارت را برای شما ارسال نمایند.

اگر در زمان ورود، آدرس پستی خود را به (Citizenship and Immigration Canada) مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا (CIC) نداده‌اید، لطفاً این کار را هر چه سریعتر انجام دهید. به سایت (web site) CIC مراجعه کنید یا با مرکز تلفن کارت PR تماس بگیرید تا آدرس خود را به آنها بدهید.

### مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا

#### مرکز تلفن کارت PR

1-800-242-2100

www.cic.gc.ca

اگر طی 30 روز پس از آنکه آدرس خود را برای CIC فرستادید کارت PR خود را دریافت نکردید، با مرکز تلفن تابعیت و مهاجرت کانادا تماس بگیرید.

اگر CIC آدرس شما را طی 180 روز پس از ورودتان به کانادا دریافت نکند، باید مجدداً برای دریافت کارت PR درخواست کنید و هزینه آن را بپردازید.

کارت PR یک مدرک شناسایی است و وضعیت اقامت دائم شما را به اثبات می‌رساند.

برای هرگونه سوال در زمینه کارت اقامت دائم، با مرکز تلفن کارت PR تماس بگیرید.

## الزامات اقامت

شما می‌توانید پس از اینکه وارد کانادا شدید به خارج از کشور سفر کنید. با این حال، باید در هر دوره 5 ساله، 730 روز (2 سال) در کانادا حضور فیزیکی داشته باشید تا وضعیت خود را به عنوان یک مقیم دائم حفظ کنید.

این بدان معناست که شما می‌توانید طی یک دوره 5 ساله به مدت 3 سال خارج از کانادا باشید. اما، اگر کشور را برای یک ملاقات طولانی به مدت زیاد ترک کنید، شما باید به مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا (Citizenship and Immigration Canada) ثابت کنید که قصد دارید به زندگی در کانادا ادامه دهید.

## حقوق و محدودیتهای مقیمان دائم

### حقوق مقیمان دائم

- زندگی و کار در سراسر کانادا
- دریافت کمک حقوقی (کمک برای افرادی که پول کافی برای پرداخت هزینه وکیل را در اختیار ندارند)
- دریافت بیمه درمانی استانی
- حق تحصیل
- حق کار
- حق بهره‌مندی از حقوق حمایت از کارمندان:
- سلامت و امنیت
- استانداردهای استخدامی
- بیمه استخدام
- معامله گروهی

- غرامت کارمندان
- حقوق بشر
- حق برخورداری از مزایای خدمات اجتماعی مانند مشاغل اونتاریو (Ontario Works)، مسکن ارزان قیمت و مهدکودک، پناهگاه ها، طرحهای غذا و پوشاک رایگان، مشاوره، و سایر انواع کمک هزینه ها در سازمان های اجتماعی.

## محدودیت های مقیمان دائم

- مرکز تابعیت و مهاجرت کانادا میتواند با ماندن شما در کانادا مخالفت کند اگر:
  - مدارک جعلی داشته باشید و به هنگام درخواست برای اقامت دائم و یا به هنگام اقامت اطلاعات غلط ارائه داده باشید.
  - از شرایط وضعیت اقامت دائم خود اطاعت نکرده باشید (در صورت داشتن شرایط).
  - به دلیل ارتکاب جرم محکوم شوید.
  - مقامات مسئول به این باور رسیده باشند که شما درگیر فعالیتهای جاسوسی، یا جرائم سازمان یافته هستید یا مرتکب جنایت جنگی شده‌اید.
- شما نمیتوانید در انتخابات شرکت کنید یا کاندید یک حزب سیاسی شوید.

## سوالات مربوط به مهاجرت

در صورت داشتن هرگونه سوال درباره مهاجرت، وضعیت تان، یا خدماتی که میتوانید به آنها دسترسی داشته باشید، با یکی از سازمان های اسکان تماس بگیرید. هنگامی که وارد اجتماع جدیدتان شدید میتوانید یک سازمان اسکان را بیابید. شما میتوانید لیستی از این سازمان ها را در [Settlement.Org](http://Settlement.Org) در بخش یافتن کمک نزدیک به خانه به آدرس [www.settlement.org/FD/04](http://www.settlement.org/FD/04) بیابید.

شما همچنین میتوانید به طور رایگان از سراسر اونتاریو با مرکز تلفن تابعیت و مهاجرت کانادا تماس بگیرید.

شما میتوانید از طریق یک پیام ضبط شده، به طور 24 ساعته، و 7 روز هفته اطلاعات دریافت کنید.

اگر مایلید با فردی صحبت کنید، از دوشنبه تا جمعه، بین ساعات 8:00 صبح تا 4:00 بعدازظهر تماس بگیرید. مرکز تلفن خدمات خود را فقط به زبان انگلیسی و فرانسه ارائه می‌دهد.

**برای اطلاعات در زمینه  
مهاجرت  
و تابعیت با مرکز تلفن تابعیت  
و مهاجرت کانادا تماس بگیرید  
1-888-242-2100**

# خدمات حقوقی

## حقوق بشر

در کانادا، مردان و زنان با هم برابرند و حقوق یکسان دارند. این حقوق در منشور حقوق و آزادی‌های کانادایی‌ها شرح داده شده است. هر نوع سوء استفاده - جسمی، روحی یا مالی - از هر فرد غیر قانونی است.

بسیاری از سازمان‌های اجتماعی برای آگاه کردن افراد از حقوقشان در گروه‌های اقلیت، زنان، همجنس‌گرایان، زنان همجنس‌گرا، افراد دارای معلولیت و افراد مسن فعالیت میکنند. مجموعه قوانین حقوق بشر اونتاریو از مردم در برابر تبعیض محافظت میکند.

تبعیض به معنی رفتار ناعادلانه بر پایه موارد زیر است:

- سن
- رنگ پوست
- قابلیت
- اصل و نسب
- نژاد
- وضعیت تاهل
- وضعیت خانوادگی
- اصل
- سابقه تخلفات (سوء پیشینه)
- وابستگی به کمک هزینه‌های دولتی
- مذهب
- تابعیت
- نژاد اصل
- جنسیت
- یا تمایلات جنسی.

طبق مجموعه قوانین حقوق بشر اونتاریو به هنگام تقاضا برای خدمات، کالاها و امکانات، مسکن، قراردادهای استخدام و عضویت در گروه‌ها، همه حق آزادی از تبعیض دارند.

## پلیس

در اونتاریو، و در سراسر کانادا، پلیس از دولت و ارتش جدا است. سه نوع پلیس در اونتاریو وجود دارد:

- پلیس (یا شهری) محلی
- پلیس استانی اونتاریو (OPP)
- و پلیس ملی که به نام پلیس سلطنتی سواره کانادا (RCMP) شناخته میشود.

بیشتر نیروهای پلیس هم اکنون از روش رویکرد پلیس اجتماعی استفاده میکنند. پلیسی اجتماعی به این معنی است که افسران پلیس با ساکنان هر اجتماع همکاری میکنند تا از وقوع جرم پیشگیری کنند و امنیت را افزایش دهند.

وقتی پلیس جلوی شما را میگیرد، شما را بازرسی میکند، دستگیر و بازداشت میکند، باید از قوانین بسیار سختگیرانه‌ای پیروی کنید. افسر پلیس باید به شما بگوید

- چرا شما را بازداشت میکند،
- شما را از همه حقوق تان مطلع سازد،
- و مطمئن شود که شما آنها را فهمیده‌اید

اگر دستگیر یا متهم به ارتکاب جرم شده‌اید، حق دارید یک وکیل داشته باشید. شما حق دارید وکیل خود را انتخاب کنید و شما حق دارید از مشاوره حقوقی به زبان اصلی خود استفاده کنید.

## وکیل گرفتن

- یافتن وکیل مناسب بسیار اهمیت دارد. برای شروع چند مورد را به یاد داشته باشید:
- از دوستان، همکاران و خویشاوندان بپرسید که آیا وکیلی می‌شناسند که توصیه کنند
  - از مشاور سازمان اسکان یا عضو یک سازمان خدمات اجتماعی پیشنهاد بخواهید
  - به بخش "وکیل" در صفحات زرد (Yellow Pages) دفتر تلفن مراجعه کنید
  - با خدمات ارجاع وکیل که توسط جامعه حقوقی قسمت علیای کانادا اداره میشود تماس بگیرید
  - در وب سایت دنبال فهرست هیاتهای حقوقی و وکلا بگردید

## خدمات معرفی وکیل (LRS)

خدمات معرفی وکیل (LRS) میتواند شماره تلفن یک وکیل در منطقه‌تان که در زمینه قوانین مربوط به وضعیت شما فعالیت میکند را در اختیار شما قرار دهد. شما همچنین میتوانید از LRS بپرسید تا مطمئن شوید وکیلی هزینه این

### خدمات معرفی وکیل

1- 00-8\* , -, ' &  
(% ! - ( + ' ' ' \$ f j b ; H k

شما میتوانید برای مشاوره به صورت تلفنی با یک وکیل LRS تماس بگیرید که مدت مکالمه نباید بیش از سی (30) دقیقه باشد. شما میتوانید تصمیم بگیرید که این فرد را به عنوان وکیل استخدام نکنید، اما نمیتوانید برای همان مشکل حقوقی یک معرفی دیگر از LRS بخواهید.

## مراکز مشاوره حقوقی اجتماعی

امکان دارد بتوانید از یک مرکز حقوقی اجتماعی نیز کمک حقوقی دریافت کنید. در این مراکز وکلا و مشاوران حقوقی اجتماعی برای کمک به شما حضور دارند. معمولاً، باید در منطقه‌ای ساکن باشید که تحت پوشش خدمات این مرکز قرار میگیرد. شما همچنین نباید به طور شخصی قادر باشید هزینه استخدام یک وکیل را بپردازید.

این مراکز فقط در زمینه‌های خاصی از قانون خدمات ارائه میدهند. این زمینه‌ها عبارتند از:

- مشاجرات مربوط به صاحبخانه و مستاجر
- غرامت کارمندان
- بیمه استخدام
- کمک هزینه اجتماعی
- طرح مستمری کانادا
- قوانین پناهندگان و مهاجرت
- قوانین کار
- و حقوق بشر.

مراکز مشاوره معمولاً در زمینه موارد جرمی و قوانین خانوادگی خدمات ارائه نمیدهد. برای اینگونه خدمات، شما به یک وکیل خصوصی و گواهی کمک حقوقی نیاز دارید.

شما برای کمک گرفتن از مراکز مشاوره حقوقی اجتماعی نیازی به گواهی کمک حقوقی ندارید.

[www.settlement.org/FD/25](http://www.settlement.org/FD/25)

# اجتماع و تفریحات

## وارد جامعه شوید

شما زمان زیادی را صرف یافتن مکانی برای زندگی، یاد گرفتن یا ارتقای زبان انگلیسی و یافتن شغل خواهید نمود. اما اگر در فعالیتهای تفریحی و اجتماعی شرکت کنید بسیار سریعتر در اجتماع جدید خود در اونتاریو جا خواهید افتاد. شما همچنین با افراد جدیدی ملاقات میکنید و با آنها ارتباط برقرار میکنید تا در یافتن کار به شما کمک کنند.

هر شهر در اونتاریو برنامه‌های اجتماعی و تفریحی و امکاناتی دارد که میتوانید از آنها استفاده کنید. این برنامه‌های معمولاً رایگان هستند یا هزینه بسیار کمی دارند.

در تابستان، بسیاری از والدین می‌خواهند برای فرزندان شان فعالیتهای ورزشی و سرگرمی پیدا کنند. این فعالیتهای کمپ‌های روزانه، کمپ‌های تابستانی یا برنامه‌های تابستانی نام دارند. شما اغلب میتوانید اطلاعات مربوط به این موارد را در مرکز اجتماعی محلی یا استخر محلی بیابید.

در مورد برنامه‌های موجود برای خود و خانواده‌تان بیشتر بدانید. برنامه‌هایی برای همه سنین وجود دارند و شامل مواردی مانند تناسب اندام، هنر و صنایع دستی و گروه‌های اجتماعی میشوند. فعالیتهای متفاوتی در هر فصل وجود دارد. برای مثال، شما میتوانید در فصل زمستان پیست‌های پاتیناژ رایگان و در تابستان استخرهای رایگان بیابید.

به مرکز اطلاعات اجتماع یا سازمان اسکان بروید تا اطلاعات بیشتری در زمینه برنامه‌ها بدست آورید. شما همچنین میتوانید با بخش پارکها و تفریحات دولت محلی خود تماس بگیرید.

## کتابخانه‌ها

کتابخانه مکان عمومی مهمی در اجتماع شما ست. کتابخانه‌ها مواردی برای ارائه به همه سنین دارند. شما باید کارت کتابخانه داشته باشید تا بتوانید کتاب امانت بگیرید یا در کتابخانه از کامپیوترها استفاده کنید. برای دریافت کارت، شما باید یک مدرک شناسایی (مانند، گواهینامه رانندگی یا کارت اقامت دائم) و یک مرسوله که نشان دهنده آدرس پستی شماست (مانند، قبض تلفن) ارائه دهید. کتابخانه به مدارکی نیاز دارد که هویت شما و آدرس محلی‌تان را ثابت کند. این کارت برای افرادی که در اجتماع زندگی میکنند رایگان است.

در اینجا نمونه‌هایی از برنامه‌ها و خدماتی را که میتوانید در کتابخانه بیابید ذکر میشوند:

- کلوپ‌های تکلیف مدرسه برای کمک به کودکان در انجام دادن تکالیف مدرسه
- کتابخانه‌های قصه‌گویی و اسباب بازی برای کودکان
- کلاسها و منابع برای یافتن کار و برنامه‌ریزی شغلی
- سواد آموزی به بزرگسالان، با معلمان خصوصی که خواندن و نوشتن می‌آموزند یا مهارتهای خواندن را افزایش میدهند
- مجموعه‌های چند زبانه: کتابها، نوارها، روزنامه‌ها و مجلات به زبانهای مختلف
- منابع انگلیسی-به-عنوان-زبان-دوم (ESL)
- جلسات کتاب خوانی با حضور نویسندگان محلی و نمایشگاههای هنرمندان محلی
- سخنرانی‌ها یا کلاس در مورد موضوعاتی چون بهداشت و امور مالی شخصی

کامپیوترها بخش مهمی از فعالیت در کتابخانه‌ها هستند. بسیاری از کتابخانه‌ها به کامپیوتر و چاپگر مجهز هستند که میتوانید از آن برای واژه‌پردازی، جستجوی کار و دسترسی به اینترنت استفاده کنید.

## تفریح کردن

همه جوامع در اونتاریو رویدادها، جشنها، برنامه‌های پارک، فعالیتهای هنری و فرهنگی رایگان و ارزان قیمت ارائه میکنند. جشنواره‌های هنری و فرهنگی در سراسر سال برگزار میشوند. برخی از آنها بر موارد هنری

## اجتماع و تفریحات

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

متمرکز هستند، مانند موسیقی، یا بر همه هنرهای یک گروه اجتماعی، مانند جامعه چینی-کانادایی. بسیاری از جشنواره های فرهنگی و هنری اونتاریو در فضای خارجی در فصل تابستان برگزار میشوند و رایگان هستند. جشنواره های کمدی، جاز، نویسندگان و فیلم برگزار میشوند.

اکثر جوامع دارای موزه، گالری های هنری، مکانهای تاریخی و محل های دیگر و رویدادهای جالبی هستند. بسیاری از گالری ها و موزه ها یک روز در هفته ورودی رایگان یا ارزان قیمت دارند. معمولا برای کودکان و افراد 65 ساله یا بیشتر هزینه کمتری دریافت میشود.

سال نو چینی، رژه غرور، کاریبانای تورنتو و وینترلود اتاوا نمونه هایی از برخی رویدادهای ویژه و جشنهای مهم در اونتاریو هستند. بسیاری از این موارد، شامل روز کانادا در 1 ژوئیه، جشنهای عمومی با رژه، آتش بازی و موسیقی هستند.

برای کسب اطلاعات بیشتر در زمینه تفریح و روشهای جالب برای مشارکت در جامعه تان در Settlement.Org در آدرس [www.settlement.org/FD/15](http://www.settlement.org/FD/15) به بخش جشنها مراجعه کنید.

# اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان

## تبدیل پول

فکر خوبی است که پیش از ورود به کانادا مقداری پول رایج کانادا در اختیار داشته باشید. امکان دارد نرخ تبدیل پول در کشوری که از آن می‌آیید مناسب تر باشد.

در فرودگاه بین‌المللی (Pearson) پیرسون، از ساعت 5:00 صبح تا 11:00 شب، هفت روز هفته، می‌توانید در دکه‌های صرافی پول خود را تبدیل کنید. با این حال، به احتمال زیاد نرخ تبدیل پول در خارج از فرودگاه مناسب‌تر است.

در بانکها، آژانسهای مسافرتی و مراکز بیشتر شهرها نیز می‌توانید خدمات تبدیل پول دریافت کنید. هتلهای نیز مبلغ‌های اندک پول را تبدیل می‌کنند، اما نرخ تبدیل خیلی مناسب نیست. بانکها اکثراً بهترین مکان برای تبدیل پول هستند.

## استفاده از تلفن

### استفاده از خدمات تلفن در خانه

مرکز تلفن بل (Bell Telephone) خدمات تلفن در منزل به شما ارائه می‌دهد. شما باید با شماره 310-BELL (310-2355) تماس بگیرید یا به مغازه مرکز بل (Bell Centre) مراجعه کنید تا این خدمات را سفارش دهید.

مهاجران تازه وارد برای دریافت خدمات تلفن باید ودیعه بگذارند. شما این پول را پس از گذشت 6 ماه پس خواهید گرفت. (Bell) بل همچنین مبلغ اتصال برای تلفنهای جدید خانه دریافت میکند. از طریق وب سایت (Bell) بل اطلاعات بیشتری بدست آورید - [www.settlement.org/FD/23](http://www.settlement.org/FD/23)

پس از اینکه بل (Bell) موافقت خود را برای ارائه خدمات به شما اظهار کرد، زمانی را تعیین خواهند کرد تا به منزل شما بیایند. شما باید در این زمان در خانه حضور داشته باشید، تا تکنسین‌های خدمات تلفن بتوانند خدمات را برای شما راه اندازی نمایند. تلفنهای محلی از خانه شما رایگان است، اما تلفنهای راه دور هزینه اضافی خواهند داشت.

## تلفنهای سیار / موبایل

تلفنهای سیار در کانادا بسیار رایج هستند و برنامه‌های پیچیده بسیاری وجود دارد که می‌توانید از بین آنها انتخاب کنید! پیش از آنکه وارد کانادا شوید، از طریق اینترنت می‌توانید اطلاعات زیادی در زمینه انواع برنامه‌های تلفن بدست آورید. این آدرس یک وب سایت مفید است - [www.settlement.org/FD/19](http://www.settlement.org/FD/19).

خدمات در کانادا ممکن است با خدمات موجود در کشوری که از آن می‌آیید تفاوت داشته باشد. پیش از آنکه با یکی از ارائه‌دهندگان خدمات تلفن همراه قراردادی امضا کنید، اطلاعات لازم در زمینه هزینه‌ها، برنامه‌ها و انواع مختلف خدمات تلفن را بدست آورید.

## تلفنهای همگانی / عمومی

تلفنهای عمومی را در فرودگاه‌ها، ایستگاههای اتوبوس و قطار، رستورانها، مغازه‌ها، مراکز خرید و کنار بعضی از خیابانها می‌توانید بیابید. این تلفن‌ها به نام "تلفنهای همگانی" نیز شناخته میشوند.

## برقراری تماسهای تلفنی محلی

تماسهای تلفنی محلی از خانه شما رایگان است، اما برقراری تماس تلفنی محلی از یک تلفن همگانی 50 سنت هزینه دارد. بعضی از تلفنهای همگانی اکنون 35 سنت هزینه دارند. هزینه برقراری تماس تلفنی راه دور بیشتر است.

برای برقراری تماس تلفنی در محدوده یک شهر یا شهرک:

گوشی را بردارید، 50 سنت در دستگاه پول بیندازید و شماره‌گیری نمایید.

## اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

اکثر تلفن‌ها سکه‌های 5، 10، 25 سنتی و 1 دلاری را قبول میکنند. در صورتیکه از سکه 1 دلاری استفاده کنید امکان دارد بقیه پول خود را دریافت نکنید.

امکان دارد در بعضی از مناطق لازم باشد ابتدا کد منطقه را شماره‌گیری نمایید. برای مثال، در تورنتو و مناطق اطراف آن، شما باید پیش از آنکه بقیه شماره تلفن را شماره‌گیری کنید، شماره 416، 647، یا 905 را بگیرید. مجموعاً 10 رقم در شماره تلفن‌های محلی وجود دارد.

## تماس‌های تلفنی راه دور

شما میتوانید برای تلفن منزلتان خدمات تماس تلفنی راه دور دریافت کنید یا از کارت‌های تلفن پیش پرداخته استفاده نمایید. هزینه کارت‌های تلفن راه دور پیش پرداخته بسیار ارزانتر از هزینه برقراری تماس تلفنی راه دور از تلفن منزل است. پرداخت هزینه این کارت‌های قطعاً ارزانتر از پرداخت هزینه تماس تلفنی راه دور به صورت نقدی یا به وسیله کارت اعتباری در یک تلفن همگانی است.

وقتی یک کارت تلفن پیش پرداخته خریداری میکنید میتوانید متوجه شوید که آیا بهترین نرخ را برای تماس گرفتن با کشوری که مایلید پرداخت میکنید یا خیر. از مسئولین فروش یک جدول مقایسه درخواست کنید. هزینه یک دقیقه تماس تلفنی با کشوری که میخواهید را در کارت‌های مختلف با هم مقایسه کنید.

شما همچنین میتوانید "تماس‌های تلفنی collect" برقرار کنید. تماس تلفنی collect بدین معناست که فردی که با وی تماس گرفته‌اید هزینه تماس تلفنی را می‌پردازد. برای برقراری تماس تلفنی collect، عدد "0" را شماره‌گیری نمایید، سپس کد منطقه و شماره تلفن را بگیرید و طبق دستورات سیستم خودکار عمل کنید.

## شماره‌های بدون هزینه عوارض

برخی از شماره‌های راه دور شماره‌های بدون هزینه عوارض نام دارند. هزینه برای تماس با این شماره‌ها محاسبه نمیشود. این شماره‌ها با اعداد 1-800، 1-866، 1-877 یا 1-888 شروع میشوند. ادارات دولتی، آژانس‌های جوامع اقلیت و بسیاری از مراکز بازرگانی شماره‌های بدون هزینه عوارض دارند.

شماره‌های 1-900 و 1-967 شماره‌های بدون هزینه عوارض نیستند. شما برای هر یک دقیقه که با این شماره‌ها صحبت میکنید باید هزینه بپردازید. تماس با این شماره‌ها اکثراً بسیار پر هزینه است.

## استفاده از دفتر تلفن

شما میتوانید در اکثر تلفن‌های عمومی یک دفتر تلفن یا دفتر راهنمای تلفن بیابید.

دفتر تلفن‌ها با صفحات سفید دارای چهار بخش هستند:

### شماره‌های اورژانس (و راهنمای مشتری)

این بخش شماره تلفن‌هایی را که نیاز دارید در مواقع بحرانی با آنها تماس بگیرید را در اختیار شما قرار میدهد مانند شماره پلیس. این بخش همچنین اطلاعاتی در زمینه چگونگی استفاده از تلفن به شما ارائه میدهد.

### صفحات آبی

این بخش نام افراد و شرکت‌ها و اصناف موجود در شهر را لیست میکند. این بخش شماره تلفن‌ها و آدرس‌های آنها را در بر میگیرد. افراد از روی نام خانوادگی‌شان لیست میشوند. هم نام افراد و هم نام شرکت‌ها و اصناف به صورت الفبایی مرتب شده‌اند. در بعضی شهرهای بزرگتر، مانند تورنتو، صفحات سفید دارای 2 بخش است - شماره تلفن‌های شخصی در قسمت جلویی و شماره تلفن‌های تجاری در نیمه دوم.

### صفحات زرد

این بخش روی برگه‌های آبی رنگ چاپ شده است. این بخش ادارات دولتی را لیست میکند و شماره تلفن‌هایی که برای تماس گرفتن با آنها نیاز دارید را در اختیار شما قرار میدهد. این بخش همچنین خدمات دولتی را طبق موضوع لیست میکند. برای مثال، برای یافتن وزارت بهداشت، در صفحات آبی به دنبال موضوع بهداشت بگردید.

## دفتر راهنمای تلفن با صفحات زرد

این بخش روی صفحات زرد رنگ چاپ شده است. این بخش نام شرکت ها و اصناف را طبق موضوع لیست میکند. برای مثال، برای سفارش دادن پیتزا، در صفحات زرد به دنبال موضوع پیتزا بگردید و یک مغازه نزدیک را انتخاب کنید. صفحات زرد در شهرهای بزرگتر، از جمله تورنتو، به صورت بخشی جداگانه هستند.

در شهرهای بزرگ، صفحات سفید و آبی، و صفحات زرد معمولاً در دو دفتر تلفن جداگانه چاپ میشوند. در شهرهای کوچکتر، امکان دارد این صفحات با هم در یک دفتر تلفن باشند. شما میتوانید دستور عملهای تلفن و شماره‌های اورژانس را در ابتدای همه دفتر تلفنها بیابید.

## ارسال و دریافت مراسلات پستی

### فرستادن یک نامه یا یک بسته

برای ارسال یک نامه یا یک بسته، باید هزینه پست را بپردازید. هزینه پست مبلغی است که برای ارسال نامه یا بسته شما صرف میشود.

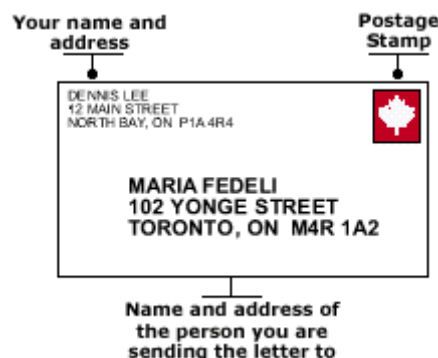
خدمات پستی در دفاتر پستی و دکه‌های پستی در فروشگاههایی مانند Shoppers Drug Mart دسترس است. برای یافتن یک دفتر پستی، به دنبال علامت پست کانادا روی شیشه مغازه‌ها باشید. شما همچنین میتوانید از دفتر تلفن استفاده کنید تا نزدیکترین دفتر پستی به خود را بیابید.

هزینه ارسال یک نامه یا بسته به اندازه و وزن آن بستگی دارد. این هزینه به مقصدی که میخواهید آن را ارسال کنید و سرعت رسیدن مرسوله به آنجا نیز بستگی دارد. معمولاً، مقصد بسته هرچه دورتر باشد، هزینه بیشتر خواهد شد.

اگر بسته‌ای را به یک کشور دیگر ارسال میکنید، باید یک فرم گمرک را تکمیل نمایید. شما میتوانید فرم گمرک را از دفتر پستی دریافت کنید. این فرم محتویات بسته را شرح میدهد. همچنین توضیح میدهد که این بسته چقدر ارزش دارد و وزن آن چقدر است. کارمند دفتر پست در دفتر پستی میتواند به شما کمک کند تا این فرم را تکمیل نمایید.

### دریافت یک آدرس پستی

پس از آنکه مکانی را برای زندگی یافتید، افراد میتوانند به طور مستقیم به منزل شما یا شماره صندوق پستی‌تان مرسوله ارسال کنند. پیش از آنکه مکانی برای زندگی بیابید، میتوانید به سه روش مرسوله دریافت کنید:



از یک خویشاوند یا یک دوست بپرسید که آیا میتوانید از آدرس آنها استفاده کنید یا خیر. از دیگران بخواهید تا "توسط" [care of (c/o)] خویشاوند یا دوستتان برای شما مرسوله ارسال کنند.

## اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو

در دفتر پستی خدمات توزیع عمومی درخواست کنید. این خدمات در سراسر دنیا با نام "پست رستانت" شناخته میشود. مرسوله‌های توزیع عمومی / پست رستانت در دفتر پستی اصلی منطقه‌ای باقی می‌ماند تا صاحب آن برای تحویل گرفتن مرسوله خود مراجعه کند. در شهرهای بزرگ جایی که بیش از یک دفتر پستی بزرگ وجود دارد، یکی از دفاتر پستی در منطقه به عنوان محل تحویل گرفتن مرسوله توزیع عمومی / پست رستانت تعیین میشود.

**YOUR NAME**  
GD Stn Main  
Toronto, ON M2R 5H2

یک صندوق پستی در دفتر پستی یا فروشگاه‌ای که خدمات تجاری ارائه میدهد کرایه کنید. با این روش آدرس در اختیار شما قرار می‌گیرد که میتوانید آن را به دیگر افراد بدهید تا برای شما مرسوله ارسال کنند. اگر بسته‌هایی دریافت کنید که به علت بزرگ بودن بیش از اندازه در صندوق پستی شما جای نگیرند فروشگاه یادداشتی برای شما می‌گذارد و شما میتوانید بسته خود را در پیشخوان تحویل بگیرید.

## حمل و نقل

### رانندگی

اگر در اونتاریو زندگی میکنید و میخواهید رانندگی کنید، باید گواهینامه رانندگی اونتاریو داشته باشید. وب سایت (Ontario Ministry of Transportation) وزارت حمل و نقل اونتاریو (MTO)، [www.settlement.org/FD/26](http://www.settlement.org/FD/26)، گواهی نامه رانندگی و وسیله نقلیه را در استان صادر میکند. در مقاله **چگونه می‌توانم یک گواهینامه رانندگی اونتاریو بگیرم؟** در وب سایت [www.settlement.org/FD/16](http://www.settlement.org/FD/16) اطلاعات بیشتری کسب نمایید.

شما میتوانید تا 60 روز پس از ورود به کانادا از گواهینامه رانندگی خارجی استفاده کنید. پس از این مدت باید امتحان رانندگی بدهید و گواهینامه رانندگی اونتاریو دریافت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر در زمینه گواهینامه‌ها و قوانین رانندگی از طریق شماره 1-800-387-3445 با (Ontario Ministry of Transportation) وزارت حمل و نقل اونتاریو تماس بگیرید.

شما باید خودروی خود را در نمایندگی صدور پروانه وسایل نقلیه موتوری استانی که در آن زندگی میکنید، به ثبت برسانید، و آن را بیمه نمایید. رانندگی بدون بیمه خودرو غیر قانونی است. بیمه خودرو میتواند پر هزینه باشد، اما در صورت تصادف از شما و سایر رانندگان حمایت میکند.

اگر خودرو ندارید، میتوانید از یک شرکت کرایه خودرو، ماشینی را برای یک روز، یک هفته یا بیشتر کرایه کنید. اکثر شرکتهای کرایه خودرو میتوانند اطلاعاتی در زمینه قوانین رانندگی به شما ارائه دهند.

شرکتهای کرایه خودرو بسته به مدتی که میخواهید ماشین را در اختیار داشته باشید و مسافتی که با ماشین طی میکنید از شما پول میگیرند. شما همچنین باید از آنها بیمه تصادفات بخرید و هزینه سوختی را که مصرف میکنید بپردازید.

## تردد - حمل و نقل عمومی

هر شهر در اونتاریو یک شبکه حمل و نقل عمومی متشکل از اتوبوسها و ترامواها دارد. تورنتو همچنین مجموعه‌ای از قطارهای زیر زمینی در اختیار دارد که به آنها مترو گفته میشود. اکثر شهرها نقشه‌های راههای حمل و نقلی را به صورت رایگان ارائه میدهند.

سیستم حمل و نقل تورنتو (The Toronto Transit System) (TTS) در سیستم تلفنی خود به بیش از 20 زبان اطلاعات دارد - با شماره 416-393-4636 تماس بگیرید. شما همچنین میتوانید در وب سایت آنها به آدرس [www.settlement.org/FD/17](http://www.settlement.org/FD/17) اطلاعات بیشتری کسب نمایید.

## اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان

به منظور استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی می‌توانید برای هر بار سوار شدن پول نقد پرداخت کنید. شما باید برای سوار شدن به اتوبوس دقیقاً مبلغ مورد نیاز را پرداخت کنید زیرا رانندگان نمی‌توانند بقیه پول شما را پرداخت کنند. اگر اوقات از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده می‌کنید، می‌توانید بلیت، ژتون یا پاس روزانه یا ماهانه بخرید. اگر برای هر بار سوار شدن پول نقد بپردازید هزینه بیشتری متحمل خواهید شد. بلیت، ژتون و پاسها را می‌توانید از ایستگاههای اتوبوس یا مترو و از بعضی فروشگاهها خریداری کنید.

گاهی لازم می‌شود برای رسیدن به محل مورد نظرتان مسیر خود را از یک اتوبوس، تراموا یا قطار به مسیر دیگری تغییر دهید. در اینصورت شما به بلیت انتقال نیاز دارید. بلیت انتقال برگه‌ای است که به راننده می‌گوید که شما نباید مجدداً پول بپردازید. به هنگام رسیدن به اولین اتوبوس یا تراموا از راننده بلیت انتقال بخواهید.

## مسافرت بین شهرها

اکثر شهرها و شهرکها در اونتاریو یک ایستگاه اتوبوس یا قطار دارند. شما در ایستگاه می‌توانید بفهمید که اتوبوس یا قطار به کجا می‌رود، در چه روزها و ساعاتی حرکت میکند و هزینه آن چقدر است. شما می‌توانید با یک آژانس مسافرتی تماس بگیرید تا از برنامه زمانی و هزینه پروازهای بین شهری مطلع شوید.

## تاکسی

اگر هیچگونه وسیله نقلیه عمومی وجود نداشت یا شما مجبور بودید به سرعت به محلی بروید، می‌توانید یک تاکسی بگیرید. شما می‌توانید با یک شرکت تاکسیرانی تماس بگیرید و از آنها بخواهید تا به آدرسی که به آنها می‌دهید بیایند. شما حتی می‌توانید از پیش با آنها تماس بگیرید و بخواهید تا در زمان مشخصی برای شما تاکسی بفرستند.

شما همچنین می‌توانید در خیابانهای شلوغ مرکز شهر نیز تاکسی بگیرید. در پیاده‌رو بایستید و برای یک تاکسی که مسافری ندارد دست تکان دهید. تاکسی گرفتن در خیابان در هر شهری آسان نیست. فقط ماشینی برای سوار کردن شما می‌ایستد که چراغ روی سقف آن روشن باشد.

هزینه رفت و آمد با تاکسی روی کنتوری در قسمت جلوی ماشین کنار راننده مشخص می‌شود. زمانیکه وارد تاکسی می‌شوید کنتور حداقل هزینه را نشان می‌دهد. پیش از آنکه وارد ماشین شوید از راننده بپرسید که هزینه سواری شما چقدر می‌شود.

## عابرین پیاده و قوانین جاده‌ای

علامتهای مخصوص عابران پیاده در گوشه همه خیابانها و جایی که چراغهای راهنمایی هستند قرار دارند. این علامتها به شما می‌گویند که چه زمانی می‌توانید از خیابان رد شوید. خطوط عابر پیاده در گوشه خیابانهای شلوغ جایی که چراغهای راهنمایی قرار ندارند روی زمین کشیده شده است.

## امور پولی و مالی

### بانکداری

### باز کردن یک حساب بانکی

فکر خوبی است که هر چه سریعتر از گزینه‌های بانکداری مطلع شوید. تصمیم بگیرید که نیازهای بانکی شما چیست و پیش از اینکه یک حساب باز کنید خدمات بانکهای مختلف را با هم مقایسه کنید.

یک حساب بانکی در هر بانک جای امنی برای نگه داشتن پولهایتان است و مدیریت آن نیز آسانتر است. یک حساب بانکی همچنین به شما کمک میکند تا سابقه اعتباری داشته باشید، که در صورتیکه نیاز به قرض گرفتن پول یا گرفتن کارت اعتباری داشته باشید می‌تواند مفید باشد.

موسسات مالی مختلفی وجود دارند که شما می‌توانید در آنها حسابهای پس انداز و/یا جاری باز کنید. بانکها، صندوق های مالی و بنگاههای تعاونی اعتبار دربارہ خدماتشان، شامل کارتهای دبیت و اعتباری اطلاعات رایگان ارائه می‌دهند. شما می‌توانید به هر بانکی بروید و درباره خدماتشان سوال کنید.

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو  
اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان  
برای باز کردن یک حساب در یک بانک، صندوق مالی یا بنگاه تعاونی اعتبار به دو مدرک شناسایی نیاز دارید. معمولاً، عکس شما باید روی یکی از این مدارک وجود داشته باشد. برای باز کردن یک حساب نیازی ندارید مبلغی را به عنوان ودیعه پرداخت کنید. برای باز کردن حساب بانکی حتماً نباید شاغل باشید.

## استفاده از یک دستگاه های خودکار

وقتی یک حساب بانکی باز میکنید، کارتی با نام کارت بانک دریافت میکنید، که به نام کارت دبیت نیز شناخته میشود. این کارت به شما امکان میدهد تا به جای آنکه امور بانکی خود را در بانکها انجام دهید در دستگاه های خودکار انجام دهید. شما میتوانید از دستگاه های خودکار برای واریز کردن پول، برداشت پول و پرداخت صورتحسابها استفاده نمایید. این ماشینها دستگاههای خودکار بانکی [Automated Banking Machines (ABMs)] یا دستگاههای خودپرداز [Automated Teller Machines (ATMs)] نام دارند.

بانک از شما میخواهد تا یک شماره رمز شخصی [Personal Identification Number (PIN)] برای کارت خود انتخاب نمایید. این یک شماره امنیتی است که از استفاده افراد دیگر از کارت شما جلوگیری میکند. این شماره را به خاطر بسپارید. PIN خود را به دیگران نگویند. هر بار که از کارت بانکی خود استفاده میکنید باید PIN را وارد کنید.

اگر از ABM بانک دیگری استفاده میکنید، کارمزد از شما دریافت میشود. در صورتیکه از یک ABM خصوصی استفاده کنید این کارمزد بیشتر میشود. این دستگاهها در فروشگاهها، رستورانها و سایر مکانها وجود دارند. اگر فقط برای برداشت پول از این دستگاهها استفاده کنید کارمزد زیادی از شما حساب شما کسر میشود. اگر از دستگاههای فقط یک بانکها یا بنگاههای تعاونی اعتبار استفاده کنید هزینه کمتری خواهید پرداخت.

## کارت های اعتباری و بوجود آوردن اعتبار

حتی اگر سالها سابقه اعتباری، با شرکتهای جهانی اعتباری مانند VISA و Mastercard داشته باشید، امکان دارد نتوانید چنین اعتباری در کانادا دریافت کنید. این مورد برای بسیاری از افراد غافلگیر کننده است.

در صورت امکان، پیش از آنکه به کانادا بیایید کارت های اعتباری خود را باطل نکنید. امکان دارد نتوانید در کانادا فوراً یک کارت اعتباری بگیرید. در این صورت، می توانید از کارت های اعتباری ای که هم اکنون دارید استفاده کنید.

برای اینکه در کانادا سابقه اعتباری ایجاد کنید، برای دریافت کارت اعتباری درخواست ارائه دهید. با کارکنان بانک محلی خود صحبت کنید. امکان دارد بانک شما بخواهد کارت اعتباری با محدودیت بیشتر از نظر خرج کردن یا کارت اعتباری تضمینی در اختیار شما قرار دهد.

برای بدست آوردن کارت تضمینی، شما باید مقداری پول را به عنوان ودیعه به صادر کننده کارت اعتباری پرداخت کنید. ودیعه تضمینی برای یک کارت تضمینی به محدودیت اعتباری درخواست شده توسط شما بستگی دارد. اگر مبالغ ماهیانه اعتباری خود را بپردازید و سابقه اعتباری خوبی ایجاد کنید، مبلغ ودیعه را همراه با سود آن دریافت خواهید نمود. در این هنگام میتوانید یک کارت اعتباری عادی دریافت کنید.

بسیاری از فروشگاهها برای خرید از فروشگاههایشان کارت های اعتباری ارائه می دهند. این کارتها معمولاً نرخهای سود بسیار بالایی دارند بنابراین مطمئن شوید که هر ماه کل تزار را پرداخت میکنید.

## قیمتها و مالیات

در اونتاریو، شما مبلغی را که روی اتیکت قیمت نوشته شده، به علاوه مالیات پرداخت میکنید. به طور معمول در اکثر فروشگاهها امکان خرید کالا با قیمتی کمتر از این وجود ندارد. با این حال در بعضی بازارها یا مغازههای قومی این امکان وجود دارد.

وقتی برای خرید کالایی پول پرداخت میکنید، مالیات به مجموع قیمت اضافه میشود. اغلب، مجموع مبلغ مالیات معادل 13% قیمت کالا است. این 13% شامل 5% مالیات کالاها و خدمات فدرال [Goods and Services Tax (GST)] و 8% مالیات فروش استانی [Provincial Sales Tax (PST)] است.

روزهای اول - راهنمای تازه واردان برای دو هفته اول اقامت در اونتاریو  
اطلاعات مخصوص مصرف کنندگان  
شما ملزم نیستید برای هر کالایی که می‌خرید، مانند خوار بار اولیه و داروهایی که توسط دکتر تجویز شده است GST پرداخت نمایید. اگر در یک رستوران نوشیدنی الکلی سفارش دهید، 10% مالیات الکل نیز به قیمت اضافه میشود.

## پشتوانه مالیات

### پشتوانه مالیات کالاها و خدمات [GOODS AND SERVICES TAX (GST)]

GST مالیاتی است که باید برای اکثر کالاها و خدمات ارائه شده در کانادا پردازید. پشتوانه GST/HST پرداختی معاف از مالیات است که هر 3 ماه یک بار به افراد و خانواده‌هایی که درآمدهای کم یا متوسط رو به پایین دارند داده میشود. این مبلغ کل یا بخشی از GST یا HST که این افراد پرداخت میکنند را باز می‌گرداند. شما باید تبعه کانادا باشید، 19 ساله یا بیشتر سن داشته باشید، تا بتوانید اعتبار دریافت کنید. به محض اینکه شماره بیمه اجتماعی خود را دریافت نمودید برای دریافت کارت اعتباری درخواست دهید. برای دریافت پرداختی‌های GST/HST هر ساله باید مالیات بر درآمد و سود مزایا را تسلیم کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر میتوانید از طریق شماره تلفن 1-800-959-1953 با مرکز اطلاعات GST تماس بگیرید.

### مزایای مالیات کودک کانادا [CANADA CHILD TAX BENEFIT (CCTB)]

اگر فرزندان شما زیر 18 سال سن دارند، امکان دارد بتوانید مزایای مالیات کودک کانادا (CCTB) دریافت کنید. CCTB مبلغی ماهانه است که از سوی دولت کانادا پرداخت میشود تا در پرداخت هزینه‌های بزرگ کردن بچه‌ها کمک کند.

شما میتوانید از وب سایت نمایندگی گمرک و مالیات کانادا (CRA) به آدرس [www.settlement.org/FD/20](http://www.settlement.org/FD/20) یک فرم درخواست بگیرید. شما باید به محض اینکه وارد کانادا شدید و در خانه جدید خود ساکن شدید برای دریافت CCTB درخواست دهید.

آنها بر پایه تعداد فرزندان، سن آنها، استانی که در آن زندگی میکنید، و درآمد خالص جهانی خانواده شما در 3 سال گذشته تصمیم میگیرند که چه مبلغی را به شما پرداخت کنند.

## گام های بعدی

امیدواریم توانسته باشید پاسخ سوالات متعدد خود درباره شروع زندگی جدید در اونتاریو را در این راهنما یافته باشید. همانطور که مطلع هستید، کارهای زیادی هست که باید انجام بدهید و شاید ندانید از کجا باید شروع کنید.

### فهرست خوش آمد به کانادا

برای شروع می توانید از فهرست خوش آمد به کانادا که در صفحه 2 این راهنما آورده شده است، استفاده کنید. روی مواردی که شامل حال شما نمی شوند یا قبلاً آنها را انجام داده اید، خط بکشید. در این راهنما اطلاعاتی درباره نحوه انجام کارهای لازم آورده شده است. اگر نیاز به کمک داشتید، سازمان های بسیاری هستند که با خوشحالی پاسخگوی سوالات شما خواهند بود و اغلب کمک های رایگان برای تکمیل فرم های لازم در اختیاران قرار می دهد. برای یافتن مراکز خدمات رسانی در محل خود روی لینک های موجود در هر بخش کلیک کنید.

### SETTLEMENT.ORG

Settlement.Org سایتی بسیار عالی برای بدست آوردن اطلاعات بیشتر، یافتن مراکز خدمات رسانی، دانلود کردن فرم ها و آشنا شدن با دیگر تازه واردان است. بار بعدی که در اینترنت بودید به نشانی [www.settlement.org](http://www.settlement.org) سر بزنید.

**به امید موفقیت شما در اونتاریو!**