

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਵਕ ਤੁਸੀਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਦੀ ਰਿਕਸ਼ਾਪ ਵੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਧਿਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵਕਪਿਾ ਕਰਕੇ  
[orientationontario.ca/en](http://orientationontario.ca/en) ਤੇ ਜਾਓ।

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਵਸੰਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਰਕ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਡੀ  
ਦੇਭਾਸ਼ੀ ਲਾਈਨ 1-855-626-0002 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ  
O2O@costi.org. ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

Funded by / Financé par :



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ



ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵਸੇਬੇ ਲਈ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ



orientation to  
**ontario**  **l'ontario**  
c'est chez moi

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵਸੇਬੇ ਲਈ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ



Punjabi 2025

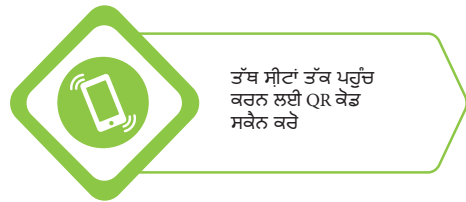


## ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

The Orientation to Ontario/*L'Ontario, c'est chez moi* ਪਰਜਿਨੈਕਟ ਲਈਡੰ  
Immigration, Refugees and Citizenship Canada (IRCC) ਅਤੇ Government of Ontario ਲਿ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਨੌ ਆਉਣ ਵਿਲਆਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਿਸਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਰਿਕਬੁੱਕ, ਰਿਕਸਾਪਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੁਭਾਸ਼ੀ ਪਰਜਿਨੈਕਟ ਅਤੇਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਬਿੱਬਸਾਈਟ -orientationontario.ca/en ਅਤੇ ਫ਼ਰੰਚ ਵਿਚ - orientationontario.ca/fr ਵਤਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।



ਰਿਕਬੁੱਕ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ



ਤੱਥ ਸੀਟਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ



ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ



## ਧੰਨਿਦ

ਕਾਸਟੀ (COSTI) ਇੰਮੀਗਰੰਟ ਸਰਵਿਸਜੀ (COSTI Immigrant Services) ਹੇਠ ਦਰਜ ਪਜਿਨੈਕਟ ਮੈਂਬਰਮੈਂਟ ਅਤੇ ਐਡਵਿਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ ਮੰਬਰ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਭਾਈਲਿਆਂ, ਵਜੰਨਾਂ ਦੇ ਸਵਹਯੋਗ ਦੁਆਰਾ ਪਜਿਨੈਕਟ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਬੰਢਿ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਦੇ ਸਵਹਯੋਗ ਅਤੇ ਅਗਾਊਈ ਦਾ ਧੰਨਿਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਰੰਭਕ (ਪਾਇਲਟ) ਪਜਿਨੈਕਟ ਦੀ ਤਾਮੀਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਅਵਜਹੀਆਂ ਸਰਵਸਿ ਡਵਲਪਿੰ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਧੰਨਿਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਵਜੰਨਾਂ ਦੀ ਲਗਨ ਅਤੇ ਚਿਨਬੱਧੇਤਾ ਕਾਰਨ ਇਸ ਨੂੰ ਪਾਤਿ ਭਰ ਅੰਦਰ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਵਮਵਲਆ ਹੈ।

- Agincourt Community Services Association
- Brampton Multicultural Community Centre
- Catholic Centre for Immigrants
- Catholic Crosscultural Services
- Centre for Immigrant and Community Services
- Centre francophone du GTA
- Centre communautaire francophone Windsor-Essex-Kent
- Collège Boréal
- Conseil Économique et Social d'Ottawa -Carleton
- CultureLink
- HMC Connections
- Immigrant Services Guelph-Wellington
- Kingston Community Health Centres
- London Cross Cultural Learners Centre
- Multicultural Council of Windsor and Essex County
- Newcomer Centre of Peel
- New Canadians' Centre of Excellence Inc.
- Niagara Folk Arts Multicultural Centre
- North York Community House
- Peel Multicultural Council
- Polycultural Immigrant & Community Services
- TNO - The Neighbourhood Organization
- Thunder Bay Multicultural Association
- University Settlement Services
- WoodGreen Community Services
- YMCA of Hamilton-Burlington-Brantford
- YMCAs of Cambridge & Kitchener-Waterloo
- YMCA of Simcoe/Muskoka

ਇਸ ਰਿਕਬੁੱਕ ਅੰਦਰ ਕਲਾਤਵਮਕ ਵਿਕਤੀਆਂ ਦੇ ਸਵਹਯੋਗ ਲਈ ਇਹ ਪਜਿਨੈਕਟ ਐਲਬਰਟ ਕੈਸਨ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਧੰਨਿਦ ਸਵਹਤ ਸਾਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤ ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਉਨਾਂ ਨੌ ਆਉਣ ਵਿਲਆਂ ਦਾ ਹੈ ਧੰਨਿਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਵਜੰਨਾਂ ਨੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿਚ ਰਵਹਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਵਬਨਾਂ ਇਸ ਪਜਿਨੈਕਟ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਸੰਭਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋਣਾ। ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ!

# ਵਰਕਬੁੱਕ ਸੰਬੰਧੀ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਇੱਕ ਮਾਣਮੱਤਾ, ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਮਾਜ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਤੋਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ 14 ਮਿਲੀਅਨ<sup>1</sup> ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਵਿੱਚ 250 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਏ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ 200 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲਦੇ ਹਨ।<sup>2</sup> ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਅੰਦਰ ਵਸੋਬਾ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਖੁਸ਼ਗਵਾਰ ਮੌਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। *Orientation to Ontario Workbook* ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰੇਗੀ।

## ਵਰਕਬੁੱਕ ਅੰਦਰ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਵੇਖੋਗੇ

ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਵਸੋਬਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਛੇ ਭਾਗ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਭਾਗ ਅੰਦਰ ਕਈ ਵਿਸ਼ੇ ਹਨ ਜੋ, ਸਰਕਾਰੀ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਸਮੇਤ, ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਂਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸੋਬੇ ਸੰਬੰਧੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੁ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਤੁਸੀਂ "ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ" ਸਿਰਲੇਖ ਥੱਲੇ ਵੇਖੋਗੇ। ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਸੋਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਸੋਬੇ ਦੇ ਅਮਲ ਦੌਰਾਨ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਵਸੋਬੇ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਾਸਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਧਿਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸੁਝਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੁਝ ਲਾਹੇਵੰਦ ਸਮੱਗਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਰਕਬੁੱਕ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ [orientationontario.ca/en](http://orientationontario.ca/en) ਅਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ ਵਿੱਚ [orientationontario.ca/fr](http://orientationontario.ca/fr) 'ਤੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ [orientationontario.ca/en/other-languages](http://orientationontario.ca/en/other-languages)

*Orientation to Ontario Workbook* ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਕਸ਼ਾ ਅਤੇ ਕੰਪਾਸ ਸਮਝੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚਣਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਵਸੋਬੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਬਾਰੇ ਸਾਧਨ

ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਵਸੋਬੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਇੱਕ ਭਾਗ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾ-ਦਰ-ਵਿਸ਼ਾ ਬੰਦੋਬਸਤ-ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਸੰਦ ਮਿਲੇਗਾ।

- ਇਹ ਸੰਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਛੋਟੇ ਟੀਚਿਆਂ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸੀਮਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਸਾਧਨ ਤੁਹਾਨੂੰ [orientationontario.ca/en](http://orientationontario.ca/en) ਵਿਖੇ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਧਨ

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਰੈਫਿਊਜੀਜ਼ ਐਂਡ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿੱਪ ਕੈਨੇਡਾ **Immigration, Refugees and Citizenship Canada** ਨੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸਾਧਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਸੋਬੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸਾਧਨ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cic-ictvac](http://findlink.at/cic-ictvac) 'ਤੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।

## ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਸਾਰੀ ਵਰਕਬੁੱਕ ਅੰਦਰ, ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਕਈ ਹਵਾਲੇ ਵੇਖੋਗੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ **Immigration, Refugees and Citizenship Canada** ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ **Welcome to Canada** ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਆਈਕਾਨ ਵੇਖੋ:

- WTC

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/welcomecan](http://findlink.at/welcomecan) ਵਿਖੇ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੈੱਬਪੇਜ

ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਅਤੇ ਨਾਗਰਕਿਤਾ ਕੈਨੇਡਾ (IRCC) ਨੇ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੈੱਬਪੇਜ ਦਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਮੀਡੀਆ ਮੁਹਿਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਭਾਸ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਸਖਿਲਾਈ, ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

## ਫ਼ਾਈਡਲਿੰਕਸ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਐਡਰੈਸਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਡੂਮੇਨਜ਼, ਫ਼ਾਈਡਲਿੰਕ ਸਮੇਤ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਲਿਜਾਂਦੇ ਹਨ।

<sup>1</sup> ਸਰੋਤ: Ministry of Finance: [ontario.ca](http://ontario.ca) or [findlink.at/092](http://findlink.at/092)

<sup>2</sup> ਸਰੋਤ: Ontario Immigration: [ontarioimmigration.ca](http://ontarioimmigration.ca)



## ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਭਰ ਅੰਦਰ ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਵਿਖੇ ਕੰਪਿਊਟਰ/ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਮੁਫ਼ਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਵੱਖ ਵੱਖ ਜਨਤਕ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਖੇ ਮੁਬਾਈਲ ਯੰਤਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਾਈ-ਫਾਈ ਤੀਕ ਮੁਫ਼ਤ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

# ਅੰਦਰ ਕੀ ਹੈ

## ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ 3

ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ	4
ਸਰਕਾਰ	5
ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ	6
ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀਆਂ	10
ਲਾਹੇਵੰਦ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ	11

## ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ 13

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ	14
ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ	17
ਰਿਹਾਇਸ਼	18
ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹੀਅਤ	21
ਆਵਾਜ਼ਾਈ	22
ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ	24
ਵਸੇਬੇ ਯੋਜਨਾ	26

## ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ 29

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ	30
ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਐਂਡ ਸੈਕੰਡਰੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ	31
ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆ	33
ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ	34
ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ	35
ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ	36

## ਕੰਮ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਕਰਨਾ 39

ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ	40
ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ	42
ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਅਧਿਕਾਰ	44
ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ	46
ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ	47

## ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿੱਤ 49

ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕਿੰਗ	50
ਉਧਾਰ ਲੈਣਾ	51
ਟੈਕਸ	52
ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਐਸਿਸਟੈਂਸ	53
ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ	54

## ਲੋਕ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ 55

ਸਮੂਹੀਅਤ	56
ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ	57
ਰਿਸ਼ਤੇ	58
ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ	59
ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ	60

## ਅੰਤਿਕਾ 61

ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਰੋਤ	62
ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮੰਤਰਾਲੇ	63
ਵਿਸ਼ਾ ਸੂਚੀ	64

---

# ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ

ਇਹ ਭਾਗ ਤੁਹਾਡੀ ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਪ੍ਰਾਂਤ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਭੂਗੋਲ, ਜਲਵਾਯੂ, ਅਬਾਦੀ, ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ, ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉਪਯੋਗੀ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵਸੋਬਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ।

---

4

ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ  
ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

5

ਸਰਕਾਰ

6

ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ  
ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

10

ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੋਬਾ)  
ਏਜੰਸੀਆਂ

11

ਲਾਹੇਵੰਦ ਫੋਨ ਨੰਬਰ  
ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ





## ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਕੈਨੇਡਾ 10 ਮਿਲੀਅਨ ਵਰਗ ਕਿਲੋਮੀਟਰ (3.9 ਮਿਲੀਅਨ ਵਰਗ ਮੀਲ) ਫ਼ੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਦੂਜਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਵੱਡੇ ਆਕਾਰ ਕਰਕੇ ਇਸ ਅੰਦਰ ਪਹਾੜਾਂ, ਜੰਗਲਾਂ, ਰੁੱਖ ਰਹਿਤ ਘਾਹ ਦੇ ਮੈਦਾਨਾਂ ਅਤੇ ਆਰਕਟਿਕ ਟੁੰਡਰਾ ਸਮੇਤ ਭਾਂਤ ਭਾਂਤ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਚਿਤਰ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

### ਸ਼ਹਿਰ, ਪ੍ਰਾਂਤ ਅਤੇ ਖੇਤਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਰਾਜਧਾਨੀ ਸ਼ਹਿਰ ਆਟਵਾ ਹੈ ਜੋ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਸਥਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਚੌਥਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਟਰਾਂਟੋ (ਆਂਟੇਰੀਓ) ਮੰਟਰੀਅਲ (ਕੁਬੈੱਕ) ਅਤੇ ਵੈਨਕੂਵਰ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ) ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ 10 ਪ੍ਰਾਂਤ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਟੈਰਿਟਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਖੇਤਰ ਇਹ ਹਨ:

- ਅਟਲਾਂਟਿਕ ਪ੍ਰਾਂਤ (ਨਿਊਫੰਡਲੈਂਡ ਅਤੇ ਲੈਬਰੇਡੋਰ, ਪ੍ਰਿੰਸ ਐਡਵਰਡ- ਆਈਲੈਂਡ, ਨੇਵਾ ਸਕੋਸ਼ੀਆ, ਅਤੇ ਨਿਊ ਬ੍ਰਨਜ਼ਵਿੱਕ)
- ਸੈਂਟਰਲ ਕੈਨੇਡਾ (ਕੁਬੈੱਕ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ)
- ਪਰੇਅਰੀ ਪ੍ਰਾਂਤ (ਮੈਨੀਟੋਬਾ, ਸੈਸਕੋਚੁਵਾਨ ਅਤੇ ਐਲਬਰਟਾ)
- ਪਛਮੀ ਤੱਟ (ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ)
- ਉੱਤਰ (ਨੂਨੂਵੈਟ, ਨਾਰਥਵੈਸਟ ਟੈਰਿਟਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਯੂਕਾਨ)

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਮੋਢੀ ਲੋਕ ਅਤੇ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਤਿੰਨ ਮੋਢੀ ਲੋਕ ਹਨ: ਆਦਿ-ਵਾਸੀ, ਫ਼ਰੈਂਚ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼।

ਯੋਰਪੀ ਖੋਜੀ, ਮੋਢੀ ਅਤੇ ਵਸੋਬਾਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਦਿ-ਵਾਸੀ ਲੋਕ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ, ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਤਿੰਨ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੈ: First Nations (ਕਈ ਵਾਰੀ "ਇੰਡੀਅਨਜ਼" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) Inuit ਅਤੇ Métis ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕ ਕੈਨੇਡਾ ਭਰ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਵਸੋਬਾਕਾਰ ਫ਼ਰੈਂਚ 1600ਵਿਆਂ ਅਤੇ 1700ਵਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਏ ਸਨ, ਜਦਕਿ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਵਸੋਬਾਕਾਰ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਵੇਲਜ਼, ਸਕਾਟਲੈਂਡ ਅਤੇ ਆਇਰਲੈਂਡ ਤੋਂ 17ਵੀਂ ਅਤੇ 20ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿਚਕਾਰ ਆਏ ਸਨ।

ਪਿਛਲੇ 200 ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ ਵੱਖ ਨਸਲੀ ਅਤੇ ਧਾਰਮਕ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਵਾਸ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਅੱਜ, 20 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਨਮੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਟਰਾਂਟੋ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਗਿਣਤੀ 45 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਦੋ ਸਰਕਾਰੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਹਨ। ਕਨੂਨ ਅਨੁਸਾਰ, ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰੇ।

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਨਾ

ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। **ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ** ਅੰਦਰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਖੋ। ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਦਾ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਲਈ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cic-study](http://findlink.at/cic-study) ਵਿਖੇ ਮੁਫ਼ਤ ਗਾਈਡ ਪੜ੍ਹੋ।

# ਸਰਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਇੱਕ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਰਾਜਤੰਤਰ ਅਤੇ ਫ਼ੈਡਰਲ ਲੋਕਤੰਤਰ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਮੁੱਖੀ ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੀ ਰਾਣੀ ਜਾਂ ਰਾਜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜੁੱਮੇਵਾਰੀਆਂ ਫ਼ੈਡਰਲ, ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟੋਰੀਅਲ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵੰਡੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਨਤਕ ਵੋਟ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੁਆਰਾ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਡਰਲ, ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਚੁਣਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਰਾਣੀ ਜਾਂ ਰਾਜੇ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਗਵਰਨਰ ਜਨਰਲ (ਫ਼ੈਡਰਲ) ਅਤੇ 10 ਲੈਫ਼ਟੀਨੈਂਟ ਗਵਰਨਰ ਜਨਰਲ (ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ) ਕਰਦੇ ਹਨ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

## ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ

ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਰੱਖਿਆ, ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਮਾਮਲਿਆਂ, ਮੁੱਦਰਾ, ਬੈਂਕਿੰਗ, ਇੰਮਪਲੋਇਮੈਂਟ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ, ਡਾਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਫੌਜਦਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਵਰਗੇ ਕੌਮੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦੀ ਹੈ। ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਪਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ **ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਦੇ ਮੈਂਬਰ (ਜਾਂ ਐੱਮ ਪੀ)**

## ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ/ਟੈਰਿਟਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ

ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ/ਟੈਰਿਟਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਅਜਿਹੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਹਤ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਸਰਕਾਰੀ ਸੰਗਠਨ ਨੂੰ **ਆਂਟੇਰੀਓ ਲੈਜਿਸਲੇਚਰ** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ **ਮੈਂਬਰਜ਼ ਆਫ਼ ਪਰੋਵਿੰਸ਼ਲ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ (ਜਾਂ ਐੱਮ ਪੀ ਪੀ)** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਸਰਕਾਰਾਂ (ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰਾ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਸਰਕਾਰ) ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੂੜਾ-ਕਰਕਟ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਕੌਂਸਲਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cgovsystem](http://findlink.at/cgovsystem) ਵਿਖੇ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਸਰਕਾਰ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/govontario](http://findlink.at/govontario) ਤੋਂ ਵੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਸਰਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ [yourlocalgovernment.com](http://yourlocalgovernment.com) ਵਿਖੇ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

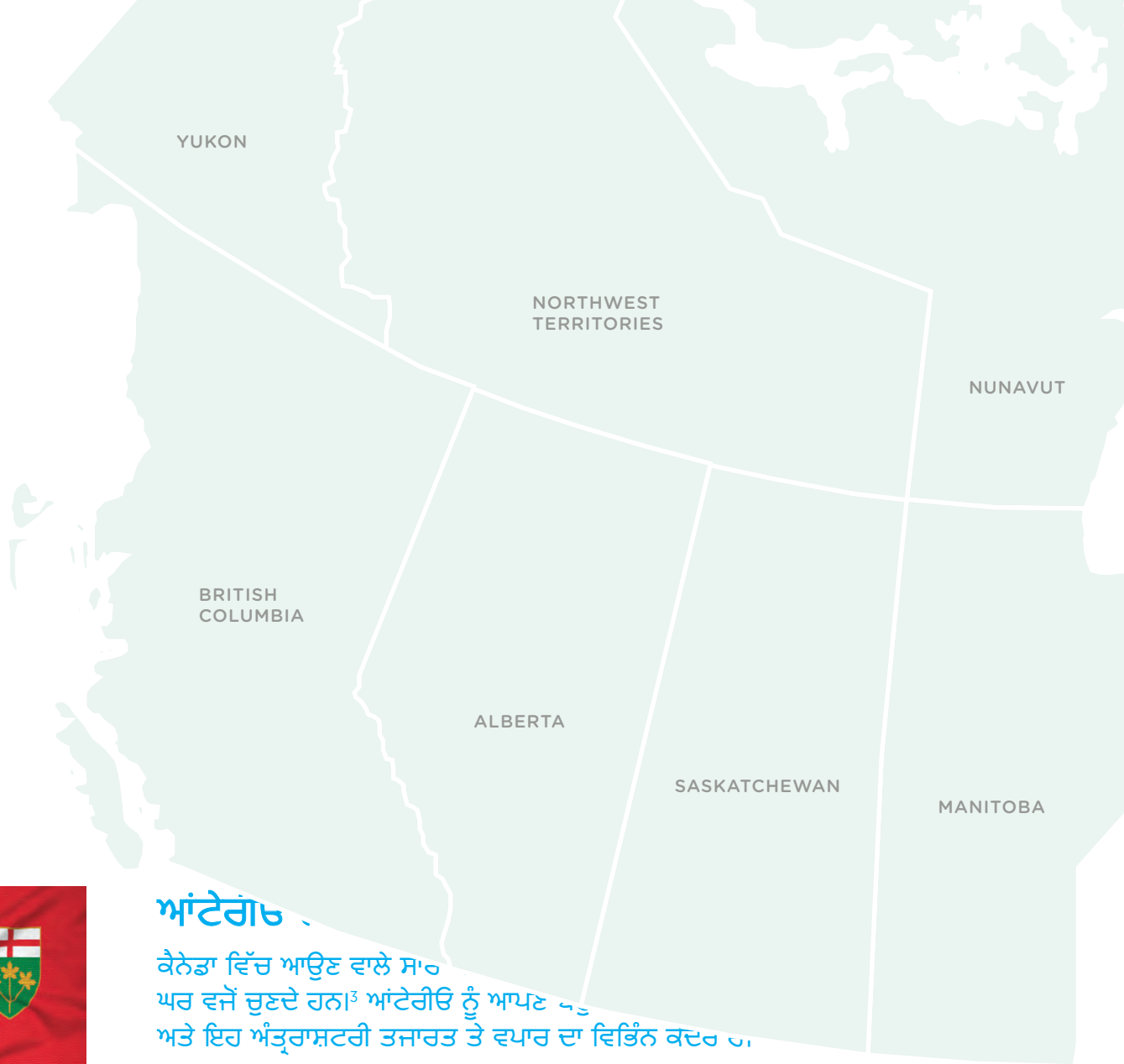
## ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

*ਮੇਰਾ/ਮੇਰੀ ਐੱਮ ਪੀ ਕੌਣ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦਾ/ਨਜਿੱਠਦੀ ਹੈ?*

*ਮੇਰਾ/ਮੇਰੀ ਐੱਮ ਪੀ ਪੀ ਕੌਣ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਦਾ/ਨਜਿੱਠਦੀ ਹੈ?*

*ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂ?*





## ਆਂਟੇਰੀਓ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਯਾਤਰੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਯਾਤਰੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਹਨ।<sup>3</sup> ਆਂਟੇਰੀਓ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਯਾਤਰੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਇਹ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤਜਰਬੇ ਤੇ ਵਪਾਰ ਦਾ ਵਿਭਿੰਨ ਕੇਂਦਰ ਹੈ।

### ਅਬਾਦੀ ਅਤੇ ਭੂਗੋਲ

ਅਬਾਦੀ ਪੱਖੋਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਾਂਤ (13 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ) ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਾਸੀ ਗਰੇਟ ਲੇਕਸ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀ ਪ੍ਰਾਂਤ ਦੀ ਦੱਖਣੀ ਹੱਦ ਨੇੜੇ ਸਥਿਤ ਸ਼ਹਿਰੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿਖੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਕਰਕੇ, ਪ੍ਰਾਂਤ ਦੇ ਉੱਤਰੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਛੋਟੇ ਹਨ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਪ੍ਰਾਂਤ ਦੇ ਅਮੀਰ ਆਦਿਵਾਸੀ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਅਕਸ ਹਨ: ਆਂਟੇਰੀਓ ਇਰਾਕੁਇਨ ਸ਼ਬਦ "ਕਨਾਡੇਰੀਓ" ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ "ਸੁੰਦਰ ਝੀਲਾਂ" ਜਾਂ "ਝਿਲਮਿਲ ਕਰਦੇ ਪਾਣੀ।"

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ 10 ਪ੍ਰਾਂਤ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਟੈਰਿਟਰੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਇਥੋਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਆਕਾਰ ਫ਼ਰਾਂਸ ਨਾਲੋਂ ਲਗਭਗ ਦੁੱਗਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ ਇੱਕ ਤਿਹਾਈ ਹੈ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਨੂੰ ਘੁੰਮ ਫਿਰ ਕੇ ਵੇਖਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸਰਕਾਰੀ ਟੂਰਿਜ਼ਮ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [destinationontariotravel.com](http://destinationontariotravel.com) ਵੇਖੋ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਪ੍ਰਕਿਰਤਕ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਣ ਲਈ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਿਸੇ ਪਰੇਵਿੰਸ਼ਲ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਜਾਓ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ [ontarioparks.ca](http://ontarioparks.ca) ਤੋਂ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।

<sup>3</sup> ਸਰੋਤ: Immigration, Refugees and Citizenship Canada: [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlinkat/prstats](http://findlinkat/prstats)





## ਆਦਿਵਾਸੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ

ਉੱਤਰੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਮੂਲ ਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਤਾਨ ਦਾ ਸਮੂਹਕ ਨਾਂ "ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕ" ਹੈ। ਉਹ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 7,000 ਸਾਲ ਤੋਂ ਰਹਿੰਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੰਵਿਧਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਗਰੁੱਪ ਹਨ: ਫ਼ਸਟ First Nations, Métis ਅਤੇ Inuit ਇਹ ਵਿਲੱਖਣ ਇਤਿਹਾਸਾਂ, ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਰਹੁ-ਰੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਮਤਾਂ ਵਾਲੇ ਤਿੰਨ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਲੋਕ ਹਨ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਫ਼ਸਟ First Nations ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਐਲਗੁਆਂਕੁਇਨ-ਬੇਲਣ ਵਾਲੇ ਕ੍ਵੀਅ, ਓਜੀ ਕ੍ਵੀਅ, ਅਲਗੁਆਂਕੁਇਨ, ਓਜਿਬਵੇ, ਓਡਾਵਾ, ਪੇਟਾਵਾਤਮੀ ਅਤੇ ਡੈਲਾਵੇਅਰ, ਅਤੇ ਇਰਾਕੁਇਨ ਬੇਲਦੇ ਸਿਕਸ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ (ਮੋਹਾਕ, ਓਨੀਡਾ, ਓਨੇਨਡੇਗਾ, ਕਾਯੂਗਾ, ਸੈਨਿਕਾ ਅਤੇ ਟਸਕਾਰੋਰਾ - Mohawk, Oneida, Onondaga, Cayuga, Seneca, Tuscarora) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। Métis ਫ਼ਸਟ First Nations ਅਤੇ ਯੋਰਪੀ ਮਿਸ਼ਰਤ ਵੰਸ਼ ਦੇ ਲੋਕ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ Métis ਵਜੋਂ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। Inuit ਆਰਕਟਿਕ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨੁਨੂਵੈਟ, ਨਾਰਥਵੈਸਟ ਟ੍ਰੀਟਰੀਜ਼, ਯੂਕਾਨ, ਉੱਤਰੀ ਕੁਬੈੱਕ ਅਤੇ ਲੈਬਰੇਡੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

2009 ਵਿੱਚ, ਜੂਨ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਆਦਿਵਾਸੀ ਮਹੀਨਾ ਘੋਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਹਰ ਸਾਲ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਾਸੀ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਅੰਦਰ ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਮੀਰ ਵਿਰਸੇ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

2006 ਦੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਜਨਸੰਖਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਇੱਕ ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਆਦਿਵਾਸੀ ਵਜੋਂ ਕਰਵਾਈ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਅਬਾਦੀ ਦਾ 2.8 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਬਣਦੇ ਹਨ।

ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਅਬਾਦੀ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ, ਫ਼ਸਟ First Nations, Métis ਅਤੇ Inuit ਦੇ ਕੋਈ 300,000 ਲੋਕ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਅਬਾਦੀ ਦਾ 2 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਅੰਦਰ

ਸਾਰੇ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ ਦਾ ਲਗਭਗ ਪੰਜਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਉਹ ਰਿਜ਼ਰਵਾਂ, ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਰੁਝ ਦੂਰ ਦੁਰਾਡੇ ਅਜਿਹੇ ਛੋਟੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਰਫ਼ ਵਾਲੀਆਂ ਸੜਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੁੱਖ ਸ਼ਹਿਰੀ ਆਦਿਵਾਸੀ ਅਬਾਦੀ ਥੰਡਰ ਬੇਅ, ਸਡਬਰੀ, ਸੂ ਸੈਂ ਮੇਰੀ, ਆਟਵਾ ਅਤੇ ਟਰਾਂਟੋ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [aadnc-aandc.gc.ca](http://aadnc-aandc.gc.ca) ਅਤੇ [ontario.ca/ministry-indigenous-affairs](http://ontario.ca/ministry-indigenous-affairs) 'ਤੇ ਜਾਓ

## ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ

ਪ੍ਰਾਂਤ ਅੰਦਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਆਮ ਭਾਸ਼ਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ। ਫ਼ਰੈਂਚ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਫ਼ਰੈਕੋਫੋਨ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ, ਦੋਹਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਨੌਕਰੀ ਲਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਲਾਭ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

## ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਕਿਸਮ ਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਂਤ ਦੇ ਦੱਖਣੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਵਿੱਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਮੇਜ਼ਬਾਨੀ ਉਦਯੋਗ, ਨਿਰਮਾਣ ਉਦਯੋਗ, ਜੀਵਨ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਟੈਲੀਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਤਕਨੋਲੋਜੀ ਵੇਖੋਗੇ।

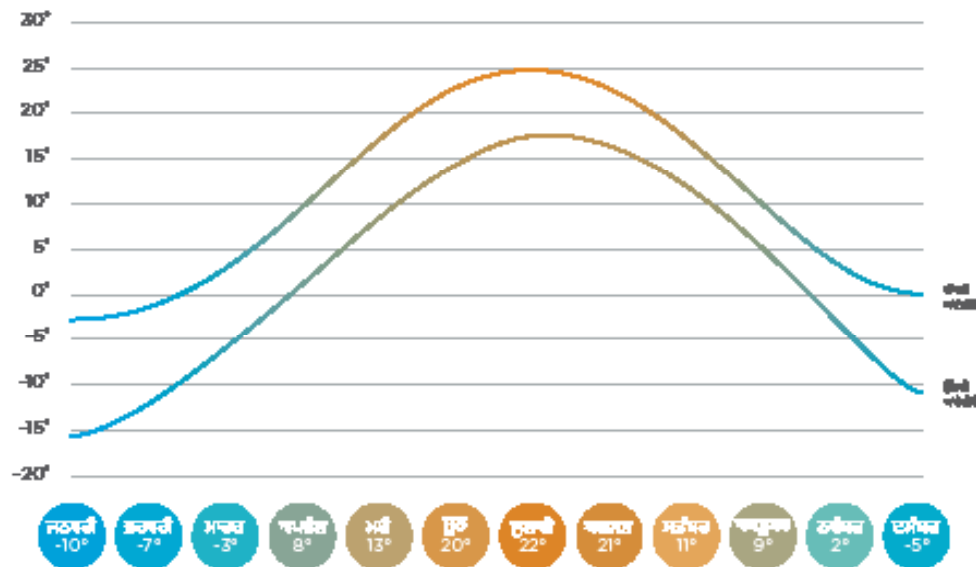
ਪ੍ਰਾਂਤ ਦੇ ਉੱਤਰੀ ਹਿੱਸੇ ਅੰਦਰ ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ ਇਤਿਹਾਸਕ ਤੌਰ ਤੇ ਪ੍ਰਾਕਿਰਤਕ ਸਾਧਨਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੁੱਖ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਣਾਂ ਦੀ ਖੁਦਾਈ, ਵਣ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਬਿਜਲੀ ਹੈ।

Ministry of Finance ਦੀ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਤੋਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।



# ਜਲਵਾਯੂ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਐਸਤਨ ਮਾਸਕ ਤਾਪਮਾਨ (ਸੈਲਸੀਅਸ ਡਿਗਰੀਆਂ ਵਿੱਚ) <sup>4</sup>



<sup>4</sup>ਸਰੋਤ: currentresults.com or findlink.at/091

## ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?

- ਹਰ ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਟਰਾਂਟੋ ਇੰਟਰਨੇਸ਼ਨਲ ਫਿਲਮ ਫੈਸਟੀਵਲ (TIFF) ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਠ ਫੈਸਟੀਵਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।
- ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ 20 ਪਬਿਲਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਐਪਲਾਈਡ ਆਟਰਸ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ 24 ਕਾਲਜ ਹਨ।
- ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ, 1,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿੰਡ ਟਰਬਾਈਨਾਂ ਹਨ ਜੋ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਵਾਯੂ ਊਰਜਾ ਦਾ ਮੋਹਰੀ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਐਲਗੁਨਕੁਇੰਨ ਪਰੇਵਿੰਸਲ ਪਾਰਕ 1893 ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਵੱਡਾ ਪਾਰਕ ਹੈ।

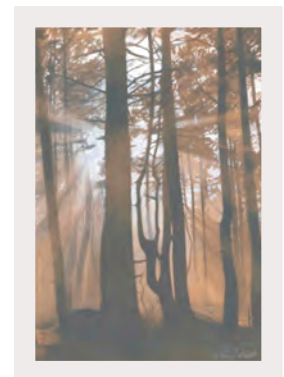
## ONTARIO QUICK FACTS

**ਰਾਜਧਾਨੀ**  
ਟਰਾਂਟੋ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਅਬਾਦੀ ਲਗਭਗ 4 ਮਿਲੀਅਨ ਹੈ

**ਅਧਿਕਾਰਕ ਫੁੱਲ**  
ਚਿੱਟਾ ਟਿਲੀਅਮ

**ਅਧਿਕਾਰਕ ਰੁੱਖ**  
ਪੂਰਬੀ ਚਿੱਟਾ ਦਿਉਦਾਰ

**ਅਧਿਕਾਰਕ ਪੰਛੀ**  
ਆਮ ਲੂਨ (ਜਲ ਪੰਛੀ)





## ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੇਬਾ) ਏਜੰਸੀਆਂ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਪਹੁੰਚ ਜਾਣ ਪਿੱਛੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਵਸੇਬਾ ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਮਦਦ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਸੇਬਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਗੁਪਤ, ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ

ਵਸੇਬਾ ਵਰਕਰ ਕਈ ਭਾਈਚਾਰਕ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਦੇ ਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ, ਨੌਕਰੀ ਕਿਵੇਂ ਲੱਭਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਹੋਰ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਈ ਵਸੇਬਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ, ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਭਰ ਅੰਦਰ ਵਸੇਬਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਫੰਡ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

### ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨਾ

- Settlement.org ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਅੰਦਰ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਸੇਬੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਲਾਹੇਵੰਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ: [services.settlement.org](http://services.settlement.org)
- ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਰੈਫਿਊਜੀਜ਼ ਐਂਡ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿੱਪ ਕੈਨੇਡਾ Immigration, Refugees and Citizenship Canada [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cic-serve](http://findlink.at/cic-serve) ਵਿਖੇ ਵਸੇਬਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- Ontario Ministry of Citizenship and Multiculturalism [ontario.ca](http://ontario.ca) ਵਿਖੇ ਵਸੇਬਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸੂਚੀਆਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 211 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਲਾਹੇਵੰਦ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ

### 9-1-1 - ਐਮਰਜੈਂਸੀ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਕਟ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪੁਲੀਸ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਤੋਂ 911 ਯੁਆਉ। ਅਪਰੇਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪੋਸਟਲ ਕੋਡ ਸਮੇਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਪੂਰਾ ਪਤਾ ਪੁੱਛੇਗਾ। ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ 150 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

911 ਸਿਰਫ਼ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

### 2-1-1- ਸੇਵਾਵਾਂ

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਅੰਦਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਫ਼ੋਨ ਤੋਂ 211 ਯੁਆਉ। ਇਹ ਸੇਵਾ 150 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਸਾਲ ਦੇ 365 ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। 211 ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨਾ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਮੁਕੰਮਲ ਤੌਰ ਤੇ ਗੁਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵੇਖੋ:

[www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

## ਲਾਹੇਵੰਦ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ

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

ਇਹ Ontario Ministry of Labour, Immigration, Training and Skills Development ਦੀ ਸਰਕਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਵਸੋਬੇ, ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਖਿੱਜ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ। ਖਿੱਜ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

Immigration, Refugees and Citizenship Canada- ਦੀ [canada.ca](http://canada.ca) ਸਰਕਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਹੈ। ਵਸੋਬੇ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਵਿਡੀਓਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ Living in Canada ਸਾਧਨ ਲੱਭੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਸੋਬਾ ਯੋਜਨਾ ਸਿਰਜਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। [findlink.at/livingcana](http://findlink.at/livingcana) 'ਤੇ ਜਾਓ।

[settlement.org](http://settlement.org)

ਵਸੋਬੇ ਸੰਬੰਧਤ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਮੇਤ ਸਥਾਨਕ ਵਸੋਬਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿੱਥੇ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ।

[servicecanada.gc.ca](http://servicecanada.gc.ca)

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਕਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ [findlink.at/ncservices](http://findlink.at/ncservices) ਵਿਖੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਇੰਨਫੋਲਾਈਨ

ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸੈਂਟਰ ਕਿਥੇ ਹੈ [1-800-267-8097](http://1-800-267-8097) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਓਰੀਓ ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ, ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਲਈ ਲਸੰਸ ਪਲੇਟ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸੈਂਟਰ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਣੀ ਹੈ।

### ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਇੰਨਫੋਲਾਈਨ

ਇੰਮੀਗਰੇਸ਼ਨ, ਟੈਕਸ, ਨਾਗਰਿਕਤਾ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਇੰਨਸ਼ੂਰੈਂਸ, ਆਪਣਾ ਸੋਸ਼ਲ ਇੰਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫੈਡਰਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ [1-800-622-6232](http://1-800-622-6232) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

### ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਐਸਿਸਟੈਂਸ

ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਜਾਂ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ [411](http://411) ਯੁਆਉ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲੈਂਡਲਾਈਨ ਤੋਂ 50 ਸੈਂਟ ਹੈ ਅਤੇ ਸੈਲ ਫ਼ੋਨ ਤੋਂ \$1.50 ਫ਼ੀਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

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

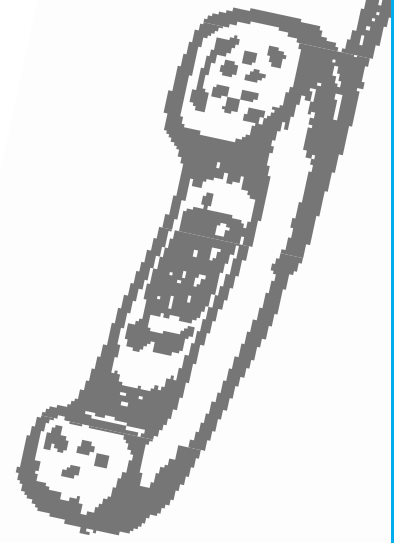
ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ।

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

ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ, ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਲੱਭੋ। ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਵੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ, ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਸਾਰੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ [1-800-268-5637](http://1-800-268-5637) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

[cic.gc.ca/english/newcomers/credentials](http://cic.gc.ca/english/newcomers/credentials)

ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਵਰਕਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਉਚਿਤ ਮਾਨਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।



# O CANADA

O Canada!  
Our home and native land!  
True patriot love  
in all thy sons command.

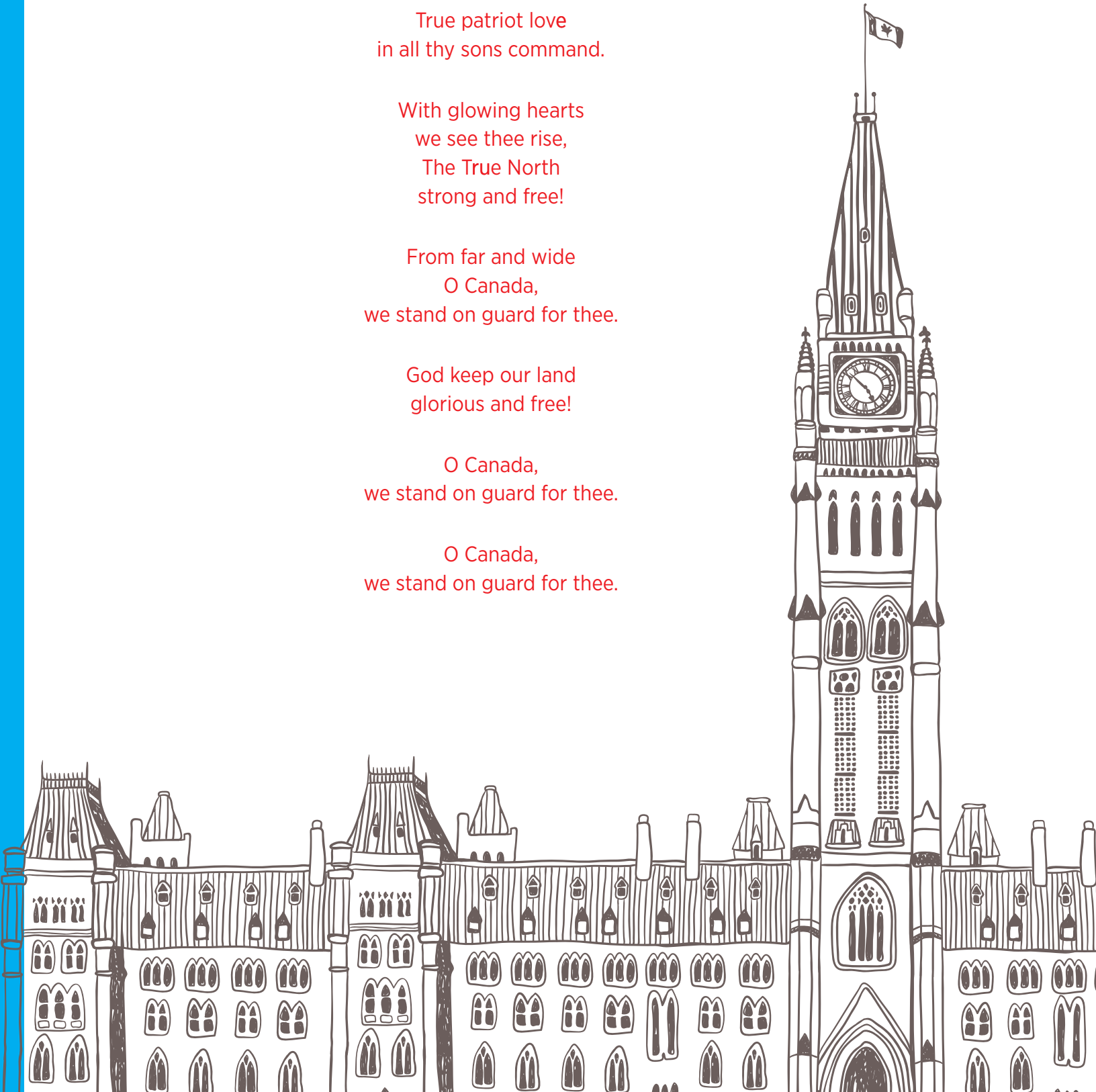
With glowing hearts  
we see thee rise,  
The True North  
strong and free!

From far and wide  
O Canada,  
we stand on guard for thee.

God keep our land  
glorious and free!

O Canada,  
we stand on guard for thee.

O Canada,  
we stand on guard for thee.



---

# ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਮਨੋਰੰਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨਾ, ਗਰੈਸਰੀ ਕਿਥੋਂ ਖਰੀਦਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਗੇ। ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਦੇ ਤੇ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡਾ ਨਵਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਛੇਤੀ ਹੀ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

---

14

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

17

ਖਪਤਕਾਰ  
ਸੇਵਾਵਾਂ

18

ਰਿਹਾਇਸ਼

21

ਭਾਈਚਾਰਕ  
ਸਮੂਹੀਅਤ

22

ਆਵਾਜਾਈ

24

ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ  
ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ

26

ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ





## ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਫੈਡਰਲ, ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟੋਰੀਅਲ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨੀਆਂ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟੋਰੀਅਲ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਸਾਰੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਹੁਸਪਤਾਲਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

### ਸਿਹਤ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ Ontario Health Insurance Plan (OHIP) ਦੁਆਰਾ ਸਰਵਵਿਆਪੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸੰਭਾਲ ਜਿਹੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਪੱਕੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਆਪਣੇ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਦੁਆਰਾ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਓਰਿੱਪ (OHIP) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਕਾਰਡ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਰਤਦੇ ਹੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਾਰਡ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਰਡ ਇਹ ਸਬੂਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ।

### OHIP + ਪਲੱਸ

5,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ OHIP+ ਦੇ ਅਧੀਨ 24 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਨਿੱਜੀ ਯੋਜਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ OHIP+ ਕਵਰੇਜ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ — ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਯੋਗ ਨੁਸਖੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। OHIP+ ਕਵਰੇਜ ਤੁਹਾਡੇ 25ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ 'ਤੇ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿੱਜੀ ਯੋਜਨਾ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। OHIP+ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ [ontario.ca/page/ministry-health](http://ontario.ca/page/ministry-health) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਲਾਂਗ ਟਰਮ ਕੇਅਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/healthont](http://findlink.at/healthont) ਤੋਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਵੇਰਿਵਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ

ਵਾਸਤੇ ਓਰਿੱਪ (OHIP) ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਓਰਿੱਪ (OHIP) ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਅਦਾਇਗੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ ਇਹ ਦੰਦਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਨੁਸਖੇ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਅਦਾਇਗੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

ਕਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਅਧਿਕ ਖਰਚੇ ਅਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਅਦਾਇਗੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਅਜਿਹੇ ਖਰਚੇ ਓਰਿੱਪ (OHIP) ਵੱਲੋਂ ਕੱਵਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੱਵਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਪਰਾਈਵੇਟ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵੀ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਓਰਿੱਪ (OHIP) ਦੀ ਕੱਵਰੇਜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕੁਝ ਸੀਮਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਤੀਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਗਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਸਾਧਨ ਵੇਖੋ।

ਹੇਠ ਦਰਜ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਤੋਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ:

- [findlink.at/ohip-info](http://findlink.at/ohip-info)
- [settlement.org](http://settlement.org)



## ਆਂਟੇਰੀਓ ਹੈਲਥ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਲੈਨ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੋਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਆਪਣੇ ਓਹਿਪ (OHIP) ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਐਪਰ, ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਉਡੀਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਉਸ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮਿਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਾਰਡ ਆਫ਼ ਲੈਂਡਿੰਗ 'ਤੇ ਦਰਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਓਹਿਪ (OHIP) ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ, ਸਰਵਿਸਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੈਂਟਰ ਪਹੁੰਚੋ। ਦੋ ਹੋਰ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤੀ ਪੱਤਰਾਂ ਸਮੇਤ, ਓਹਿਪ (OHIP) ਦੇ ਯੋਗ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿੱਪ ਜਾਂ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਉ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ [settlement.org](http://settlement.org) ਜਾਂ [findlink.at/hc-docs](http://findlink.at/hc-docs) ਵਿਖੇ ਦਰਜ ਹੈ।



ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸੈਂਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ:

- ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਇੰਨੋਵੇਲਾਈਨ ਨੂੰ **1-800-267-8097** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ
- ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [serviceontario.ca](http://serviceontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/mto-office](http://findlink.at/mto-office) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਉਡੀਕ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਤੋਂ ਸੀਮਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕੋਗੇ। ਇਸ ਦੇ ਬਦਲ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰਾਈਵੇਟ ਸਿਹਤ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖ਼ਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪੰਨੇ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਸਾਧਨ ਵੇਖੋ।

## ਉਡੀਕ ਮਿਆਦ ਦੀ ਛੇਟ

OHIP ਕਵਰੇਜ ਲਈ ਹੁਣ ਕੋਈ ਉਡੀਕ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਰੰਤ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕਵਰੇਜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਓਹਿਪ ਉਡੀਕ ਮਿਆਦ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [findlink.at/waitingperiod](http://findlink.at/waitingperiod) ਤੇ ਜਾਓ

## ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸੰਘੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਅੰਤਰਿਮ ਸੰਘੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਗ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਓਹਿਪ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲਾਭਾਂ ਦੀ ਅਸਥਾਈ ਕਵਰੇਜ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਤਜਵੀਜ਼ (ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ) ਕੀਤੀ ਡਰੱਗ ਕਵਰੇਜ।

ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਕਵਰੇਜ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ifhp](http://findlink.at/ifhp) ਤੇ ਜਾਓ।

## ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ

ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਅਹਿਮ ਰੋਲ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਸ਼ਵਰਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਤੁਸੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਰਗ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਐਪਰ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕੁਝ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਰੰਭ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਕੁਝ ਰਸਤੇ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ:

- ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਅੰਦਰ ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ, Ontario Ministry of Health and Long Term Care ਵੱਲੋਂ Health Care Connect Service ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕੁਨੈੱਕਟ ਦੀ ਹਾਟਲਾਈਨ ਨੂੰ **1-800-445-1822** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/hc-connect](http://findlink.at/hc-connect) ਵਿਖੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।
- College of Physicians and Surgeons of Ontario (ਕਾਲਜ ਆਫ਼ ਫਿਜ਼ੀਸ਼ੀਅਨਜ਼ ਐਂਡ ਸਰਜਨਜ਼ ਆਫ਼ ਆਂਟੇਰੀਓ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਅੰਦਰ "ਡਾਕਟਰ ਸਰਚ" ਵਰਤੋ। ਵੇਖੋ [cpso.on.ca](http://cpso.on.ca)
- ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੇਸਤਾਂ ਨੂੰ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁੱਛੋ

## ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਆਂਟੇਰੀਓ

ਨਰਸ ਕੋਲੋਂ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਗ਼ੈਰ-ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮਸ਼ਵਰਾ ਲੈਣ ਲਈ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤ ਦਿਨ, **1-866-797-0000** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 110 ਦੂਜੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਅਪਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਟੀ ਟੀ ਵਾਈ ਲਾਈਨ **1-866-797-0007** ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

## ਵਾਕ-ਇੰਨ ਮੈਡੀਕਲ ਸੈਂਟਰਜ਼

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਮਿਤੀ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਸਥਾਨਕ ਵਾਕ-ਇੰਨ ਕਲੀਨਿਕ ਪਹੁੰਚੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਓਹਿਪ ਕਾਰਡ ਵਿਖਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/hcoptions](http://findlink.at/hcoptions) ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਆਪਸ਼ਨਜ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਕਲੀਨਿਕ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

## ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰਜ਼

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/healthcare](http://findlink.at/healthcare) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਫਾਈਡ ਏ ਡੈਂਟਿਸਟ ਸਰਵਿਸ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰੋ: [youroralhealth.ca](http://youroralhealth.ca)

## ਪਰਾਈਵੇਟ ਹੈਲਥ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ

[yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) ਵਿਖੇ ਯੇਲੋ ਪੇਜਿਜ਼ ਐਨਲਾਈਨ ਵੇਖੋ।





## ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਓਹਿਪ (OHIP) ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੱਢ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਭਾਵੇਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹੋਣ।

17 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਦੁਆਰਾ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। Healthy Smiles Ontario ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [1-800-268-1153](tel:1-800-268-1153) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/smiles-ont](http://findlink.at/smiles-ont) ਵਿਖੇ Ontario Ministry of Health 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

**ਮੈਂ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰਾਂ?**

ਮੈਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰਾਂ?

ਮੇਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕ ਵਾਕ-ਇੰਨ ਕਲੀਨਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਸੈਂਟਰ ਕਿੱਥੇ ਹੈ?

ਮੇਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਕਿੱਥੇ ਹੈ?

ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਓਹਿਪ (OHIP) ਵੱਲੋਂ ਕੱਢ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ?

ਓਹਿਪ (OHIP) ਵੱਲੋਂ ਕੱਢ ਨਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਮੇਰਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਅਜਿਹੀ ਹੈਲਥ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਪਲੈਨ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨੁਸ਼ਖੇ ਨਾਲ ਲਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਖਰਚੇ ਕੱਢ ਕਰਦੀ ਹੋਵੇ?

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕੀ ਓਹਿਪ (OHIP) ਉਹ ਸਾਰੇ ਅਜਿਹੇ ਡਾਕਟਰੀ ਖਰਚੇ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੱਢ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

## ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਤੁਰੰਤ ਕਿਸਮ ਦੀ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੋਂ 911 ਯੁਆਓ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਅਪਰੇਟਰ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਭੇਜੇਗਾ। ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਕੋਲ ਪੈਰਾਮੈਡਿਕਸ (ਪਰਾਚਿਕਿਤਸਕ) ਅਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਰੰਤ ਇਲਾਜ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਾਲ ਸੈਂਟਰ 170 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਸ਼ੀਏ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ- ਇਹ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤ ਦਿਨ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਓਹਿਪ (OHIP) ਕੱਢੇ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

## ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣੇ

ਬਾਲਗ਼ਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ (ਜਾਂ ਰੋਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ) ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਸਮੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਨਾਲ ਲਿਆਉ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਵਾਏ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਦੇ ਅਮਲੇ ਨਾਲ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਟੀਕੇ ਲਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਵਾਸਤੇ, Ontario Ministry of Health and Long-Term Care ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/immuneinfo](http://findlink.at/immuneinfo) 'ਤੇ ਜਾਓ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

## ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ (psychiatrists) ਵੱਲੋਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਓਹਿਪ (OHIP) ਕੱਢ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ (psychologists), ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਕੌਸਲਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਓਹਿਪ (OHIP) ਉਦੋਂ ਤੀਕ ਕੱਢ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਜਦੋਂ ਤੀਕ ਤੁਸੀਂ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਏਜੰਸੀ, ਜਿਵੇਂਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ, ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਦੁਆਰਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ Mental Health-Care Services ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਂਟੇਰੀਓ ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ [1-866-531-2600](tel:1-866-531-2600) ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [connexontario.ca](http://connexontario.ca) ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ

ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ, ਬਿਮਾਰੀ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਜੂਆ ਖੇਡਣ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਟੈਲੀਫੋਨ ਲਾਈਨ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਰੁਨੈੱਕਸਆਂਟੇਰੀਓ: [connexontario.ca](http://connexontario.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ

## ਮੈਡੀਕਲ ਨਿਗਰਾਨੀ (SURVEILLANCE)

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਮੰਤਵ ਨਾਲ ਕੈਨੇਡਾ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਆਇਨਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਸੀ ਕਿ ਪਹੁੰਚਣ ਪਿੱਛੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਨਿਗਰਾਨੀ (SURVEILLANCE) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਠਾਕ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ 30 ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਾਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ph-units](http://findlink.at/ph-units) 'ਤੇ ਜਾਓ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

# ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਸਧਾਰਨ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਫਰਕ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫੋਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਗਰੰਸਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਖਰੀਦਨੀ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਵਸੇਬੇ ਦੇ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸੇ ਹਨ।

## ਖਪਤਕਾਰ ਵਜੋਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀਆਂ ਮੰਡੀਆਂ ਲਾਭਦਾਇਕ ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹਨ। ਖਪਤਕਾਰ ਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ- ਦੋਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਨੂਨ ਬਹੁਤੇ ਸੌਦਿਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸੂਚਿਤ ਉਪਭੋਗਤਾ ਬਣਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਫੈਡਰਲ, ਪ੍ਰਾਂਤੀਏ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੇ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਉਪਭੋਗਤਾ ਹੈਂਡਬੁੱਕ (Canadian Consumer Handbook) ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹੈਂਡਬੁੱਕ ਆਨਲਾਈਨ ਖਰੀਦਦਾਰੀ, ਬੈਂਕਿੰਗ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਘਰ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਵਰਗੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਪ੍ਰਾਂਤ ਲਈ ਖਪਤਕਾਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਲਈ ਮਿਨਿਸਟਰੀ ਆਫ ਗਵਰਨਮੈਂਟ ਐਂਡ ਕੰਜਿਊਮਰ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (Ministry of Government and Consumer Services) ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [ontario.ca/consumerprotection](http://ontario.ca/consumerprotection) ਵੇਖੋ ਜਾਂ 1-800-889-9768 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

## ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਸ਼ਹਿਰੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਅੰਦਰ, ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਚੋਣਾਂ ਹਨ। ਪੇਂਡੂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਚੋਣਾਂ ਘੱਟ ਹਨ।

ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਫੋਨ, (ਸੈੱਲ ਫੋਨ ਜਾਂ ਲੈਂਡ ਲਾਈਨ), ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਕੇਬਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਅ ਕੇ ਛੋਟਾਂ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਬੰਡਲ ਬਣਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲਾਂਗ ਡਿਸਟੈਂਸ ਅਤੇ ਅੰਤਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਾਲਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਰਡ ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਸਮਝ ਲਵੋ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਭਰ ਅੰਦਰ ਕਈ ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ, ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਕਾਰਡ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਾਇਰਲੈੱਸ ਲੈਪਟੋਪ ਕੰਪਿਊਟਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਈ ਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਫੀ ਹਾਊਸ ਅਤੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਮੁਫਤ ਵਾਇਰਲੈੱਸ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਾਈ-ਫਾਈ ਹਾਟਸਪਾਟ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਪਹੁੰਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਡਾਕ ਸੇਵਾ

ਕੈਨੇਡਾ ਪੋਸਟ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਡਾਕ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਡਾਕਖਾਨੇ ਕਸਬਿਆਂ, ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਪੈਕੇਜ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਮੰਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣੀਆਂ

ਗਰੰਸਰੀ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਗਰੰਸਰੀ ਦੀਆਂ ਦੂਜੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਛੋਟੇ ਕਾਨਵਿਨੀਐਂਸ ਸਟੋਰਾਂ (ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ) ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਨਰ ਸਟੋਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਫਲ ਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਛੋਟੇ ਸਟੋਰਾਂ, ਬੁੱਚੜਾਂ ਅਤੇ ਬੇਕਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮਰਜ਼ ਮਾਰਕਿਟਾਂ ਤੋਂ ਸਥਾਨਕ ਪੈਦਾਵਾਰ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਟਿੱਪ ਦੇਣੀ

ਲੋਕ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ, ਬਾਰਾਂ, ਹੋਟਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਟੈਕਸੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਟਿੱਪ ਵਜੋਂ ਪੈਸੇ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਟਿੱਪ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਪਰਗਟਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਢੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਟਿੱਪ ਆਮ ਕਰਕੇ ਬਿੱਲ ਦਾ 10 ਤੋਂ 15 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

## ਭੋਜਨ ਦੀਆਂ ਤੁਰੰਤ ਲੋੜਾਂ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਥਾਨਕ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਵਿਖੇ ਭੋਜਨ ਮੁਫਤ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜਾਂ **Feed Ontario** ਨੂੰ **1-866-220-4022** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। [feedontario.ca](http://feedontario.ca) ਉੱਤੇ ਜਾਓ। **ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ** [settlement.org](http://settlement.org) ਉੱਤੇ ਜਾਓ।

## ਕੰਜਿਊਮਰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਹੈਂਡਬੁੱਕ

[ontario.ca/consumerprotection](http://ontario.ca/consumerprotection)  
1-800-889-9768

## ਕੈਨੇਡਾ ਪੋਸਟ

[canadapost.ca](http://canadapost.ca)  
1-866-607-6301

## ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾਵਾਂ

[settlement.org](http://settlement.org) or  
[findlink.at/dailylife](http://findlink.at/dailylife)

## ਫਾਰਮਰਜ਼ ਮਾਰਕਿਟ

[farmersmarketsontario.com](http://farmersmarketsontario.com)





## ਰਿਹਾਇਸ਼

ਰਿਹਾਇਸ਼ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੁੱਖ ਚਿੰਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: ਆਮਦਨੀ ਅਨੁਸਾਰ ਪੁੱਗਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਸੇਬੇ ਦਾ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

### ਆਰਜ਼ੀ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਉਪਰੰਤ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਜਾਂ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ, ਕਾਂਡੋਮਿਨੀਅਮ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਠਹਿਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਜ਼ੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਠਹਿਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਹੋਸਟਲ ਠਹਿਰਨ ਲਈ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋਸਟਲ ਪਰਾਈਵੇਟ ਕਮਰੇ ਜਾਂ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਬੈੱਡ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਗੁਸਲਖਾਨਾ ਅਤੇ ਰਸੋਈ ਵੀ ਸਾਂਝੀ ਵਰਤਦੇ ਹੋ। ਹੋਸਟਲ ਜਾਂ ਹੋਟਲ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ:

- ਯੈਲੋ ਪੇਜਿਜ਼ [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) 'ਤੇ ਪੇਜਿਜ਼
- ਜਿਸ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਕਸਬੇ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਵਸੇਬਾ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਟੂਰਿਜ਼ਮ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਸੂਚੀਆਂ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਟੂਰਿਸਟਬੁੱਕ ਖਰੀਦੋ ਜਿਸ ਅੰਦਰ ਹੋਟਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਸਟਲਾਂ ਦੀਆਂ ਸੂਚੀਆਂ ਹੋਣ।
- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

- ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ-ਇਮਾਰਤ ਜਾਂ ਮਕਾਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ-ਦੋ-ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਬੈੱਡਰੂਮ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਇੱਕ ਘਰ; ਬੈਚੁਲਰ ਯੂਨਿਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਮਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਲਿਫਟਿੰਗ ਰੂਮ ਅਤੇ ਬੈੱਡਰੂਮ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਸਾਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਰਸੋਈ ਅਤੇ ਗੁਸਲਖਾਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਕਮਰਾ - ਕਈ ਵਾਰੀ ਵੱਡੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਪਰਾਈਵੇਟ ਬੈੱਡਰੂਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਬੈੱਡਰੂਮ ਇਕੱਲੇ ਇਕੱਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਰਸੋਈ ਤੇ ਗੁਸਲਖਾਨਾ ਸਾਂਝਾ ਵਰਤਦੇ ਹਨ: ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰੀ **ਰੂਮਿੰਗ ਹਾਊਸਿੰਗ** ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਕਾਂਡੋਮਿਨੀਅਮ (ਕਾਂਡੋ)-ਬਹੁਤੇ ਕਾਂਡੋ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਯੂਨਿਟਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਬਹੁ-ਮੰਜ਼ਲੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਾਲਕ ਸਾਂਝ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਮਾਸਕ ਫੀਸ ਅਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਮਕਾਨ-ਡਿਟੈਚਡ ਮਕਾਨਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਜਾਇਦਾਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਸੈਮੀ-ਡਿਟੈਚਡ ਮਕਾਨਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਦੀ ਕੰਧ ਦੂਜੇ ਮਕਾਨ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਟਾਊਨ ਹਾਊਸਾਂ ਦੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਪਾਸੇ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)



## ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਮਕਾਨ

ਆਪਣੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਸਮਾਚਾਰ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਕਲਾਸੀਫਾਈਡ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਮਕਾਨ ਲੱਭਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਢੰਗ ਹੈ: [newspaperscanada.ca](http://newspaperscanada.ca)

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਦਰਜ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜਿਸ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਚੱਕਰ ਲਾਓ ਅਤੇ ਇਮਾਰਤ ਉੱਤੇ "ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਖਾਲੀ" ਜਾਂ "ਕਿਰਾਏ ਲਈ" ਸਾਈਨ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।
- ਦੇਸਤਾਂ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।
- ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ, ਗਰੇਸਰੀ ਸਟੋਰਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡ ਵੇਖੋ।
- [viewit.ca](http://viewit.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਮਕਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਪੰਨੇ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲੇ ਖਾਨੇ ਅੰਦਰ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ 'ਤੇ ਜਾਓ।

**ਪ੍ਰਾਂਤ ਭਰ ਅੰਦਰ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਦਾ ਕਿਰਾਇਆ ਵੱਖਰਾ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਛੋਟੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਕਸਬਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਇਸ਼ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵੱਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਟਰਾਂਟੋ ਜਿਹੇ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਅੰਦਰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮੁਹੱਲਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਫ਼ਰਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਹਰ ਸੁਝਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਰਾਇਸ਼ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨੀ ਦੇ 30 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਖਰਚ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।**

## ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨੇ

ਕਈ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਕਨੂੰਨੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀ ਮਿਆਦ (ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ 12 ਮਹੀਨੇ), ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਕੁੱਲ ਰਕਮ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਰਕਿੰਗ, ਕੇਬਲ, ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਗੈਸ ਦਰਜ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਈ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਰਕਮ ਅਮਾਨਤ ਵਜੋਂ ਮੰਗਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅਮਾਨਤੀ ਰਕਮ ਤੁਹਾਡੇ ਆਖਰੀ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਰਕਮ ਮੰਨੀ ਜਾਵੇਗੀ।

## ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਰਕਮ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਹੇਠ ਦਰਜ ਤਿੰਨਾਂ ਢੰਗਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਰਾਹੀਂ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹੋ:

- ਨਕਦ-ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਰਕਮ ਦੀ ਰਸੀਦ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਪੋਸਟ-ਡੇਟਿਡ ਚੈੱਕ- ਅਜਿਹੇ ਚੈੱਕ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਮਿਤੀ ਪਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਉਸ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮਿਆਦ ਲਈ ਪੋਸਟ ਡੇਟਿਡ ਚੈੱਕ ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਤਸਦੀਕਸ਼ੁਦਾ ਚੈੱਕ-ਅਜਿਹੇ ਚੈੱਕ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਸਦੀਕ ਬੈਂਕ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਪਹਿਲੇ ਅਤੇ ਆਖਰੀ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਤਸਦੀਕਸ਼ੁਦਾ ਚੈੱਕ ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- [WTC: canada.ca/wtc](http://WTC.canada.ca/wtc)

## ਕਿਰਾਏ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

*The Residential Tenancies Act* (RTA) ਅਜਿਹਾ ਕਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਮਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਨੂੰਨ ਅੰਦਰ ਅਜਿਹੇ ਸਾਰੇ ਨਿਯਮ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੱਲ ਕਿ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਅਤੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਕਾਨ ਖਾਲੀ ਕਰਕੇ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

- ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ਲ ਟੈਨੈਨਸੀਜ਼ ਐਕਟ (RTA) ਪੜ੍ਹਣ ਵਾਸਤੇ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਅਫੇਅਰਜ਼ ਐਂਡ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/rfact](http://findlink.at/rfact) 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਅਜਿਹੇ ਕਨੂੰਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲੈਂਡਲਾਰਡ ਐਂਡ ਟੈਨੈਂਟ ਬੋਰਡ ਨਾਲ [1-888-332-3234](http://1-888-332-3234) ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ [ltb.gov.on.ca](http://ltb.gov.on.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੀ ਕਿਰਾਇਸ਼

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਅਕਸਰ *ਸਬਸਿਡਾਈਜ਼ਡ* ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਵਾਲੇ ਮਕਾਨ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕਿਰਾਇਆ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਕਾਨ ਲੈਣ ਲਈ ਉਡੀਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਲੰਮਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ-ਕਈ ਵਾਰੀ ਕਈ ਸਾਲ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸਬਸਿਡਾਈਜ਼ਡ ਮਕਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ ਮਿਊਂਸਿਪਲ ਅਫੇਅਰਜ਼ ਐਂਡ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ

ਮਨਿਸਟਰੀ ਦੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਨੀਤੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ont-mmah](http://findlink.at/ont-mmah) ਵਿਖੇ ਪੜ੍ਹੋ।

## ਕੈਨੇਡਾ ਮਾਰਗਜ਼ ਐਂਡ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਪੜ੍ਹੋ: ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: [findlink.at/cmhcnc](http://findlink.at/cmhcnc)

## Settlement.org

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਸਤਰਤ ਜਾਣਕਾਰੀ: [settlement.org](http://settlement.org) ਜਾਂ [findlink.at/housinginf](http://findlink.at/housinginf) 'ਤੇ ਲੜੋ





### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਮੈਂ ਜਿਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕੀ ਉਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਗ਼ੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਕੇ-ਆਪ ਹੈ? ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਮੈਂ ਵੋਟਿੰਗ ਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਆ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਜੇ ਮੈਂ ਘਰ ਖ਼ਰੀਦਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿਹੜਾ ਬੈਂਕ ਜਾਂ ਕਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ ਮੈਨੂੰ ਮਾਰਗਜ਼ ਦੇਵੇਗੀ?

ਜੇ ਮੈਂ ਘਰ ਖ਼ਰੀਦਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਡਾਊਨ ਪੇਮੈਂਟ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਰਕਮ ਬਚਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਮੇਰੇ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਖ਼ਰਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਏਅਰਕੰਡੀਸ਼ਨਿੰਗ, ਉਪਕਰਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫ੍ਰਿੱਜ ਅਤੇ ਸਟੋਵ?

### ਗ਼ੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਕੇ-ਆਪ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ

ਕੇ-ਆਪ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਹੀ ਉੱਥੋਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗ਼ੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਕੇ-ਆਪ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਦੇ ਕਿਰਾਏ ਅਕਸਰ ਅੰਸਤਨ ਕਿਰਾਏ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੇ-ਆਪ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੇ ਕੇ-ਆਪ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ। ਕੇ-ਆਪ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਲਈ ਆਮ ਕਰਕੇ ਉਡੀਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੰਮਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ-ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ ਸਾਲ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਅੰਦਰ ਗ਼ੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਕੇ-ਆਪ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਕੇ-ਆਪ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਮਕਾਨ ਖ਼ਰੀਦਣਾ

ਮਕਾਨ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ, ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਮਕਾਨ ਖ਼ਰੀਦਣ ਵਾਲੇ [findlink.at/cmhcnc](http://findlink.at/cmhcnc) 'ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਮਾਰਗਜ਼ ਐਂਡ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਘਰ ਖ਼ਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਗਾਈਡ ਪੜ੍ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਮਾਰਗਜ਼ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਚੰਗੀ ਸਾਖ਼ ਹੋਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਪਿਛੋਕੜ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਂਕ ਮੰਨਦੇ ਹੋਣ। ਇਸ ਲਈ, ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਾਖ਼ ਬਣਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੀ ਸਾਖ਼ ਕਿਵੇਂ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਕਾਨ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਓ, ਤਾਂ ਸਿਆਣਪ ਇਸ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖ਼ਰੀਦਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਵਿੱਚ ਮਕਾਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਮੁਆਇਨੇ ਵਿੱਚ ਪਾਸ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ਰਤ ਲਗਾ ਦਿਉ। ਜੇ ਇੰਨਸਪੈਕਟਰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁਰੰਮਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਜਾਂ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਪੇਸਟ ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਕਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜ ਆਪਣੇ ਵਿੱਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਉਸ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਦੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ।

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜਾਂ ਦੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਥਾਵਾਂ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਗ਼ੈਰ-ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੇ ਠਹਿਰਣ ਲਈ ਉਹ ਸਸਤੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

### ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ (ਸ਼ੈਲਟਰ)

ਸ਼ੈਲਟਰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਰਜ਼ੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਬੇਘਰੇ ਜਾਂ ਸੰਕਟਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬੇਦਖ਼ਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੈਲਟਰ ਵਿੱਚ ਠਹਿਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਥਾਨਕ ਸ਼ੈਲਟਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ 211 ਨੂੰ ਵੀ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਬਲੂ ਪੇਜਿਜ਼ ਵਿੱਚ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਪਰਾਈਵੇਟ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਾਸਤੇ ਯੈਲੋ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਾਂ [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸਮੇਤ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ Seniors' Secretariat ਨੂੰ 1-888-910-1999 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/seniorguid](http://findlink.at/seniorguid) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਆਂਟੇਰੀਓ ਦਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼

**Ontario Human Rights Code** ਅਧੀਨ, ਨਸਲ, ਕੁੱਲ, ਮੂਲ ਦੇਸ਼, ਰੰਗ, ਨਸਲੀ ਮੂਲ, ਨਾਗਰਿਕਤਾ, ਧਰਮ, ਉਮਰ, ਲਿੰਗ, ਲਿੰਗਕ ਝੁਕਾਅ, ਜੁਰਮਾਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ, ਵਿਵਾਹਕ ਦਰਜੇ, ਸਮਲਿੰਗੀ ਸਾਥ ਦੇ ਦਰਜੇ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਦਰਜੇ ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਨਿਆਂ ਵਾਲਾ ਸਲੂਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, [ohrc.on.ca](http://ohrc.on.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ohrhousing](http://findlink.at/ohrhousing) ਵਿਖੇ Ontario Human Rights Commission ਵੇਖੋ।



## ਭਾਈਚਾਰਕ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ, ਆਪਣੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਹੁਨਰ ਸੁਧਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਸੁਗਲ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

### ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੇਂਦਰ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਹਰ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਈਚਾਰਕ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੇ ਮਿਲ ਬੈਠਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਕੇਟਿੰਗ ਅਰੀਨੇ, ਸਵਿਮਿੰਗ ਪੂਲ, ਜਿੰਮ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ ਮੁਫਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, 211 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ, ਆਪਣੀ ਫੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਬਲੂ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਾਂ **ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰੀਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ + ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਨਾਂ** ਲਿਖ ਕੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਖੋਜ ਕਰੋ।

### ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ

ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਵਿਖੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਸਤਕਾਂ, ਸੀ ਡੀਆਂ, ਡੀ ਵੀ ਡੀਆਂ, ਰਸਾਲੇ ਅਤੇ ਸਮਾਚਾਰ ਪੱਤਰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੀਆਂ ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਵੀ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪੜ੍ਹਣ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣ ਦੇ ਕਲੱਬ, ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਅਤੇ ਲੇਖਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੁਸਤਕ ਪਾਠ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਵੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, Ministry of Tourism and Culture: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/opl](http://findlink.at/opl) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦਾ ਕਾਰਡ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਰਕਾਰੀ ਸਨਾਖਤ (ਪਾਸਪੋਰਟ ਜਾਂ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ) ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਤੇ ਦੇ ਸਬੂਤ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਲੀਫੋਨ, ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਕੇਬਲ ਦਾ ਬਿੱਲ) ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

### ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ

ਚਾਰਟਰ ਆਫ਼ ਰਾਈਟਸ ਐਂਡ ਫ਼ਰੀਡਮਜ਼ ਅਧੀਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ ਹੈ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਜਦ ਕਿ ਧਰਮ-ਨਿਰਪੇਖ ਸਮਾਜ ਹੈ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਾਸੀ ਗਿਰਜਿਆਂ, ਸਿਨੇਗਾਗਾਂ, ਮਸਜਿਦਾਂ, ਮੰਦਰਾਂ ਅਤੇ ਪੂਜਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦੂਜੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿਖੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣਾ ਮਤ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ *ਪਲੇਸਿਜ਼ ਆਫ਼ ਵਰਸ਼ਿੱਪ + ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ* ਦੇ ਨਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਕੇ, ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਦੀ ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਕਰਨ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

### ਵਲੰਟੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

ਕਿਸੇ ਉੱਤਮ ਮਨੋਰਥ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਨ ਦਾ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਹੈ। ਵਲੰਟੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੰਪਰਕਾਂ ਦਾ ਕੀਮਤੀ ਨੈੱਟਵਰਕ ਕਾਇਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਲੰਟੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਵਾਨਗੀ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣਾ ਪਿਛੋਕੜ ਤਸਦੀਕ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਵਲੰਟੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਅੰਦਰ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੈਂਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ [ovcn.ca](http://ovcn.ca) 'ਤੇ Ontario Volunteer Centre Network: 'ਤੇ ਜਾਓ।
- Ministry of Citizenship and Multiculturalism: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/mci-active](http://findlink.at/mci-active) 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨੂੰ ਵਲੰਟੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਅਵਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
- 211 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।



## ਆਵਾਜਾਈ

ਭਾਵੇਂ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਿਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਨਵੇਂ ਕਸਬੇ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਇਧਰ-ਓਧਰ ਜਾਣਾ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅੰਦਰ ਵਸੋਬਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ।

### ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ

ਆਪਣਾ ਆਂਟੇਰੀਓ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਲਈ [drivetest.ca](http://drivetest.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਡਰਾਈਵਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰ

ਫੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਯੈਲੋ ਪੇਜਿਜ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਡਰਾਈਵਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) ਜਾਂ [drivetest.ca](http://drivetest.ca) ਜਾਂ [findlink.at/testcentre](http://findlink.at/testcentre) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਡਰਾਈਵਰਜ਼ ਹੈਂਡਬੁੱਕ

[ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/dhandbook](http://findlink.at/dhandbook) 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਯਮ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਹੈਂਡਬੁੱਕ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਨਕਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਡਰਾਈਵਰ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਕਈ ਸਟੋਰਾਂ ਤੋਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### Cycling and Safety

ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ [1-800-267-8097](http://1-800-267-8097) 'ਤੇ ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cycling](http://findlink.at/cycling) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਪਬਲਿਕ ਆਵਾਜਾਈ

ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੇ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਹਨ। ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਕਸਤ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਸਾਂ, ਰੇਲਗੱਡੀਆਂ, ਸਬਵੇਅ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੀਟਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੇ-ਐਜ਼-ਯੂ-ਬੋਰਡ ਸਿਸਟਮ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਵਾਰ ਨਕਦੀ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ-ਕਾਰਡ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ PRESTO ਕਾਰਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

PRESTO ਇੱਕ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਭੁਗਤਾਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ ਜੋ ਟਿਕਟਾਂ, ਟੈਕਨਾਂ, ਪਾਸਾਂ ਅਤੇ ਨਕਦੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਕੇ ਆਵਾਜਾਈ 'ਤੇ ਯਾਤਰਾ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। PRESTO ਗ੍ਰੇਟਰ ਟੋਰਾਂਟੋ ਅਤੇ ਹੈਮਿਲਟਨ ਏਰੀਆ (GTHA) ਅਤੇ ਓਟਾਵਾ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਕ ਆਵਾਜਾਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਸਰਲ, ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [prestocard.ca](http://prestocard.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਆਪਣੀ ਫੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਬਲੂ ਪੇਜਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ; ਤੁਸੀਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) 'ਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਮੰਤਰਾਲੇ 'ਤੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਪਬਲਿਕ ਆਵਾਜਾਈ 'ਤੇ ਸਲੀਕਾ

ਸਲੀਕੇ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਪਬਲਿਕ ਵਿੱਚ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਆਦਰ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਉ। ਪਬਲਿਕ ਆਵਾਜਾਈ ਵਿਖੇ ਸਲੀਕੇ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [ਵੈਲਕੰਮ ਟੂ ਫੈਨੋਡਾ](http://ਵੈਲਕੰਮ ਟੂ ਫੈਨੋਡਾ) ਪੜ੍ਹੋ।

### ਟੈਕਸੀਆਂ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਅੰਦਰ, ਤੁਹਾਡੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤੇ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਟੈਕਸੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਟੈਕਸੀਆਂ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਟਿੱਪ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਰਾਈਵਰ ਤੋਂ ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਖਰਚੇ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛ ਲਓ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਟੈਕਸੀ ਦਾ ਮੀਟਰ (ਜਿਹੜਾ ਟਿੱਪ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ) ਵੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ।

ਸਥਾਨਕ ਟੈਕਸੀ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਫੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਯੈਲੋ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਾਂ [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਕਾਰ ਲੈਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਕਾਰ ਲੈਣਾ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਨਸ਼ੁਰੈਂਸ ਹੋਣੀ ਵੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਕਈ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅੰਦਰ, ਤੁਸੀਂ ਕਾਰ-ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ (ਕਾਰ ਸਾਂਝੀ ਵਰਤਣ) ਸੇਵਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜ਼ਿੱਪਕਾਰ, ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਥਾਨਕ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਵਾਸਤੇ ਕਾਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਪਿੱਕ-ਅੱਪ ਅਤੇ ਡਰਾਪ-ਆਫ਼ ਥਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਥਾਨਕ ਕਾਰ-ਰੈਂਟਲ ਕੰਪਨੀਆਂ ਜਾਂ ਕਾਰ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਫੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਯੈਲੋ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਾਂ [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਲੈਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਪਿੱਛੋਂ ਇਹ 60 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਜਾਇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਪਿੱਛੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਵੇਲੇ ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਛੋਕੜ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਫਿਰ ਵੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਵੇਂ ਲਸੰਸ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਲਿਖਤੀ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਰੋਡ ਟੈਸਟ ਪਾਸ ਕਰਨੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਇੱਕ ਸਰਕਾਰੀ ਸਨਾਖਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

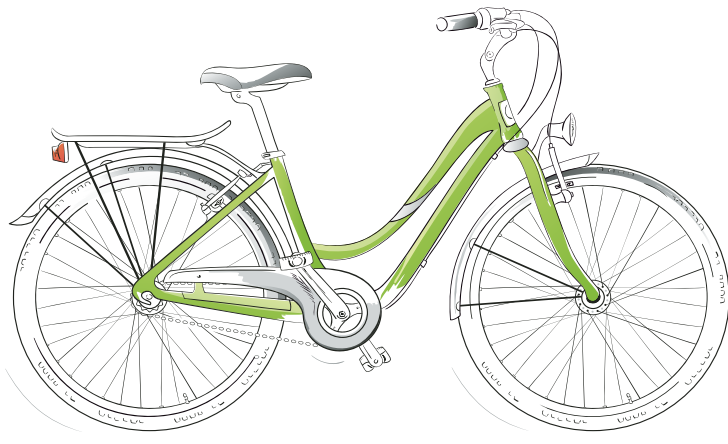
ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਰਾਈਵਰ ਲਸੰਸ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਨਾਖਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Ontario Photo Card (ਆਂਟੇਰੀਓ ਫੋਟੋ ਕਾਰਡ) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਫੋਟੋ ਕਾਰਡ ਵੀ ਸਰਕਾਰੀ ਸਨਾਖਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਮੂਲ ਸਨਾਖਤ ਵਿਖਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਨੂੰਨੀ ਨਾਂ, ਜਨਮ ਦੀ ਮਿਤੀ ਅਤੇ ਦਸਤਖਤ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦਾ ਇੱਕ ਫ਼ਾਰਮ ਵੀ ਭਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਸ ਕਾਰਡ ਲਈ ਫੀਸ \$35.00



ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [serviceontario.ca](http://serviceontario.ca) ਜਾਂ





[ontario.ca/government/ontario-photo-card](http://ontario.ca/government/ontario-photo-card) 'ਤੇ ਜਾਓ।

**ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਤੁਸੀਂ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਅਤੇ Ontario Photo Card (ਆਂਟੇਰੀਓ ਫੋਟੋ ਕਾਰਡ) ਦੇਵੇਂ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦੇ-ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਚੁਣਨਾ ਪਵੇਗਾ।**

### ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਯਮ

ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਭਾਰੀ ਜੁਰਮਾਨੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਨੂੰਨ ਹੇਠ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ:

- ਡਰਾਈਵ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਰ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਰ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ ਦਾ ਸਬੂਤ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ-ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੱਖੋ।
- ਰਫ਼ਤਾਰ ਦੀ ਦਰਸਾਈ ਹੱਦ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਡਰਾਈਵ ਨਾ ਕਰੋ। ਵੱਧ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਭਾਰੀ ਜੁਰਮਾਨੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵਧ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਰਹੇ ਸਾਰੇ ਮੁਸਾਫ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਰ ਸੀਟ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਕਦੇ ਵੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀ ਕੇ ਕਾਰ ਨਾ ਚਲਾਓ। ਖੂਨ ਅੰਦਰ ਅਲਕੋਹਲ (ਸ਼ਰਾਬ) ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਕਨੂੰਨੀ ਮਾਤਰਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਜੇ ਪੁਲੀਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾਈਵ ਕਰਦਿਆਂ ਫੜ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਭਾਰੀ ਜੁਰਮਾਨੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਜਦੋਂ ਤੀਕ ਯੰਤਰ ਹੈਂਡਲ-ਫ਼ੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਡਰਾਈਵ ਕਰਦਿਆਂ ਕਦੇ ਵੀ ਸੈੱਲ ਫ਼ੋਨ ਨਾ ਵਰਤੋ।
- ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣੇ ਸਮੇਂ ਕਦੇ ਵੀ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫੜੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸੰਚਾਰ ਜਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਯੰਤਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਹਨ ਦੇ ਡੈਸਬੋਰਡ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਾਊਂਟ ਜਾਂ ਬਿਲਟ ਨਾ ਹੋਣ।
- ਖਾਣਾ, ਪੀਣਾ, ਹਾਰ-ਸਿੰਗਾਰ ਕਰਨਾ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨਾ, ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਜਾਂ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਦੇ ਵੀ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ। ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ

ਗੰਭੀਰ

ਜੁਰਮਾਨੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਲਾਇਸੈਂਸ ਮੁਅੱਤਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ

[ontario.ca/page/cannabis-and-driving](http://ontario.ca/page/cannabis-and-driving) 'ਤੇ ਜਾਓ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ no-Fault Insurance ਯੋਜਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਰਦਾਨਕਰਤਾ ਇਸ ਲਈ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਸੂਰ ਤੁਹਾਡਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ।

no-Fault Insurance ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [findlink.at/hofault](http://findlink.at/hofault) ਤੇ Insurance Bureau of Canada ਵੇਖੋ।

ਇੱਕ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਕੰਪਨੀ ਦਾ ਕਾਰ ਦੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦਾ ਖ਼ਰਚਾ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖ਼ਰਚ ਦੀ ਕੋਟ (ਭਾਅ) ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬਰੋਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਸਸਤੇ ਭਾਅ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲੈ ਕੇ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੇਗਾ। [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਰਾਹੀਂ ਭਾਲ ਕਰਕੇ, ਬਰੋਕਰਾਂ ਅਤੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

### ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ

ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਚੰਗਾ ਤਰੀਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਈਕਲ ਰਾਹੀਂ ਨਿੱਤ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਕਈ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਈਕਲਿੰਗ ਲੇਨਾਂ ਨਾਮਜ਼ਦ ਕੀਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਵਿੱਚ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਦੇ ਰਸਤੇ ਨਿਸਚਿਤ ਕੀਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਈਕਲ ਚਾਲਕ ਵਜੋਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਹਾਈਵੇਅ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਹਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਸਾਈਕਲ ਚਾਲਕ ਲਈ ਪਰਵਾਨਿਤ ਬਾਈਸਿਕਲ ਹੈਲਮਟ ਪਾਉਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਜੇ ਮੈਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਨਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਮੈਂ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਕਿਰਤੀ ਸ਼ਨਾਖਤੀ ਫੋਟੋ ਵਰਤਾਂਗਾ?

ਨਵੀਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣੀ ਕਾਰ ਖ਼ਰੀਦਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਰੁ ਪੈਸੇ ਖ਼ਰਚ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ? ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖ਼ਰੀਦਣ ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਲਾਈਸੈਂਸ ਲੈਣ 'ਤੇ ਕਿੰਨਾ ਰੁ ਖ਼ਰਚਾ ਆਵੇਗਾ?

## ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਫੈਡਰਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਜਾਂ ਟੈਰੀਟੋਰੀਅਲ ਕਨੂੰਨ ਅਜ਼ਾਦੀ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੀ ਕਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਨੂੰਨ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਰਾਜੀ ਅਸੂਲਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਤ ਹੈ।

### ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਚਾਰਟਰ ਆਫ ਰਾਈਟਸ ਐਂਡ ਫਰੀਡਮਜ਼

#### Canadian Charter of Rights and Freedoms (ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਚਾਰਟਰ ਆਫ ਰਾਈਟਸ ਐਂਡ ਫਰੀਡਮਜ਼)

ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਜ਼ਾਦੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ।
- ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੀ ਦੇ ਵੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ-ਜੁਲਣ ਅਤੇ ਸ਼ਾਤੀਪੂਰਣ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ।
- ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ।
- ਕੈਨੇਡਾ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ ਰਹਿਣ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ।
- ਗ਼ੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਜਾਂ ਨਿਆਂਗੀਣ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਜਾਂ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਕਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ। ਭਾਵ ਇਹ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰੇ।
- ਨਸਲ, ਕੌਮੀ ਜਾਂ ਨਸਲੀ ਮੂਲ, ਰੰਗ, ਧਰਮ, ਲਿੰਗ, ਉਮਰ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ, ਬਿਨਾ ਭੇਦ-ਭਾਵ ਦੇ, ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰ ਦੇ ਕਨੂੰਨੀ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ।
- ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਫਰੈਂਚ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ।

ਫੈਡਰਲ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਜਸਟਿਸ ਵਿਖੇ ਚਾਰਟਰ ਪੜ੍ਹੋ:

[justice.gc.ca](http://justice.gc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/constiacts](http://findlink.at/constiacts)

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਆਂਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ

**Ontario Human Rights Code (ਆਂਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ)** ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਚਿਤ ਸਲੂਕ ਵਿਰੁੱਧ ਸਾਰੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨਸਲ, ਕੁਲ, ਮੂਲ ਦੇਸ਼, ਰੰਗ, ਨਸਲੀ ਮੂਲ, ਲਿੰਗਕ ਝੁਕਾਅ, ਜੁਰਮਾਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ, ਵਿਵਾਹਕ ਦਰਜੇ, ਸਮਲਿੰਗੀ ਸਾਥ ਦੇ ਦਰਜੇ, ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਦਰਜੇ ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਗ਼ੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਹੈ। Ontario Human Rights Commission ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ohrc.on.ca](http://ohrc.on.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਬਾਲਗ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਉਮਰ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਬਾਲਗ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਹੈ। ਉਦੋਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਬਾਲਗ਼ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਿੰਗਕ ਕਿਰਿਆ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਉਮਰ 16 ਸਾਲ ਹੈ। ਬਿਨਾ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਕੋਈ ਵੀ ਲਿੰਗਕ ਕਿਰਿਆ ਜੁਰਮ ਹੈ। ਸਹਿਮਤੀ ਲਈ ਉਮਰ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ [justice.gc.ca](http://justice.gc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ageconsent](http://findlink.at/ageconsent) 'ਤੇ ਜਾਓ।



## ਵਕੀਲ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨਾ

- ਤੁਹਾਡਾ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ, ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਤਜਰਬੇ ਵਾਲਾ ਵਕੀਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਸਥਾਨਕ ਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਯੋਗੇ ਪੇਜਿਜ਼ ਵਿੱਚ ਵੇਖੋ ਜਾਂ [yellowpages.ca](http://yellowpages.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ
- ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਵਕੀਲਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਲੀਗਲਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਲਈ [Iso.ca](http://Iso.ca) ਜਾਂ [findlink.at/tisuc](http://findlink.at/tisuc) Law Society of Upper Canada 'ਤੇ ਜਾਓ।
- Legal Aid Ontario ਘੱਟ ਆਮਦਨੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। 1-800-668-8258 ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [legalaid.on.ca](http://legalaid.on.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕੈਨਾਬਿਸ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਓਨਟਾਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਕੋਲ ਮਨੋਰੰਜਨ ਭੰਗ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਨਿਯਮ ਹਨ।

ਮਨੋਰੰਜਨ ਭੰਗ ਖਰੀਦਣ, ਵਰਤਣ, ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਉਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 19 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ

ਓਨਟਾਰੀਓ ਕੈਨਾਬਿਸ ਸਟੋਰ (OCS) ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਗੋਮਿੰਗ ਕਮਿਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਓਨਟਾਰੀਓ (AGCO) ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਐਨਲਾਈਨ ਖਰੀਦੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ 30 ਗ੍ਰਾਮ ਸੁੱਕੀ ਭੰਗ (ਜਾਂ ਬਰਾਬਰ) ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਤੰਬਾਕੂ ਦੇ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਭੰਗ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਵੈਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਹੱਦਾਂ ਵਿੱਚ ਭੰਗ ਦੀ ਢੇਆ-ਢੁਆਈ ਕਰਨਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਗਰ ਪਾਲਿਕਾਵਾਂ ਕੋਲ ਸਥਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪ-ਨਿਯਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ [canada.ca](http://canada.ca)

ਕਾਨੂੰਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਸੰਘੀ ਕੈਨਾਬਿਸ ਐਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸੀ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਜਾਂ ਰਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। [canada.ca](http://canada.ca) 'ਤੇ ਜੁਰਮਾਨਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

## ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਲੀਗਲ ਸਪੋਰਟ ਸੈਂਟਰ

ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋਇਆ ਹੈ: [hrlsc.on.ca](http://hrlsc.on.ca)

## ਆਮਬਡਜ਼ਮੈਨ ਆਫ਼ ਆਂਟੇਰੀਓ

ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅਨਿਆਂ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ: [ombudsman.on.ca](http://ombudsman.on.ca)

## ਜਸਟਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਕਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ 12 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: [findlink.at/on-justice](http://findlink.at/on-justice)

## Settlement.org 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਕਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਤੇ ਕਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: [settlement.org](http://settlement.org) ਜਾਂ [findlink.at/legal-serv](http://findlink.at/legal-serv) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲੀਗਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਆਂਟੇਰੀਓ

ਅਜਿਹੀ ਸਮਗਰੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਕਨੂੰਨ ਦਾ ਸਰਲ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵਰਨਣ ਕਰਦੀ ਹੈ: [cleo.on.ca](http://cleo.on.ca)

# ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ

## ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

- ਓਰਿੰਪ (OHIP)ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ServiceOntario Centre ਪਹੁੰਚੋ।  ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭੋ।
- ਕੈਨੇਡਾ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਖਰੀਦੋ।  ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਵਾਕ-ਇੰਨ ਕਲਿਨਿਕ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ \_\_\_\_\_ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ \_\_\_\_\_

2. ਕਾਰਜ \_\_\_\_\_ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ \_\_\_\_\_

3. ਕਾਰਜ \_\_\_\_\_ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ \_\_\_\_\_

## ਖਪਤਕਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ

- ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਕਿੰਨਾ ਖਰਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅੰਦਰ ਗਰੋਸਰੀ ਸਟੋਰਾਂ ਅਤੇ ਦੁਕਾਨਾਂ 'ਚੋਂ ਖੋਜ ਕਰੋ।  ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕਿਥੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਵੋ।
- ਇੱਕ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਰੱਖੋ ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੀਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ।

1. ਕਾਰਜ \_\_\_\_\_ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ \_\_\_\_\_

2. ਕਾਰਜ \_\_\_\_\_ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ \_\_\_\_\_

3. ਕਾਰਜ \_\_\_\_\_ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ \_\_\_\_\_

## ਰਿਹਾਇਸ਼

- ਅਜਿਹੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨੀ ਮੁਤਾਬਕ ਹੋਵੇ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝੋ।

- ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸੰਬੰਧਤ ਖਰਚਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨਸੂਰੈਂਸ, ਬਿਜਲੀ-ਪਾਣੀ ਆਦਿ ਅਤੇ ਪਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਸੰਬੰਧੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉ।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

- ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅੰਦਰ ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦਾ ਕਾਰਡ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਆਵਜਾਈ

ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅੰਦਰ ਉਪਲਬਧ ਪਬਲਿਕ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਉ।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

# ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ

ਇਹ ਭਾਗ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਪੇਸਟ ਗਰੈਜੂਏਟ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੀਕ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਾਲਗ ਅਤੇ ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿਖਲਾਈ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।

---

30

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

31

ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਅਤੇ  
ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿੱਦਿਆ

33

ਪੇਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ  
ਵਿੱਦਿਆ

34

ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ  
ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

35

ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ

36

ਵਸੇਬੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ





## ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਡੇਅਕੇਅਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਲਈ ਕਈ ਸਥਾਨ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੋਵੇ।

### ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਅਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਸੰਭਾਲ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ: ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰੀ *ਨਿਯਮਤ* ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਅਤੇ ਗ਼ੈਰ-ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰੀ *ਅਨਿਯਮਤ* ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

ਦਸ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਪੰਜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਸੰਬੰਧਤ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਨਕਰਤਾਵਾਂ ਲਈ *ਡੇਅ ਨਰਸਰੀਜ਼ ਐਕਟ* ਅਧੀਨ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਤਿਕ ਮਿਆਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪੂਰਾ ਉੱਤਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਗ਼ੈਰ-ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਨਕਰਤਾ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਪਰਾਈਵੇਟ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੰਜ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਅਸੰਬੰਧਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੰਭਾਲਕਰਤਾ ਲਈ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਨਿਯਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਮੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੇ। ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਅਤੇ ਡਰਾਪ-ਇਨ ਸੰਭਾਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਡੀਕ ਦੀਆਂ ਲੰਮੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਫੀਸਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਫ਼ਰਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Ministry of Education: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/childcare](http://findlink.at/childcare) ਵਿਖੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਚੇਣਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਵੋ।

### ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਸਬਸਿਡੀ (ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ)

ਅਜਿਹੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਫੀਸ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕੁਝ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਸਹਾਇਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/payingchc](http://findlink.at/payingchc) ਵਿਖੇ Ministry of Education 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਆਂਟੇਰੀਓ ਅਰਲੀ ਯੀਅਰਜ਼ ਸੈਂਟਰ

ਸਰਕਾਰੀ ਫੰਡਾਂ ਰਾਹੀਂ ਚੱਲਦੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਅਰਲੀ ਯੀਅਰਜ਼ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਖੇ, ਛੇ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੀਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਖੇਡ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸਰਪਰੱਸਤ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੈਂਟਰ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਵੀ ਕਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਲਈ ਕੋਈ ਫੀਸ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ।

ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕ Ontario Early Years Centers ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ServiceOntario ਨੂੰ **1-800-268-1153** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/earlyyearc](http://findlink.at/earlyyearc) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

*ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਮਹੱਈਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?*

*ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਪਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਮੇਂ ਸੰਬੰਧੀ ਲਚਕਦਾਰ ਹੈ?*

*ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਸੰਭਾਲ ਅਧੀਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ?*

*ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਦੇਰੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?*





# ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਐਂਡ ਸੈਕੰਡਰੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮੁਫਤ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ (ਜੂਨੀਅਰ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗਰੇਡ 8 ਤੀਕ) ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ (ਗਰੇਡ 9 ਤੋਂ 12 ਤੀਕ) ਵਿੱਚ ਵੰਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਫੀਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪ ਅਦਾ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਪਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਡਿਪਲੋਮੇ ਲਈ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਆਂਟੇਰੀਓ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ

ਬਹੁਤੇ ਬੱਚੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਚਾਰ ਜਾਂ ਪੰਜ ਸਾਲ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਨੂੰਨ ਅਧੀਨ, 6 ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਵਿਚਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪੇਸਟ ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿੱਦਿਆ (ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਤੇ ਅਪਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿੱਪ) ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਾਸ ਕਰਨ (ਗਰੈਜੂਏਸ਼ਨ) ਦੇ ਛੇਤੀ ਪਿੱਛੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਤਕਨੀਕੀ ਸਿਖਲਾਈ ਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲਾਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ, ਬੱਚੇ ਜਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਣ, ਉਸੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਗੇ।

## ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਹਰੇਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਾਸਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਫੰਡਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਾਂਤ ਭਰ ਅੰਦਰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫਰੈਂਚ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਕੈਥਲਿਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਵੀ ਹਨ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਵੋ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੇ ਸਕੂਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਕਈ ਢੰਗ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

## ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣਾ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਸਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਸਤਰ ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ-ਜਾਂ ਫਰੈਂਚ ਭਾਸ਼ਾ ਜਿਹੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਧਿਕ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

## ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੀ ਖੋਜ Ministry of Education ਵਿਖੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ: [ontario.ca](http://ontario.ca)

## Settlement.org

ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਦਿਆ ਬਾਰੇ ਗਾਈਡਾਂ ਪੜ੍ਹੋ: [settlement.org](http://settlement.org) ਜਾਂ [findlink.at/educinfo](http://findlink.at/educinfo)

## ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/boardlist](http://findlink.at/boardlist) ਵੇਖੋ।

## ਫਰੈਂਚ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ

ਜਮਾਂਦਰੂ ਫਰੈਂਚ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ 12 ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਵੱਲੋਂ ਫਰੈਂਚ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/fsl](http://findlink.at/fsl) ਵਿਖੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ।



### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਅਗਲੇ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਮਿਤੀ ਤੱਕ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਗਰੇਡ ਸਤਰ ਨਿਸਚਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ?

ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਸਕੂਲ ਕਿਵੇਂ ਜਾਵੇਗਾ? ਕੀ ਕੋਈ ਬੱਸ ਸੇਵਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਹੋਣ, ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਕੀ ਮੇਰਾ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਫ਼ਰੈਂਚ ਇਮਰਸਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ? ਮੈਂ ਉਸ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

### ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ – ਕਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਦੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਜਾਂ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਫ਼ਰੈਂਚ – ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ਰੈਂਚ ਦੇ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਜੋਂ (ਐੱਫ ਐੱਸ ਐੱਲ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਕੋਰ ਫ਼ਰੈਂਚ – ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫ਼ਰੈਂਚ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇ ਵਜੋਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ।
- ਐਕਸਟੈਂਡਡ ਫ਼ਰੈਂਚ – ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫ਼ਰੈਂਚ, ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇ ਵਜੋਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਮਾਧਿਅਮ ਫ਼ਰੈਂਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਐਕਸਟੈਂਡਡ ਫ਼ਰੈਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਸੱਤਵੀਂ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਫ਼ਰੈਂਚ ਇਮਰਸਨ - ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫ਼ਰੈਂਚ, ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇ ਵਜੋਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੋ ਜਾਂ ਦੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਮਾਧਿਅਮ ਫ਼ਰੈਂਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਰੈਂਚ ਇਮਰਸਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

Ministry of Education ਤੋਂ ਐੱਫ ਐੱਸ ਐੱਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/onfsl](http://findlink.at/onfsl)

ਫ਼ਰੈਂਚ ਇਮਰਸਨ ਅਤੇ ਐਕਸਟੈਂਡਡ ਫ਼ਰੈਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਰੇ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਦੇ ਹਨ, ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਜਾਂ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

### ਹੈਰੀਟੇਜ ਲੈਂਗੂਏਜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੱਖ ਵੱਖ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਿਭਿੰਨ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਪਿੱਛੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ, ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ।

### ਫੁੱਲ-ਡੇਅ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਚਾਰ ਅਤੇ ਪੰਜ ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪੂਰੇ ਦਿਨ ਦੇ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਤੰਬਰ 2014 ਤੋਂ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਸੇਵਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਗੇ।

ਜਦੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵਿਖਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਕੂਲੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਪਿੱਛੋਂ 7:00 ਤੋਂ 9:00 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ ਅਤੇ 3:30 ਤੋਂ 6:00 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਫੁੱਲ-ਡੇਅ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਾਜਬ ਫੀਸ ਲੈ ਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਫੁੱਲ-ਡੇਅ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਪਿੱਛੋਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ Ministry of Education ਤੋਂ ਲਓ: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/full-dayk](http://findlink.at/full-dayk)

### ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ

ਵਰਤਾਉ, ਸੰਚਾਰ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਤੋਂ ਪੂਰਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਲੈਣ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ Ministry of Education ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/speceduc](http://findlink.at/speceduc)

# ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆ ਜਾਂ ਅਪਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿੱਪ (ਸ਼ਗਿਰਦੀ) ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬਾਹਰਲੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੜ੍ਹ ਚੁੱਕੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜ ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਪੋਸਟਗਰੈਜੂਏਟ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

## ਕਾਲਜ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਲਜ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤਕਨਾਲੋਜੀ, ਸਿਹਤ, ਕਾਰੋਬਾਰ, ਮਹਿਮਾਨਨਿਵਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਸਮੇਤ ਵਿਭਿੰਨ ਕਿੱਤਾ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੱਤਾ-ਕੇਂਦਰਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਾਲਜ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਅਤੇ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਅਪਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿੱਪ (ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਵਿਹਾਰਕ ਖੇਤਰ (applied areas) ਵਿੱਚ ਡਿਗਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਾਲਜ ਦੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਲਜ ਦੇ ਡਿਪਲੋਮਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਦੀ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

## ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿਖੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅੰਡਰਗਰੈਜੂਏਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ (ਬੈਚੁਲਰ ਡਿਗਰੀ) ਅਤੇ ਗਰੈਜੂਏਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ (ਮਾਸਟਰਜ਼ ਅਤੇ ਪੀਐੱਚ.ਡੀ. ਡਿਗਰੀਆਂ) ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਆਰਟਸ ਅਤੇ ਸਾਇੰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪੇਸ਼ਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਂਜੂਕੇਸ਼ਨ, ਡਾਕਟਰੀ, ਕਨੂੰਨ ਅਤੇ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜ ਮੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਕੋਲ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦਾ ਡਿਪਲੋਮਾ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੋਵੇ। ਐਪਰ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ 19 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਲੈਂਡਿੰਗ ਇਮੀਗਰਾਂਟ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਬਾਲਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਜੋਂ ਦਾਖਲ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਲਜਾਂ ਦੇ ਕੈਲੰਡਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਦਾਖਲੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿੱਦਿਅਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਪਿਛਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ, ਕੋਰਸਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਛੋਟੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਰੈਡਿਟਾਂ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਾਖਲਾ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਟਿਊਸ਼ਨ ਫ਼ੀਸ ਵੱਖਰੀ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਭਰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚੁਣਦੇ ਹੋ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸਰੋਤ ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਟੂਡੈਂਟ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਓ ਐੱਸ ਏ ਪੀ) ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਸਟੂਡੈਂਟ ਲੋਨਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਵੀ ਕੁਝ ਫੰਡ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਜੀਫ਼ੇ ਅਤੇ ਬਰਸਰੀਆਂ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਅਪਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿੱਪ (ਸ਼ਗਿਰਦੀ)

ਇੱਕ ਅਪਰੈਂਟਿਸ (ਸ਼ਗਿਰਦ) ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵਧੇਰੇ ਅਨੁਭਵੀ ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਧੀਨ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਿੱਤੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਸ਼ਗਿਰਦ ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਗਿਰਦ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਨਖ਼ਾਹ ਮਿਲੇਗੀ। ਅਪਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿੱਪ ਸਿਖਲਾਈ ਰਾਹੀਂ 150 ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਿੱਤੋਂ ਸਿੱਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪੰਨੇ ਦੇ ਪਾਸੇ ਉੱਪਰ ਸਰੋਤ ਵੇਖੋ।

## ਰਜਿਸਟਰਡ ਐਂਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲੈਨਜ਼ (ਆਰ ਏ ਐੱਸ ਪੀਜ਼) (ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਬੱਚਤ ਯੋਜਨਾਵਾਂ)

ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ, ਕਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ ਜਾਂ ਮਿਊਚੂਅਲ ਫੰਡ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਟੈਕਸ ਸ਼ੈਲਟਰਡ ਆਰ ਏ ਐੱਸ ਪੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਬੱਚਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੰਮਪਲੋਇਮੈਂਟ ਐਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਲਓ: [hrsdgc.ca](http://hrsdgc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/can-resp](http://findlink.at/can-resp)

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ

[ontario.ca](http://ontario.ca) or [findlink.at/findschool](http://findlink.at/findschool)

ਵਿਖੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵੇਖੋ।

## ਫ਼ਰੈਂਚ-ਭਾਸ਼ਾਈ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ

[ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/frenschool](http://findlink.at/frenschool)

ਵਿਖੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਫ਼ਰੈਂਚ-ਭਾਸ਼ਾਈ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵੇਖੋ।

## ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ

ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਓ ਐੱਸ ਏ ਪੀ (OSAP) ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ [osap.gov.on.ca](http://osap.gov.on.ca) ਵੇਖੋ। [canada.ca](http://canada.ca) ਵਿਖੇ Canada Student Loans Program ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ।

## ਅਪਰੈਂਟਿਸਸ਼ਿੱਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

Ministry of Training, Colleges and Universities ਵੇਖੋ: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/trades](http://findlink.at/trades)



## ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਕਸਰ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਜਾਂ ਵੀਕਐਂਡ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਡਿਗਰੀ ਜਾਂ ਡਿਪਲੋਮਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਸ਼ੌਕ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਦੇ ਕੋਰਸਾਂ ਲਈ ਦਾਖਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ – ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ ਬਾਗ਼ਬਾਨੀ ਜਾਂ ਫ਼ੋਟੋਗਰਾਫ਼ੀ – ਜਾਂ ਕਿੱਤੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਪੂਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ। ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਉੱਤਮ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਕੋਰਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਾਲਜਾਂ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਵੇਖੋ।

- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡ ਲੱਭਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਬਲੂ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/schoolinfo](http://findlink.at/schoolinfo) ਵੇਖੋ।
- ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਐਡਵਾਂਸਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਸਕਿਲਜ਼ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵੇਖੋ: [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/findschool](http://findlink.at/findschool)
- ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਕੋਰਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਲਗ਼ਾਂ ਲਈ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਪੜ੍ਹਨ, ਲਿਖਣ ਅਤੇ ਗਣਿਤ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਜਾ-ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਐਮਏਈਐਸਡੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ [ontario.ca/adultlearn](http://ontario.ca/adultlearn)

### ਬਾਲਗ਼ ਵਜੋਂ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਡਿਪਲੋਮਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਡਿਪਲੋਮਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੁਫ਼ਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

- ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ossd](http://findlink.at/ossd) ਵਿਖੇ Ministry of Education ਵੇਖੋ।
- Independent Learning Centre (ਸੁਤੰਤਰ ਸਿੱਖਿਆ ਸੈਂਟਰ) ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕੋਰਸ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਐਨਲਾਈਨ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। [ilc.org](http://ilc.org) ਵੇਖੋ



# ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਸੇਬੇ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਫ਼ਰੈਂਚ ਸਿੱਖਣੀ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਫ਼ਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

## ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ

ਫ਼ੈਡਰਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਸਰਕਾਰਾਂ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੂੰ ਫੰਡ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਕਿ ਉਹ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਣ।

ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਭਾਸ਼ਾ ਸਕੂਲ ਵੀ ਫ਼ੀਸ ਲੈ ਕੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਕੋਰਸ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ਼ਰੈਂਚ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- English Literacy Development (ਈ ਐੱਲ ਡੀ)
- English and French as Second Language (ਈ ਐੱਸ ਐੱਲ ਅਤੇ ਐੱਫ ਐੱਸ ਐੱਲ)
- Language Instructions for New Comers (ਐੱਲ ਆਈ ਐੱਨ ਸੀ)
- Cours de langue pour les immigrants au Canada (CLIC)
- Occupation-Specific Languages Training (ਓ ਐੱਸ ਐੱਲ ਟੀ)
- Enhanced Languages Training (ਈ ਐੱਲ ਟੀ)
- Specialized Languages Training (ਐੱਸ ਐੱਲ ਟੀ)

## ਭਾਸ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਭਾਸ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੇਂਦਰ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ [canada.ca](http://canada.ca) ਵੇਖੋ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕੁਝ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ- ਜਾਂ ਫ਼ਰੈਂਚ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਭਾਸ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਭਾਸ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੰਬੰਧੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [findlink.at/clb-assess](http://findlink.at/clb-assess) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

## ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ

ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਭਾਸ਼ਾ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਲੈਣ ਲਈ [findlink.at/eslprogram](http://findlink.at/eslprogram) ਵੇਖੋ।

## ਭਾਸ਼ਾ ਕਲਾਸਾਂ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨਾ

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਕਲਾਸ ਲੱਭਣ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਵਿਖੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਵੇਖੋ ਜਾਂ [findlink.at/onlinetool](http://findlink.at/onlinetool) ਵੇਖੋ। ਤੁਸੀਂ 211 'ਤੇ ਵੀ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ [211ontario.ca](http://211ontario.ca) ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਲੈਂਗੁਏਜ ਇਨਸਟਰਕਸ਼ਨ ਫ਼ਾਰ ਨਿਊਕਮਰਜ਼ ਟੂ ਕੈਨੇਡਾ ਹੋਮ ਸਟੱਡੀ

ਘਰ ਬੈਠੇ ਬਿਠਾਏ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਐੱਲ ਆਈ ਐੱਨ ਸੀ (LINC) ਸਿਖਲਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [findlink.at/homestudy](http://findlink.at/homestudy) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

## ਆਕੂਪੇਸ਼ਨ-ਸਪੈਸਿਫਿਕ ਲੈਂਗੁਏਜ ਟਰੇਨਿੰਗ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਿੱਤਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸੰਪਰਕ ਹੁਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਓ ਐੱਸ ਐੱਲ ਟੀ (OSLT) ਵੱਲੋਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਲਜਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਕਲਾਸਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। [co-oslt.org](http://co-oslt.org) ਉੱਪਰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ।



# ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ

## ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ (ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ)

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਅਤੇ ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿੱਦਿਆ

ਪਤਾ ਕਰੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਕਿਹੜੇ ਸਕੂਲ(ਲਾਂ) ਵਿੱਚ ਜਾਣਗੇ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਆਖ਼ਰੀ ਮਿਤੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਲਿਜਾਣ ਅਤੇ ਸਕੂਲੋਂ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਉਚਿਤ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਾਰੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ:

ਉਮਰ ਦਾ ਸਬੂਤ

ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪਤੇ ਦਾ ਸਬੂਤ

ਸਰਪ੍ਰਸਤੀ ਦਾ ਸਬੂਤ

ਰੋਗ ਨਿਰੋਧਕ ਟੀਕਿਆਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਪੇਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਵਿਦਿਆ

- ਆਪਣੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਆਖਰੀ ਮਿਤੀ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।
- ਦਾਖਲੇ ਲਈ ਆਮ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ
- ਉਪਲਬਧ ਮਾਇਕ ਮਦਦ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਉ।

1. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

---

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

2. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

---

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

3. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

---

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

## ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

- ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ੌਕ ਜਾਂ ਕਿੱਤੇ ਨਾਲ ਢੁੱਕਵੇਂ ਕੋਰਸਾਂ ਲਈ ਕਾਲਜਾਂ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਬੋਰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

---

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

2. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

---

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

3. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

---

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

## ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ

ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉ।

ਆਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁੱਕਵੀਂ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁੱਕਵੇਂ ਭਾਸ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ



---

## ਕੰਮ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਕਰਨਾ

ਇਹ ਭਾਗ ਆਂਟਰੀਓ ਦੀ ਲੇਬਰ ਮਾਰਕਿਟ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਸ ਤੱਕ ਰਸਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਂਟਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਮਾਨਤਾ ਲੈਣ, ਅਸਰਦਾਇਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ।

---

40

ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ  
ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

42

ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ

44

ਕੰਮ ਸਥਾਨ  
ਵਿਖੇ ਅਧਿਕਾਰ

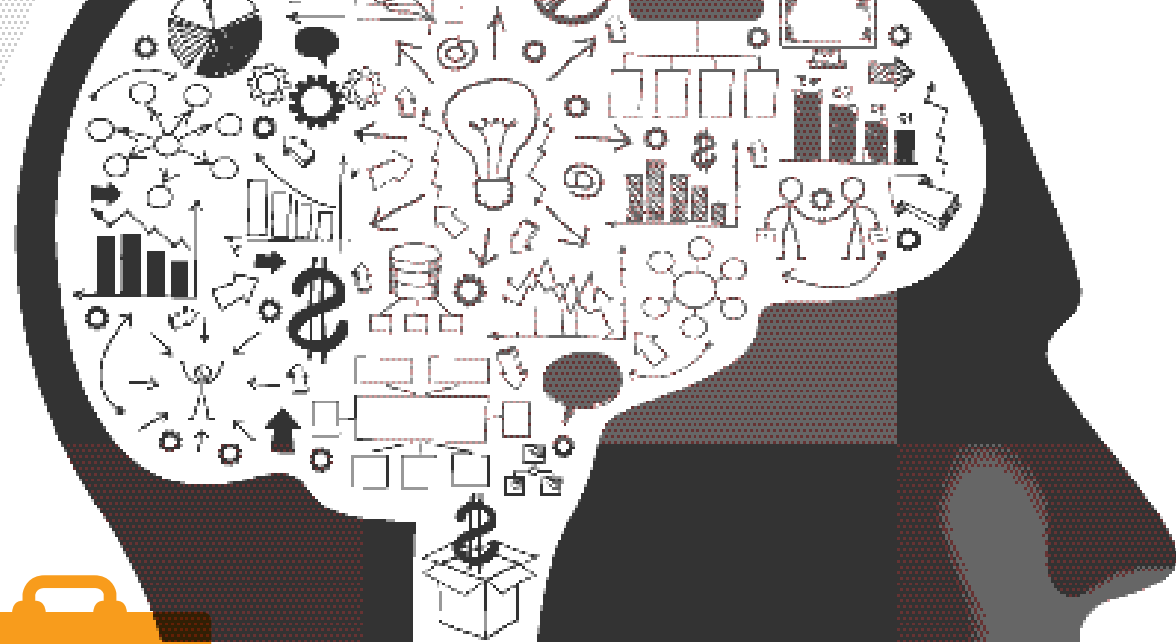
46

ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ  
ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

47

ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ





## ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

### ਆਪਣੇ ਸਿਨ (SIN) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ

ਆਪਣੇ ਸਿਨ (SIN) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ, ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ Service Canada ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [servicecanada.gc.ca](http://servicecanada.gc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/sin](http://findlink.at/sin) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

### ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ

[cicic.ca](http://cicic.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cicic-cred](http://findlink.at/cicic-cred) ਵਿਖੇ Canadian Information for International Credentials 'ਤੇ ਜਾਓ ਵਿਖੇ ਫ਼ਾਰਨ ਕ੍ਰੀਡੈਂਸ਼ਲਜ਼ ਰੈਫ਼ਰਲ ਆਫਿਸ 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਗਲੋਬਲ ਐਕਸਪੀਰੀਅੰਸ ਆਂਟੇਰੀਓ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ 1-866-670-4094 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/globalexpe](http://findlink.at/globalexpe) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

### ਹੈਲਥਫੋਰਸ ਆਂਟੇਰੀਓ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪੜ੍ਹੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਹੋ ਤਾਂ 1-800-596-4046 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ [healthforceontario.ca](http://healthforceontario.ca) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

### ਬਰਿਜਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਬਰਿਜਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/training](http://findlink.at/training) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

### ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੇਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (SIN)

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੇਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਕਸਰ S/N ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਨ (SIN) ਮੰਗੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨੰਬਰ ਟੈਕਸ ਦੇ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰਨ ਅਤੇ ਕਈ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤੋਗੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਿਨ (SIN) ਗੁਪਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕਿੱਤੇ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਸਾਰੇ ਕਿੱਤੇ, ਪੇਸ਼ੇ ਅਤੇ ਟਰੇਡ ਹਨ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਹਨ ਜਦ ਕਿ ਬਾਕੀ ਗ਼ੈਰ-ਨਿਯਮਿਤ (ਅਨਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਜਾਂ ਸਵੈ-ਨਿਯਮਿਤ (ਸੈਲਫ਼-ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਹਨ।

### ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਵੈ-ਨਿਯਮਿਤ (ਸੈਲਫ਼-ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਜਾਂ ਗ਼ੈਰ-ਨਿਯਮਿਤ (ਅਨਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤਿਆਂ ਲਈ ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਦਿਅਕ ਲੋੜਾਂ ਕਾਰਨ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਤੁਲਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੀ ਨੌਕਰੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਲਈ ਹੋਰ ਸਿਖਲਾਈ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਰੋਤਾਂ ਲਈ ਪੰਨੇ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਵੇਖੋ।

### ਗ਼ੈਰ-ਨਿਯਮਿਤ (ਅਨਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਜਾਂ ਸਵੈ-ਨਿਯਮਿਤ (ਸੈਲਫ਼-ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤੇ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤੇ ਸਾਰੇ ਟਰੇਡਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲਸੰਸ ਜਾਂ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗ਼ੈਰ-ਨਿਯਮਿਤ (**ਅਨਰੈਗੂਲੇਟਡ**) ਕਿੱਤੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗ਼ੈਰ-ਨਿਯਮਿਤ ਕਿੱਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿੱਤੀ ਮੈਨੇਜਰ, ਅਰਥ ਸ਼ਾਸਤਰੀ, ਕੰਪਿਊਟਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਰ, ਬੁੱਕਕੀਪਰ, ਸਿਸਟਮ ਐਨਾਲਿਸਟਸ (systems analysts), ਸਧਾਰਨ ਤਰਖਾਨਾ ਕੰਮ, ਕੁੱਕ ਅਤੇ ਕਈ ਹੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਕਿੱਤੇ ਵੀ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਰ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਸਵੈ-ਨਿਯਮਿਤ (ਸੈਲਫ਼-ਰੈਗੂਲੇਟਡ)** ਕਿੱਤੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਹਿਊਮਨ ਰਿਸੋਰਸ ਕਨਸਲਟੈਂਟ ਹੈ।

### ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤੇ

ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕ; ਨਰਸਿੰਗ; ਇਲੈਕਟਰੀਕਲ ਟਰੇਡ ਅਤੇ ਪਲੰਬਿੰਗ ਸਮੇਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਿੱਤੇ ਅਤੇ ਟਰੇਡ ਆਟੋਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨਿਯਮਕ ਸੰਸਥਾ (ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਬਾਡੀ) ਨਾਲ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਲਸੰਸ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਜਾਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ, ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਕਿੱਤੇ ਸੰਬੰਧੀ ਆਟੋਰੀਓ ਦੀ ਨਿਯਮਕ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

ਗਲੋਬਲ ਐਕਸਪਿਰੀਐਂਸ ਆਟੋਰੀਓ (GEO) ਇੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕੇਂਦਰ ਹੈ ਜੋ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰੋਂ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ, ਜਿਹੜੇ ਗ੍ਰੈਜੂ-ਸਿਹਤ ਕਿੱਤਿਆਂ ਅਤੇ ਹੁਨਰਮੰਦ ਟਰੇਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਕਿੱਤਿਆਂ ਲਈ, ਹੈਲਥ ਫੋਰਸ ਆਟੋਰੀਓ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪੜ੍ਹੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਲਈ ਮੁੱਖ ਏਜੰਸੀ ਹੈ।

### ਬ੍ਰਿੱਜਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਆਟੋਰੀਓ ਦੇ ਬ੍ਰਿੱਜ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਿਖਲਾਈ, ਹੁਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਜਾ-ਵਾਧਾ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮਰਥਨ ਦੇ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਬ੍ਰਿੱਜ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਸੇ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਲਸੰਸ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਟੋਰੀਓ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿੱਤਾ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਰਕ ਪਲੇਸਮੈਂਟ, ਉਸਤਾਦਗਰੀ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ (ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ) ਰਾਹੀਂ ਅਵਸਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਾਹਮਣੇ ਪੰਨੇ ਉੱਪਰ ਸਰੋਤ ਵੇਖੋ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਕੀ ਮੇਰੀ ਪਹਿਲ ਦਾ ਕਿੱਤਾ ਆਟੋਰੀਓ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਹੈ ਜਾਂ ਗ੍ਰੈਜੂ-ਨਿਯਮਿਤ (ਅਨਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਹੈ?

ਜੇ ਨਿਯਮਿਤ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ ਲਸੰਸ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ?

ਕੀ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਾਰੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹਨ?

ਕੋਈ ਗੁੰਮਸ਼ੁਦਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਮੇਰਾ ਕਿੱਤਾ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਪੱਧਰ ਦੀ ਵਿਦਿਆ ਦਾ ਸਬੂਤ ਮੰਗਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਇਸ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੇਤਰ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? ਕੀ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵਿਦਿਅਕ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰ ਹਨ?

## ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ

ਜਿਹੜੀ ਨੌਕਰੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਈ ਨਵੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੈਜੂਮੇ (Résumés) ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਨੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਕੀ ਆਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿੱਤਾ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੰਪਰਕ ਰੂਨਰਾਂ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਲੇਰੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਰੈਜੂਮੇ ਅਤੇ ਕੱਵਰ ਲੈਟਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਬ-ਸਰਚ ਇਮਦਾਦ ਲਈ ਮਾਹਰ ਰਾਏ ਕਿੱਥੋਂ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਆਪਣੇ ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਮੇਰੀ ਪਹਿਲ ਵਾਲੀ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਐਸਤ ਤਨਮਾਹ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਪਹਿਲ ਵਾਲੇ ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਵਾਪਰੀਆਂ ਹਨ?

### ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਸਮਰਥਨ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਲੇਬਰ ਮਾਰਕਿਟ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਲੇਬਰ ਮਾਰਕਿਟ ਬਾਰੇ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/lmi](http://findlink.at/lmi) ਵਿਖੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ।
- ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨੁਕਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ Employment Ontario Contact Centre ਦਾ 1-800-387-5656 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਕੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਆਂਟੇਰੀਓ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/etlanding](http://findlink.at/etlanding) ਵਿਖੇ ਵੇਖੋ।
- [findlink.at/ineedajob](http://findlink.at/ineedajob) ਵਿਖੇ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ Employment Ontario service provider ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਕਾਇਮ ਕੀਤੇ "ਵਰਕਿੰਗ ਇੰਨ ਕੈਨੇਡਾ" ਸਰੋਤ ਨੂੰ ਘੋਖੋ: [canada.ca](http://canada.ca)
- ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਸੰਬੰਧੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਲੇਖ: [settlement.org](http://settlement.org) ਜਾਂ

[findlink.at/employInfo](http://findlink.at/employInfo) ਵਿਖੇ ਪੜ੍ਹੋ

- ਆਂਟੇਰੀਓ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ [jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca) ਵਿਖੇ Service Canada Database ਔਨਲਾਈਨ ਵੇਖੋ

### ਵਰਕਫੋਰਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜਨੇ

ਵਲੰਟੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਵਰਕਫੋਰਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। 211 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਵਲੰਟੀਅਰ ਕੇਂਦਰ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ, ਜਾਂ [ovcn.ca](http://ovcn.ca) 'ਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੈਂਟਰ ਨੈੱਟਵਰਕ ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

ਕੈਰੀਅਰ ਬਿੱਜ, ਹੁਨਰਮੰਦ ਆਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਜ਼ਨਸ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਕੈਰੀਅਰ, ਸੰਚਾਰ, ਵਾਤਾਵਰਨ ਅਧਿਐਨ ਅਤੇ ਵਿੱਤ ਸਮੇਤ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਭਿੰਨ ਗ਼ੈਰ-ਨਿਯਮਿਤ (ਅਨਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਖਲਾਈ (ਇਨਟਰਨਸ਼ਿੱਪ) ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ 1-888-507-3343 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [careeredge.ca](http://careeredge.ca) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।



## ਨੈਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ

ਤੁਸੀਂ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਰੈਜ਼ੂਮੇ (ਜਿਸਨੂੰ "ਕਰੀਕੂਲਮ ਵਿਟੇਅ" ਜਾਂ ਸੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਅਤੇ ਕੱਵਰ ਲੈਟਰ ਭੇਜ ਕੇ ਕਿਸੇ ਨੈਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਰੈਜ਼ੂਮੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੱਵਰ ਲੈਟਰ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਵਰਨਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨੈਕਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਹੀ ਅਤਿਯੋਗ ਉਮੀਦਵਾਰ ਕਿਉਂ ਹੋ।

ਕੁਝ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਛਲੇ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋਣਗੇ। ਆਪਣੇ ਰੈਜ਼ੂਮੇ ਅਤੇ ਕੱਵਰ ਲੈਟਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਛਲੇ ਤਜਰਬੇ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ [canada.ca](http://canada.ca) 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਰੈਜ਼ੂਮੇ ਅਤੇ ਕੱਵਰ ਲੈਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਨੈਕਰੀ ਲਈ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ

ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਦੇਸ਼ ਬਲਕਿ ਕਿੱਤੇ ਤੋਂ ਕਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸੰਚਾਰ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਮਹੱਤਤਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਾਨਕ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਦੂਜੇ ਮਾਹਰ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਕੁਝ ਕੋਰਸਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।





## ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਅਧਿਕਾਰ

### ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਬਰਾਬਰੀ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦਾ **ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ** (Ontario Human Rights Code) ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਉਸਦੀ ਨਸਲ, ਕੁਲ, ਮੂਲ ਦੇਸ਼, ਰੰਗ, ਨਸਲੀ ਮੂਲ, ਨਾਗਰਿਕਤਾ, ਧਰਮ, ਉਮਰ, ਲਿੰਗ, ਲਿੰਗਕ ਛੁਕਾਅ, ਜੁਰਮਾਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ, ਵਿਵਾਹਕ ਦਰਜੇ, ਸਮਲਿੰਗੀ ਸਾਥ ਦੇ ਦਰਜੇ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਦਰਜੇ ਜਾਂ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ ਉੱਤੇ ਅਨਿਆ ਵਾਲਾ ਸਲੂਕ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਆਪਣੇ ਬਰਾਬਰੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ Ontario Human Rights Commission ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ohrc.on.ca](http://ohrc.on.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ohrcemploy](http://findlink.at/ohrcemploy) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

### ਆਂਟੇਰੀਓ ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਐਕਟ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਆਂਪੂਰਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਆਂਟੇਰੀਓ **ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਐਕਟ** (ESA) ਅਜਿਹੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਮਿਆਰ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

### ਉਜਰਤਾਂ

ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਾਮੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਜਰਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ। 1 ਅਕਤੂਬਰ, 2024 ਤੋਂ 30 ਸਤੰਬਰ, 2025 ਤੱਕ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਆਮ ਉਜਰਤ \$17.20 ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਉਜਰਤ \$16.20 ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/minwage](http://findlink.at/minwage) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟੇ

ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਹਾਲਤਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅੱਠ ਘੰਟੇ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਅਤੇ 48 ਘੰਟੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤਾ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਘੰਟੇ ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ਼ ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ (Ontario Director of Employment Standards) ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਾਲ ਵਧਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਨੌਂ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਇਹ ਛੁੱਟੀਆਂ ਲੈਣ ਦੇ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਲੈਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਹਨ: ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਦਾ ਦਿਨ, ਫ਼ੈਮਲੀ ਡੇਅ, ਗੁੱਡ ਫ਼ਰਾਈਡੇ, ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਡੇਅ, ਕੈਨੇਡਾ ਡੇਅ, ਲੇਬਰ ਡੇਅ, ਬੈਂਕਸਗਿਵਿੰਗ ਡੇਅ, ਕ੍ਰਿਸਮਸ ਡੇਅ ਅਤੇ ਬਾਕਸਿੰਗ ਡੇਅ।

### ਛੁੱਟੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਰ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਦੇ ਬਦਲੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤਨਖ਼ਾਹਯੋਗ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਬਦਲੇ, ਕਰਮਚਾਰੀ ਆਪਣੀ ਕੁੱਲ ਉਜਰਤ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਚਾਰ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਅਦਾਇਗੀ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਦਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਉੱਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸਕੂਲ ਸੈਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ 28 ਘੰਟੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤਾ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਛੁੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

## ਆਪਣੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਲੈਣੀ

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਕਾਇਦਾ, ਹਰ ਤਨਖ਼ਾਹ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੇਣੀ ਅਤੇ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਜਰਤ ਅਤੇ ਕਟੌਤੀਆਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

## ਪ੍ਰਸ਼ੁਤ ਅਤੇ ਪਿਤਰੀ ਛੁੱਟੀ

ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪਿਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੈਕਰੀ ਤੋਂ, ਬਿਨਾਂ ਤਨਖ਼ਾਹ, ਆਰਜ਼ੀ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਉਮੈਦਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਜਾਂ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਹੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ। ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ (EI) ਹੱਕਦਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

**Employment Standards Act** ਅਧੀਨ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ Ministry of Labour's Employment Standards Information Centre ਨੂੰ **1-800-531-5551** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ (ਜਾਣਕਾਰੀ 23 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ) ਜਾਂ Ministry of Labour ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **ontario.ca** ਜਾਂ **findlink.at/on-esa** 'ਤੇ ਜਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਲੇਬਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਅਫ਼ਸਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ Service Canada Centre ਵਿਖੇ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਥਾਨ ਲੱਭਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਬਲੂ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ ਜਾਂ **servicecanada.gc.ca** ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

## ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ

**ਆਂਟੇਰੀਓ ਆਰੋਪੇਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਐਕਟ (Ontario Occupational Health and Safety Act)** ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਰਖਵਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਆਰ ਨਿਯਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ, ਕੁਝ ਛੋਟੇ ਨਾਲ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਕੰਮ ਵਿਖੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ **ਵਰਕਰ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਅਵੇਅਰਨੈੱਸ ਇਨ 4 ਸਟੈੱਪਸ** ਨਾਂ ਦੀ ਵਰਕਬੁੱਕ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹੋ। ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਲੇਬਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ **ontario.ca** ਜਾਂ **findlink.at/hsawarenes** ਉੱਪਰ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਵਰਕਬੁੱਕ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਮੰਗਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਰਵਿਸ ਆਂਟੇਰੀਓ ਨੂੰ

**1-800-267-8097** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ Ministry of Labour ਦੀ ਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ **ontario.ca** ਜਾਂ **findlink.at/hsafety** 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਕੰਮ ਵਿਖੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਕਿਸੇ ਸਰੋਕਾਰ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ, ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ **1-877-202-0008** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਰਕਪਲੇਸ ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੋਰਡ

Ontario Workplace Safety and Insurance Board (WSIB) ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਨੋ-ਫ਼ਾਲਟ ਵਰਕਪਲੇਸ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ (Ontario's no-fault workplace insurance) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੋਰਡ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫ਼ੰਡ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਪੰਗਤਾ ਦੇ ਲਾਭ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਹੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪੱਧਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ Workplace Safety and Insurance ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, **1-800-387-0750** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ **wsib.on.ca** ਵਿਖੇ ਜਾਓ।





## ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਅਵਸਰ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਸਾਲ 2012 ਵਿੱਚ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ 2.9 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨੇ ਪੈਮਾਨੇ ਦੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਉਦਯੋਗ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦਾ 98 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹਿੱਸਾ ਬਣਦੇ ਸਨ।<sup>6</sup>

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/business](http://findlink.at/business) ਵਿਖੇ Ministry of Economic Development, Employment and Infrastructure ਵੇਖੋ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪ੍ਰਾਂਤ ਭਰ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਈ ਉਦਯੋਗ ਕੇਂਦਰ (small business enterprise centres) ਕਾਇਮ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਛੋਟਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ, ਉਸਦੀ ਮਾਲਕੀ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬੀ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। 1-800-567-2345 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/sbec](http://findlink.at/sbec) 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਓ।

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਈ ਕੈਨੇਡਾ ਬਿਜ਼ਨਸ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 1-888-576-4444 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ [canada.ca/en/services/business](http://canada.ca/en/services/business) ਵਿਖੇ ਜਾਓ।

<sup>6</sup> ਸਰੋਤ: Ministry of Economic Development, Job Creation and Trade, [ontario.ca](http://ontario.ca)



# ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ

## ਨੌਕਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

- ਆਪਣੇ ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (SIN) ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਉ।
- ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਸ਼ਾ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ (ਰੈਗੂਲੇਟਡ) ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਵਿੱਦਿਅਕ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉ।
- ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪੇਸ਼ੇ ਸੰਬੰਧਤ ਟੀਚਿਆਂ ਨਾਲ ਢੁੱਕਵੇਂ ਬਿੱਜਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ

- ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਲਈ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੀ ਪਹਿਲ ਦੇ ਕਿੱਤੇ ਬਾਰੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰੋ।
- ਰੈਜ਼ੂਮੇ ਅਤੇ ਕੱਵਰ ਲੈਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰੋ।
- ਅਸਰਦਾਇਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ (ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ) ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੰਪਰਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉ।
- ਆਪਣੀ ਮੁਹਾਰਤ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਲੰਟੀਅਰ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਤਨਖਾਹ ਤੋਂ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦੇ ਹੋਣ।

1. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

## ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

- ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਉਦਯੋਗ ਕੇਂਦਰ (small business enterprise centre) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

# ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿੱਤ

ਇਹ ਭਾਗ ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਮੱਖ ਮੁੱਦੇ ਕੱਢ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣ, ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਅਤੇ ਟੈਕਸ ਅਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ (ਸੋਸ਼ਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ।

---

50

ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕਿੰਗ

51

ਉਧਾਰ ਲੈਣਾ

52

ਟੈਕਸ

53

ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ  
ਐਸਿਸਟੈਂਸ

54

ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ



## ਪੈਸਾ ਅਤੇ ਬੈਂਕਿੰਗ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਵਾਸੀ ਆਪਣਾ ਪੈਸਾ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਬੈਂਕਾਂ, ਕਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਜਾਂ ਟਰੱਸਟ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਿੱਤੀ ਅਦਾਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਵਿੱਤੀ ਅਦਾਰੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ ਜਿਸ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚਲੇ ਪੈਸੇ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ \$100,000 ਤੱਕ ਦਾ ਬੀਮਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

### ਪੈਸਾ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਕਰੰਸੀ (ਮੁਦਰਾ/ਸਿੱਕਾ) ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਮੁਦਰਾ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੈਸੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ **Welcome to Canada** ਪੜ੍ਹੋ।

ਕਦੇ ਵੀ ਨਕਦ ਪੈਸੇ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਨਾ ਭੇਜੋ। ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ, ਚੈੱਕ, ਮਨੀ ਆਰਡਰ (ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਖਰੀਦੇ ਹੋਏ) ਜਾਂ ਪੋਸਟਲ ਆਰਡਰ (ਡਾਕਖਾਨੇ ਤੋਂ ਖਰੀਦੇ ਹੋਏ) ਵਰਤੋ। ਬੈਂਕਾਂ ਅਤੇ ਤਬਾਦਲੇ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅਦਾਰੇ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਬੈਂਕ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨੌਕਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਵੀ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵੀ, ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤੇ ਬੈਂਕ ਹੇਠ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਚੈਕਿੰਗ ਅਤੇ ਸੇਵਿੰਗ ਖਾਤੇ
- ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ
- 24-ਘੰਟੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਬੈਂਕਿੰਗ
- ਕਰਜ਼ੇ (ਲੋਨ) ਅਤੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ
- ਨਿਵੇਸ਼ ਉਤਪਾਦ (ਪਰਾਡਕਟ) ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ
- ਵਿੱਤੀ ਮਸ਼ਵਰਾ

ਭਾਵੇਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਂਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਵਿੱਤੀ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਖਵਾਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪੂੰਜੀ (ਵਿੱਤਾਂ) ਨੂੰ ਬੇਖੇਬਾਜ਼ੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ ਦੇ ਫਰਾਡ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ, ਨੁਕਤੇ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ [consumerhandbook.ca](http://consumerhandbook.ca) ਵਿਖੇ ਇੰਡਸਟਰੀ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ **ਕਨਜ਼ਿਊਮਰ ਹੈਂਡਬੁੱਕ** (Consumer Handbook) ਪੜ੍ਹੋ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣਾ

ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਖੋਜ ਕਰਨੀ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ। ਬੈਂਕ ਉਤਪਾਦਾਂ (ਪਰਾਡਕਟਸ) ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਫੀਸਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਵਿਆਜ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਵੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ-ਫੀਸ ਬੈਂਕ ਖਾਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ, ਜੇ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪੁੱਛੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤਨਖਾਹ ਸਿੱਧੀ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇਗੀ। ਬੱਚਤ (ਸੇਵਿੰਗ) ਅਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ (ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ) ਖਾਤੇ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰਨ ਲਈ ਫ਼ਾਇੰਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤੇ ਨਾਲੋਂ ਵਿਆਜ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਪਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਿਸਮ ਦੇ ਜਾਂ ਸੀਮਤ ਗਿਣਤੀ ਦੀਆਂ ਟ੍ਰਾਂਜੈਕਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਹੋਵੇਗੀ। ਬਹੁਤੇ ਗਾਹਕ, ਜੇ ਬੱਚਤ ਖਾਤੇ, ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਉਹ ਦੈਨਿਕ ਬੈਂਕਿੰਗ ਲਈ ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤਾ ਵੀ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ, ਕਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨ ਜਾਂ ਟਰੱਸਟ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਨਾਖਤ ਦੇ ਦੋ ਸਬੂਤ ਵਿਖਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (SIN) ਕਾਰਡ। ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਉੱਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਫ਼ੋਟੋ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਬੈਂਕ ਕਾਰਡ (**ਡੈਬਿਟ** ਕਾਰਡ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਮਿਲੇਗਾ। ਬਹੁਤੇ ਸਟੋਰਾਂ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਵਿਖੇ ਨਕਦੀ ਦੀ ਥਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਾਰਡ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕ ਮਸ਼ੀਨਾਂ (ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਆਟੋਮੈਟਡ ਟੈੱਲਰ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਜਾਂ ਏ ਟੀ ਐੱਮ** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਵਿਖੇ ਵੀ ਟ੍ਰਾਂਜੈਕਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਕਿਹੜੀਆਂ ਬੈਂਕਾਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਬੱਚਤ (ਸੇਵਿੰਗ) ਖਾਤਾ ਅਤੇ ਚੈਕਿੰਗ ਖਾਤਾ ਦੋਵੇਂ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ?

ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਬੈਂਕ ਦਾ ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਦੂਜੀ ਬੈਂਕ ਦਾ ਏ ਟੀ ਐੱਮ (ATM) ਵਰਤਦਾ ਹਾਂ, ਇਸਦੇ ਸੇਵਾ ਚਾਰਜ (ਫੀਸ) ਕੀ ਹੋਣਗੇ?

# ਉਧਾਰ ਲੈਣਾ

## ਉਧਾਰ

ਉਧਾਰ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣਾ। ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਦੇ ਲੋਨ, ਉਧਾਰ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਲੋਨ (ਕਰਜ਼ੇ) ਬਾਕਾਇਦਾ ਕਿਸ਼ਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਦਾਇਗੀਆਂ (ਕਿਸ਼ਤਾਂ) ਦੀ ਰਕਮ ਅਤੇ ਵਾਰਵਾਰਤਾ ਕਰਜ਼ਾ ਜਾਂ ਉਧਾਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਜ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਵਿਆਜ ਉਹ ਪੈਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਧਾਰ ਦੇਣ ਵਾਲਾ (ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਬੈਂਕ) ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਵਸੂਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। **ਵਿਆਜ ਦਰ** ਉਧਾਰ ਲਈ ਗਈ ਕੁੱਲ ਰਕਮ ਦੀ ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਕਰਜ਼ਿਆਂ (ਲੋਨਾਂ) ਅਤੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਦੇ ਵਿਆਜ ਦੀ ਦਰ ਬਹੁਤ ਉੱਚੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਬੈਂਕ ਲੋਨ (ਕਰਜ਼ੇ) ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਰਾਹੀਂ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਆਜ ਦੀ ਦਰ ਕੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਉਧਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਉਸ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣੀ ਹੈ, ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ **Welcome to Canada** (ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ) ਪੜ੍ਹੋ।

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

## ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਕਾਇਮ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਏਜੰਸੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਤਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅਦਾਇਗੀਆਂ (ਕਿਸ਼ਤਾਂ) ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਿਹੜਾ ਪੈਸਾ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲਿਆ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ **ਤੁਹਾਡੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ** ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਲੋਨ ਜਾਂ ਮਾਰਗੇਜ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡਾ ਵਿੱਤੀ ਅਦਾਰਾ, ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰੇਗਾ, ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਅਤੀਤ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਿੱਤਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਵਿੱਤੀ ਅਦਾਰਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਉਧਾਰ ਤੁਸੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਵਿੱਤੀ ਅਦਾਰੇ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨਾਲ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਉੱਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਬੰਧਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰਸਾਨੀ ਕਰੋ।

Financial Consumer Agency of Canada ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ [fcac-acfc.gc.ca](http://fcac-acfc.gc.ca) ਵਿਖੇ ਉਧਾਰ (ਕਰੈਡਿਟ) ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਨੁਕਤੇ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

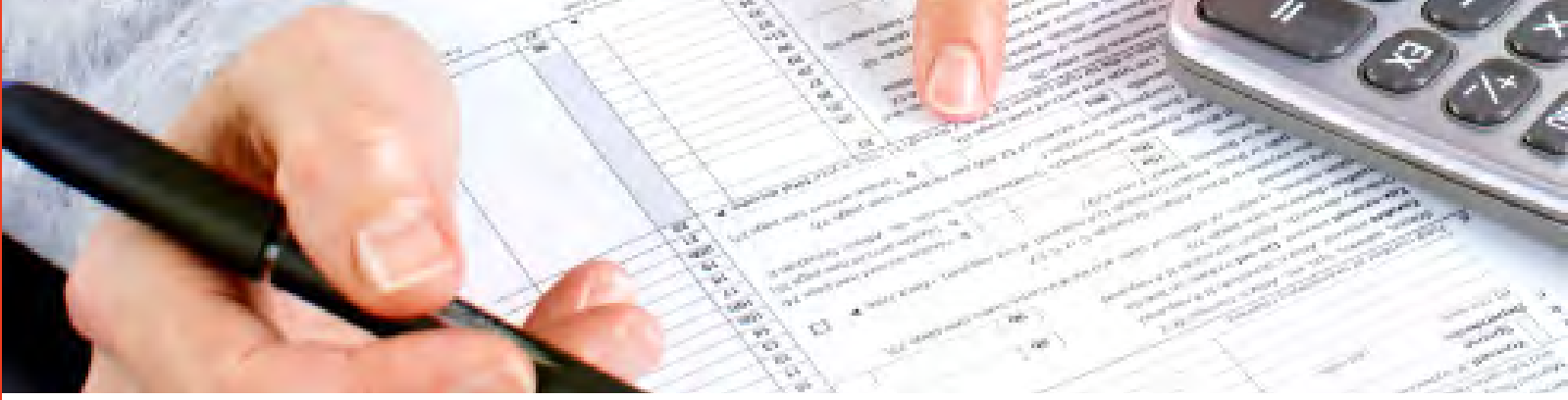


## ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਮੇਰੇ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੇ ਵਿਆਜ ਦੀ ਦਰ ਕੀ ਹੈ?

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਵਰਤਮਾਨ ਕਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਤੇ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?



## ਟੈਕਸ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਟੈਕਸ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੱਧਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ: ਫ਼ੈਡਰਲ, ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਮਿਊਨਿਸਿਪਲ। ਟੈਕਸ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਫ਼ੰਡ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ, ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਅਤੇ ਹਨਰਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

**ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਟੈਕਸ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਿੱਥੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?**

**ਆਪਣੀ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?**

**ਕੀ ਮੈਂ ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਇਲਡ ਬੈਨੇਫਿਟ ਲੈਣ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹਾਂ?**

### ਟੈਕਸ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਉਗਰਾਹੇ ਜਾਂਦੇ ਟੈਕਸਾਂ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮਾਂ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ, ਵਿਕਰੀ ਕਰ, ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਟੈਕਸ ਹਨ।

ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਕਸ-ਸੰਬੰਧਤ ਮੰਤਵਾਂ ਲਈ ਸਾਰੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਟੈਕਸਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਲਈ Ministry of Finance ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/finance](http://findlink.at/finance) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਰ ਸਾਲ 30 ਅਪਰੈਲ ਤੱਕ ਆਪਣੀਆਂ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨਾਂ ਭਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਰੇ ਸਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦੱਸਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਹੋਈ ਹੋਵੇ।

ਆਪਣੀ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਲੰਟੀਅਰ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਮਦਦ ਮੁਫਤ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। Canada Revenue Agency (CRA) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/incometax](http://findlink.at/incometax) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਹਾਰਮੋਨਾਈਜ਼ਡ ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ ਕਰੈਡਿਟ

ਆਂਟਰੀਓ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਸਨੀਕ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਉਪਭੋਗਤਾ ਵਸਤਾਂ 'ਤੇ ਹਾਰਮੋਨਾਈਜ਼ਡ ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਐਚਐਸਟੀ) ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ (ਸੀ.ਆਰ.ਏ.) ਸਾਰਾ ਟੈਕਸ ਜਾਂ ਇਸ ਟੈਕਸ ਦਾ ਕੁੱਝ ਹਿੱਸਾ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਐੱਚ ਐੱਸ ਟੀ ਕਰੈਡਿਟ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ (HST Credit Application) ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਕਰੈਡਿਟ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਸੀ ਐਚ ਏ (CRA) ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੇ ਯੋਗ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੈੱਕ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/gst-hst](http://findlink.at/gst-hst) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਇਲਡ ਬੈਨੇਫਿਟ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਣ, ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਇਲਡ ਬੈਨੇਫਿਟ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮਾਸਕ ਅਦਾਇਗੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਅਦਾਇਗੀ ਦੀ ਰਕਮ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ, ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ Canada Revenue Agency ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cra-bnfts](http://findlink.at/cra-bnfts) 'ਤੇ ਜਾਓ।

# ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਐਸਿਸਟੈਂਸ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ, ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਹੰਢਾ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਫ਼ੈਡਰਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

## ਇੰਪਲਾਇਮੈਂਟ ਇਨਸ਼ੇਰੈਂਸ (EI)

ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ – ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਕੰਮ ਦੀ ਘਾਟ, ਜਾਂ ਮੌਸਮੀ ਜਾਂ ਸਮੂਹਿਕ ਲੇਅਆਫ਼ ਕਾਰਨ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨੌਕਰੀ ਖੁੱਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਈ ਆਈ (EI) ਲਾਭ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ, ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬੀਤੇ 52 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦੇ ਬੀਮਾਯੋਗ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ।

ਈ ਆਈ (EI) ਲਾਭਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [servicecanada.gc.ca](http://servicecanada.gc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ei-app](http://findlink.at/ei-app) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਕੈਨੇਡਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਪਲੇਨ (CPP)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਸੀ ਪੀ ਪੀ (CPP) ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੇ ਚੈੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕਟੌਤੀ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸੀ ਪੀ ਪੀ (CPP) ਦੀ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸੀ ਪੀ ਪੀ (CPP) ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਯੋਗਦਾਨ (ਅਦਾਇਗੀ) ਪਾਇਆ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 65 ਸਾਲ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਵੋ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ 60 ਅਤੇ 64 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਕਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਮਾਈ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ।

ਸੀ ਪੀ ਪੀ (CPP) ਸੰਬੰਧੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ Service Canada ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [servicecanada.gc.ca](http://servicecanada.gc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cpp](http://findlink.at/cpp) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਬੁਢਾਪਾ ਪੈਨਸ਼ਨ (OAS)

ਓ ਏ ਐੱਸ (OAS) ਇੱਕ ਮਾਸਕ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇ 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਣ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਸਾਲ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਲਾਜ਼ਮੀ ਰਹੇ ਹੋਵੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ Service Canada ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [servicecanada.gc.ca](http://servicecanada.gc.ca) ਜਾਂ [findlink.at/oldagesecu](http://findlink.at/oldagesecu) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਸੋਸ਼ਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ

Ontario Works ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਆਰਜ਼ੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸੰਕਟ ਗ੍ਰਸਤ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋਵੋ, Ontario Works ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਖ਼ਰਚੇ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ ਸ਼ਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਮਨਿਸਟਰੀ ਆਫ਼ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਐਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/socialassi](http://findlink.at/socialassi) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਆਂਟੇਰੀਓ ਡਿਸਏਬਿਲਿਟੀ ਸੁਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ODSP)

ਓ ਡੀ ਐੱਸ ਪੀ (ODSP) ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿੱਤੀ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਗ ਬਿਨੈਕਾਰਾਂ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਖ਼ਰਚੇ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਓ ਡੀ ਐੱਸ ਪੀ (ODSP) ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ Ministry of Children, Community and Social Services ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ont-dsp](http://findlink.at/ont-dsp) 'ਤੇ ਜਾਓ।



# ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ

## ਬੈਂਕਿੰਗ, ਉਧਾਰ ਲੈਣਾ ਅਤੇ ਟੈਕਸ

- ਬੈਂਕਿੰਗ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਖੋਜ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਖਾਤਾ ਖੋਲ੍ਹੋ।
- ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਬੈਂਕਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਬੈਂਕ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਉ।
- ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਇਲਡ ਬੇਨਿਫਿਟ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਉ (ਜੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇ)।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ/ /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ



---

## ਲੋਕ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ

ਇਹ ਭਾਗ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਬਹੁਭਾਂਤੀ ਸਮਾਜ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿੰਗੀ ਬਰਾਬਰੀ, ਹਰ ਇੱਕ ਦਾ ਬਰਾਬਰ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਕਦਰ ਕਰਨੀ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਅਹਿੰਸਕ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

---



56

ਸਮੂਲੀਅਤ

57

ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ

58

ਰਿਸ਼ਤੇ

59

ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

60

ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ





## ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਇੱਕ ਬਹੁਭਾਂਤੀ ਸਮਾਜ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੇਕ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ, ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਖੁਲ੍ਹਦਿਲੀ ਵਾਲਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਸਿਰਜਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਮੌਕੇ ਮਿਲਣਗੇ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਅਤੇ ਸਭ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਬਣਨ ਦਾ ਹੈ – ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਕੋਈ ਘਰ ਵਾਂਗ ਅਪਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੇਰੇ ਕੁਝ ਭਰਾ ਦਿੱਤਾ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਹਨ?

ਵੱਖਰੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਮੇਰੇ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਹੈ?

ਮੈਂ ਦੂਜੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ?

ਮੈਂ ਦੂਜੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਮੇਰੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਬਾਰੇ ਆਮ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹਨ?

### ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀ ਵਸੋਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੱਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਵਾਲੇ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਲਿੰਗਕ ਰੁਚੀਆਂ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਖਰੇਵਿਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਸ ਅਦਭੁਤ ਮਿਸ਼ਰਣ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚ

ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਰਗਰਮ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕਰਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਮਿਲਣ।

Ministry of Government Services ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਮੰਤਵ ਆਂਟੇਰੀਓ ਪਬਲਿਕ ਸਰਵਿਸ (OPS) ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਸਥਾਨ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/omgs](http://findlink.at/omgs) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਅਨਿਆਪੂਰਨ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਗ਼ੈਰਕਨੂੰਨੀ ਬਣਾ ਕੇ *Ontario Human Rights Code* ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦੀ ਨੀਂਹ ਸਥਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ Ontario Human Rights Commission ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ohrc.on.ca](http://ohrc.on.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰੀ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਾਬਰੀ ਇੱਕ ਮੂਲ ਮਾਨਤਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਰੀਤੀ-ਰਿਵਾਜ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ, ਜਿਹੜੇ ਔਰਤਾਂ ਜਾਂ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਵਿਖਾਉਂਦੇ ਜਾਂ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।

### ਔਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ ਭਾਈਚਾਰਾ (THE LGBTQ COMMUNITY)

*Lesbian, Gay, Bi-sexual, Transgendered, Queer* ਦਾ ਛੋਟਾ ਰੂਪ ਔਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ (LGBTQ) ਹੈ। ਔਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ (LGBTQ) ਲੋਕ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਮਾਣਯੋਗ ਭਾਗੀਦਾਰ ਹਨ। ਲਿੰਗਕ ਰੁਚੀਆਂ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ Ontario Human Rights Code ਅਧੀਨ ਗ਼ੈਰਕਨੂੰਨੀ ਹੈ।

LGBTQ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [settlement.org](http://settlement.org) ਜਾਂ [findlink.at/lgbtqservi](http://findlink.at/lgbtqservi) ਵੇਖੋ। ਤੁਸੀਂ 211 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ [serviceontario.ca](http://serviceontario.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

# ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਅਪੰਗਤਾ ਹੈ – ਲਗਭਗ 1.85 ਮਿਲੀਅਨ ਅਜਿਹੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਾਸੀ ਹਨ।<sup>7</sup> ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਅਬਾਦੀ ਦੀ ਉਮਰ ਵੱਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਵਧੇਗੀ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦਾ ਟੀਚਾ ਅਜਿਹਾ ਸਥਾਨ ਬਣਨ ਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕਰ ਸਕੇ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੇ ਬਣਨ ਵੱਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

## ਅਪੰਗਤਾ

ਅਪੰਗਤਾ ਬਹੁਤ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਦਰਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਨਹੀਂ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਅਪੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹਾਦਸੇ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਅਪੰਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਬੌਧਿਕ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ; ਸੁਣਨ ਜਾਂ ਨਜ਼ਰ ਦੀਆਂ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ; ਮਿਰਗੀ; ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ ਆਦਿ ਦੀ ਵਾਦੀ; ਵਾਤਾਵਰਨਕ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਹਾਲਤਾਂ।

Ontario Human Rights Commission ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ohrc.on.ca](http://ohrc.on.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ohr-IRD](http://findlink.at/ohr-IRD) ਉੱਪਰ ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਲੇਖਾਂ ਅਤੇ ਵਿਡੀਓ ਰਾਹੀਂ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਿੱਜੀ ਅਨੁਭਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ ਅਧੀਨ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [ohrc.on.ca](http://ohrc.on.ca) ਜਾਂ [findlink.at/accssibact](http://findlink.at/accssibact) 'ਤੇ ਜਾਓ।

## ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਦੇ ਮਿਆਰ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ 2005 ਦਾ ਕਨੂੰਨ **ਅਕਸੈਸਿਬਿਲਿਟੀ ਫ਼ਾਰ ਆਂਟੇਰੀਅਨਜ਼ ਵਿਥ ਡਿਸੇਬਿਲਿਟੀਜ਼ (AODA)** ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਮਿਆਰ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਿਆਰ ਵਰਨਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਅਜਿਹੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਕਿ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕਰ ਸਕਣ। 2025 ਤੱਕ ਇੱਕ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਆਂਟੇਰੀਓ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਟੀਚਾ ਹੈ।

ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਦੇ ਪੰਜ ਮਿਆਰ ਹਨ:

1. ਗਾਹਕਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ(ਕਸਟਮਰ ਸਰਵਿਸ) – ਵਸਤਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਲਿਖਤੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੇਵਾਦਾਰ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਲਚੇਅਰ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣੀ, ਸਮਰਥਕ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਇਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ।

2. ਰੁਜ਼ਗਾਰ – ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ, ਨੌਕਰੀ ਦੇਣ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਬਾਕਾਇਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
3. ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ – ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਰੋਸ਼ਰ, ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਬਣਾਉਣ।
4. ਆਵਾਜਾਈ – ਇਹ ਮਿਆਰ ਬੱਸਾਂ, ਟੈਕਸੀਆਂ, ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਵਾਜਾਈ ਵਾਹਨ, ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਸਟਲ ਬੱਸਾਂ, ਸਕੂਲ ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਯਾਤਰੂ ਬੇੜੀਆਂ ਉੱਪਰ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਚੁੱਕਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ, ਪੰਜੀਆਂ, ਸਹਾਰੇ ਲਈ ਪਕੜਨ ਵਾਲੇ ਡੰਡੇ (ਬਾਰਜ), ਰੇਸ਼ਨੀ, ਸੰਕੇਤਕ ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਕੁਝ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣਾ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
5. ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ – ਇਮਾਰਤਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੇਡ ਮੈਦਾਨਾਂ, ਪਾਰਕਿੰਗ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਿਕਨਿਕ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਪਰ ਇਹ ਮਿਆਰ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

*Accessibility for Ontarians with Disabilities Act, , 2005* ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/accssibact](http://findlink.at/accssibact) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) or [findlink.at/accsstandr](http://findlink.at/accsstandr) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ **211** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ Disability Doorway ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [disabilitydoorway.com](http://disabilitydoorway.com) ਵੇਖੋ।

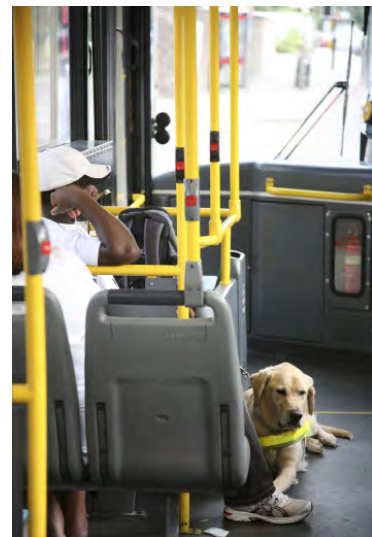
Ontario Disability Support Program ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ont-dsp](http://findlink.at/ont-dsp) ਵੇਖੋ।

<sup>7</sup> ਸਰੋਤ: [ontario.ca](http://ontario.ca) or [findlink.at/ont-dsp](http://findlink.at/ont-dsp)

## ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

ਮੇਰਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਸਥਾਨ ਕਿੰਨਾ ਰੂ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਹੈ?

ਮੇਰੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਅਧਿੱਖ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?





## ਰਿਸ਼ਤੇ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਵਸੇਬਾ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਪਰਿਵਾਰ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਹਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫੈਡਰਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਕਨੂੰਨ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### Women's Social & Economic Opportunity

ਘਰੇਲੂ ਜਾਂ ਲਿੰਗਕ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਰ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/serve](http://findlink.at/serve) ਵਿਖੇ ਲੱਭੋ।

### Victim Services - Ministry of the Attorney General

ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਲਿੰਗਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ovs](http://findlink.at/ovs) ਵੇਖੋ।

### ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਅਧੀਨ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਲਈ [onefamilylaw.ca](http://onefamilylaw.ca) ਜਾਂ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਵੇਖੋ।

### ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਗਾਈਡ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਫੈਮਲੀ ਲਾਅ ਅਧੀਨ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/on-famlaw](http://findlink.at/on-famlaw) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ।

### ਵਿਆਹ

ਵਿਆਹ, ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਆਹ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤਲਾਕ ਲੈਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। 2003 ਤੋਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਸਮ-ਲਿੰਗੀ ਵਿਆਹ ਕਨੂੰਨੀ ਕਰਾਰ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਵਿਆਹ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਇਆ, ਤੁਹਾਨੂੰ "ਕਾਮਨ-ਲਾਅ-ਪਾਰਟਨਰ" ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦੰਪਤੀ ਸੰਬੰਧ ਹੋਣ ਜਾਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਤੋਂ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਤਲਾਕ

ਕੇਵਲ ਕਚਿਹਰੀ ਹੀ ਤੁਹਾਡਾ ਤਲਾਕ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੰਪਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ (ਵਿਵਾਹਿਕ ਸਾਥੀ) ਤਲਾਕ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਬੂਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਆਹ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਵਾਹਿਕ ਸਾਥੀ (ਪਤੀ/ਪਤਨੀ) ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਤਲਾਕ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਇਸਨੂੰ ਜਾਇਜ਼ (ਕਨੂੰਨੀ) ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਵਾਹਿਕ ਸਾਥੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਵਿਵਾਹਿਕ ਸਾਥੀ (ਪਤੀ/ਪਤਨੀ) ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ

ਵਿਵਾਹਿਕ ਸਾਥੀ, ਕਾਮਨ-ਲਾਅ-ਪਾਰਟਨਰ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਗ਼ੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਣਚਾਹੀ ਲਿੰਗਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਸੱਟ ਮਾਰਨ ਜਾਂ ਜਾਨੇ ਮਾਰ ਦੇਣ ਦਾ ਡਰਾਵਾ ਦੇਣਾ ਵੀ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਵਿਰੁੱਧ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ, ਕੈਦ ਸਮੇਤ, ਸਖ਼ਤ ਸਜ਼ਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

### ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪੁਲੀਸ ਦਾ ਰੋਲ

ਪੁਲੀਸ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਿੰਸਾ, ਕੋਈ ਹਾਦਸਾ, ਨਿੱਜੀ ਸੱਟ ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧ ਵਾਪਰਿਆ ਹੋਵੇ, ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੁਲੀਸ ਕੋਲੋਂ ਮਦਦ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਵੇ, 911 ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ ਭੇਜਣ ਲਈ ਕਰੋ। ਪੁਲੀਸ ਤੁਰੰਤ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇਗੀ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਪੁਲੀਸ ਦੇ ਰੋਲ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, *Welcome to Canada* ਪੜ੍ਹੋ।

• WTC: [canada.ca/wtc](http://canada.ca/wtc)

ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਤੋਂ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਵੇ ਉਹ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਅਸਾਲਟਡ ਵਿਮੈਨ'ਜ਼ ਹੇਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ [1-866-863-0511](tel:1-866-863-0511) 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਇਹ ਅਗਾਂਹ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵੈੱਬਸਾਈਟ [awhl.org](http://awhl.org) ਵੇਖੋ। Ministry of Community and Social Services ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [ontario.ca](http://ontario.ca) ਜਾਂ [findlink.at/womenhelp](http://findlink.at/womenhelp) ਵਿਖੇ ਵੀ ਜਾਓ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਸੰਬੰਧੀ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 211 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ

**ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਡ** (*Criminal Code of Canada*) ਦੇ ਧਾਰਾ 43 ਅਧੀਨ – ਜਿਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਸਪੈਕਿੰਗ ਲਾਅ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ – ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨੁਸਾਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ "ਵਾਜਬ ਸ਼ਕਤੀ" ਵਰਤਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਕਤੀ ਥੋੜ੍ਹੀ-ਚਿਰੀ ਹੋਵੇ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਸਿਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਤੇਰਾਂ ਸਾਲ ਤੋਂ ਉੱਨੀ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਮਾਪੇ ਕਿਸੇ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨ। ਆਮਤੌਰ 'ਤੇ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਸਜ਼ਾ ਦੇਣੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਿਵਾਦਪੂਰਨ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਿੰਗਕ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਛੇਹਣਾ ਜਾਂ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ ਗ਼ੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਹੈ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ। ਉਹਨਾਂ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਜਾਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਨੂੰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭਲਾਈ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ, ਘਰ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰਨ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

# ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ

ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਦਰਸ਼ ਹੈ। ਗੰਦਗੀ ਫ਼ੈਲਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼, ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਗੰਦਗੀ ਨਾ ਫ਼ੈਲਾਉ!

ਗੰਦਗੀ ਫ਼ੈਲਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਕੂੜਾ ਸੜਕ ਜਾਂ ਜ਼ਮੀਨ ਉੱਪਰ ਸੁੱਟਦੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸ਼ਹਿਰ ਅੰਦਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਪੇਂਡੂ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ।

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੀਆਂ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀਆਂ ਨੇ ਗੰਦਗੀ ਫ਼ੈਲਾਉਣ ਵਿਰੁੱਧ ਕਨੂੰਨ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਗੰਦਗੀ ਫ਼ੈਲਾਉਣ ਲਈ \$100 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ \$1,000 ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੱਕ ਦੇ ਜੁਰਮਾਨੇ ਹਨ। ਜੇ ਪੁਲੀਸ ਹਾਈਵੇਅ ਉੱਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੂੜਾ ਸੁੱਟਦਿਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਲਵੇ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਰ ਰੋਕ ਲੈਣਗੇ।

ਆਪਣੇ ਕੂੜੇ-ਕਰਕਟ ਨੂੰ ਕੂੜਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਘਰ ਲਿਜਾ ਕੇ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

## ਘਰੇਲੂ ਕੂੜੇ-ਕਰਕਟ ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ **ਬਲੂ ਬਾਕਸ** ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਡੂੰਘੇ ਟੋਇਆਂ ਨੂੰ ਕੂੜੇ ਨਾਲ ਭਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੂੜਾ ਨਵੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੱਚ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਧਾਤ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਅਤੇ ਰੱਦੀ ਕਾਗਜ਼ ਬਲੂ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਸਥਾਨਕ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਸੜਕ ਦੇ ਕੰਢੇ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੁਝ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀਆਂ ਦੇ **ਗਰੀਨ ਬਿੰਨ** ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਹਨ ਜੋ, ਸਜੀਵੀ (ਬਨਸਪਤੀ) ਕੂੜਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਲ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੇ ਛਿਲਕੇ, ਮੀਟ ਅਤੇ ਮੱਛੀ, ਪੀਸੀ ਹੋਈ ਕਾਫ਼ੀ ਆਦਿ ਕੁਝ ਕੁ ਨਾਂ ਹਨ, ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਜੀਵ (ਬਨਸਪਤੀ) ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਕੈਂਮਪੋਸਟ (ਕੂੜੀ) ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਭੇਜੇ ਨੂੰ ਤਾਕਤਵਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਲੂ ਬਾਕਸ ਲੈਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਗਰੀਨ ਬਿੰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਫ਼ੋਨ ਬੁੱਕ ਦੇ ਬਲੂ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੇਖੋ, ਜਾਂ ਆਂਟੇਰੀਓ ਦੀਆਂ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ Ministry of Municipal Affairs and Housing ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [findlink.at/muniseroff](http://findlink.at/muniseroff) ਵੇਖੋ।

## ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਨਕਾਰਾ ਬਿਜਲਈ ਉਪਕਰਨ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਈ-ਵੇਸਟ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿੱਚ ਕੈਮਰੇ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਮਾਨੀਟਰ, ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਅਤੇ ਟੈਲੀਵਿਯਨ ਜਿਹੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਵਸਤਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ – ਅਤੇ ਕੀਮਤੀ – ਸਮੱਗਰੀ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ

ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੂੜੇ ਨਾਲ ਭਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਸੁੱਟਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਆਂਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ (ਬਿਜਲਈ) ਵਸਤ ਖ਼ਰੀਦਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਵਾਤਾਵਰਨਿਕ ਸੰਭਾਲ (ਇਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟਲ ਹੈਂਡਲਿੰਗ) ਫ਼ੀਸ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਬਿਜਲਈ ਵਸਤਾਂ ਨੂੰ ਰੀਸਾਈਕਲ ਜਾਂ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦੇ ਖ਼ਰਚੇ ਅਦਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਡੀਪੂ ਲੱਭਣ ਲਈ [recyclemyelectronics.ca](http://recyclemyelectronics.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।



## ਊਰਜਾ ਦੀ ਬੱਚਤ

ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਗੈਸ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਉੱਪਰ ਮੰਦੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਜਿੰਨੀ ਘੱਟ ਵਰਤਾਂਗੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਵਧੀਆ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਊਰਜਾ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ Ministry of Energy ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [findlink.at/savinenergy](http://findlink.at/savinenergy) ਵੇਖੋ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ Natural Resources Canada's Office of Energy Efficiency ਵੇਖਣ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ [oee.nrcan.gc.ca](http://oee.nrcan.gc.ca) 'ਤੇ ਜਾਓ।

### ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਗੱਲਾਂ

**ਮੈਂ ਬਲੂ ਬਾਕਸ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੁਝ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?**

**ਕੀ ਮੇਰੀ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀ ਵਿੱਚ ਗਰੀਨ ਬਿੰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ?**

**ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅਣਚਾਹੇ ਇਕਟਰੋਨਿਕ ਕਿੱਥੇ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?**

**ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਊਰਜਾ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?**



# ਵਸੇਬਾ ਯੋਜਨਾ

## ਸਮੂਲੀਅਤ

- ਆਂਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ ਅਧੀਨ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਸਮਝਣੀਆਂ।

## ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

- ਆਪਣੀ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀ ਤੋਂ ਬਲੂ ਬਾਕਸ (ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਬੈਗ) ਲਉ।
- ਆਪਣੀ ਮਿਊਂਸਿਪੈਲਿਟੀ ਦੇ ਗਰੀਨ ਬਿੰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।
- ਪੁਰਾਣੇ ਬਿਜਲਈ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਟਿਕਾਣੇ ਲਾਉਣ ਲਈ ਡਰਾਪ-ਆਫ ਸਥਾਨ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਊਰਜਾ-ਕੁਸ਼ਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ।

1. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

2. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

3. ਕਾਰਜ

ਇਸ ਤਰੀਕ ਤੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ / /

ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਰੋਤ

---

# ਅੰਤਿਕਾ

---



62

ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ  
ਦੇ ਸਚੇਤ

63

ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਰਕਾਰ  
ਦੇ ਮੰਤਰਾਲੇ

64

ਕ੍ਰਮ-ਸੂਚੀ

## ਫ਼ੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਰੋਤ

### ਕੈਨੇਡਾ ਆਉ (ਕਮ ਟੂ ਕੈਨੇਡਾ)

[canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/ctcextstay](http://findlink.at/ctcextstay)

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਠਹਿਰ ਵਧਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? ਇਹ ਸਾਧਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ, ਆਪਣੀ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ ਅਤੇ ਦਾਖਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

### ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ

[canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cic-serve](http://findlink.at/cic-serve)

ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭਣ, ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ, ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਕਲਾਸਾਂ, ਫ਼ਾਰਮ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰਵਸਿਜ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਧਨ

[canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cic-lctvac](http://findlink.at/cic-lctvac)

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਸੋਬਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਕੁਝ ਸਧਾਰਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਉ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਣੋ।

### ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ

[canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/workincana](http://findlink.at/workincana)

ਵਰਕਿੰਗ ਇਨ ਕੈਨੇਡਾ, ਨੌਕਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੰਡੀ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸਰੋਤ ਹੈ। ਇਹ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿੱਤੇ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁਫ਼ਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

### ਡਿਸਕੱਵਰ ਕੈਨੇਡਾ: ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਲਈ

[canada.ca](http://canada.ca) ਜਾਂ [findlink.at/cic-study](http://findlink.at/cic-study) ਪੜ੍ਹੋ।

ਡਿਸਕੱਵਰ ਕੈਨੇਡਾ: ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵੱਲੋਂ *The Rights and Responsibilities of Citizenship*, ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿੱਪ ਦੇ ਟੈਸਟ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

### ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਂਤਿਕ ਅਤੇ ਟੈਰਿਟੋਰੀਅਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ

Alberta

[albertacanada.com/immigration](http://albertacanada.com/immigration)

British Columbia

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

Manitoba

[immigratemanitoba.com](http://immigratemanitoba.com)

New Brunswick

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

Newfoundland and Labrador

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

Northwest Territories

[www.gov.nt.ca](http://www.gov.nt.ca)

Nova Scotia

[novascotiainmigration.com](http://novascotiainmigration.com)

Nunavut

[gov.nu.ca](http://gov.nu.ca)

Ontario

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

Prince Edward Island

[gov.pe.ca/immigration](http://gov.pe.ca/immigration)

Quebec

[immigration-quebec.gouv.qc.ca](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca)

Saskatchewan

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

Yukon

[immigration.gov.yk.ca](http://immigration.gov.yk.ca)



# ਆਂਟੇਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮੰਤਰਾਲੇ

Advanced Education and Skills Development  
[ontario.ca/ministry-advanced-education-and-skills-development](http://ontario.ca/ministry-advanced-education-and-skills-development)

Agriculture Food and Rural Affairs  
[omafra.gov.on.ca](http://omafra.gov.on.ca)

Attorney General  
[attorneygeneral.jus.gov.on.ca](http://attorneygeneral.jus.gov.on.ca)

Children and Youth Services  
[children.gov.on.ca](http://children.gov.on.ca)

Citizenship and Immigration  
[citizenship.gov.on.ca](http://citizenship.gov.on.ca)

Community and Social Services  
[mcscs.gov.on.ca](http://mcscs.gov.on.ca)

Community Safety and Correctional Services  
[mcscs.jus.gov.on.ca](http://mcscs.jus.gov.on.ca)

Economic Development and Growth  
[ontario.ca/ministry-economic-development-and-growth](http://ontario.ca/ministry-economic-development-and-growth)

Education  
[edu.gov.on.ca](http://edu.gov.on.ca)

Energy  
[energy.gov.on.ca](http://energy.gov.on.ca)

Environment and Climate Change  
[ene.gov.on.ca/environment](http://ene.gov.on.ca/environment)

Finance  
[fin.gov.on.ca](http://fin.gov.on.ca)

Francophone Affairs  
[ofa.gov.on.ca](http://ofa.gov.on.ca)

Government and Consumer Services  
[mgs.gov.on.ca](http://mgs.gov.on.ca)

Health and Long-Term Care  
[health.gov.on.ca](http://health.gov.on.ca)

Housing  
[ontario.ca/page/ministry-housing](http://ontario.ca/page/ministry-housing)

Indigenous Relations and Reconciliation  
[ontario.ca/page/ministry-indigenous-relations-and-reconciliation](http://ontario.ca/page/ministry-indigenous-relations-and-reconciliation)

Infrastructure  
[moi.gov.on.ca](http://moi.gov.on.ca)

Intergovernmental Affairs  
[ontario.ca/ministry-intergovernmental-affairs](http://ontario.ca/ministry-intergovernmental-affairs)

International Trade  
[ontario.ca/page/ministry-international-trade](http://ontario.ca/page/ministry-international-trade)

Labour  
[labour.gov.on.ca](http://labour.gov.on.ca)

Municipal Affairs  
[ontario.ca/page/ministry-municipal-affairs](http://ontario.ca/page/ministry-municipal-affairs)

Natural Resources and Forestry  
[ontario.ca/page/ministry-natural-resources-and-forestry](http://ontario.ca/page/ministry-natural-resources-and-forestry)

Northern Development and Mines  
[mndm.gov.on.ca](http://mndm.gov.on.ca)

Research, Innovation and Science  
[ontario.ca/page/ministry-research-innovation-and-science](http://ontario.ca/page/ministry-research-innovation-and-science)

Seniors Affairs  
[ontario.ca/page/ministry-seniors-affairs](http://ontario.ca/page/ministry-seniors-affairs)

Tourism, Culture and Sport  
[mtc.gov.on.ca](http://mtc.gov.on.ca)

Status of Women  
[women.gov.on.ca](http://women.gov.on.ca)

Transportation  
[mto.gov.on.ca](http://mto.gov.on.ca)

Treasury Board Secretariat  
[ontario.ca/page/treasury-board-secretariat](http://ontario.ca/page/treasury-board-secretariat)

## ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਸ਼ਹਿਰਦੀ	33	ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ (LGBTQ)	56
ਬੇਕਿੰਗ	50	ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ	24
ਮੁੱਢਲੇ ਅਧਿਕਾਰ	24	ਕਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ	25
ਲਾਭ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਐਸਿਸਟੈਂਸ	53	ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ	16
ਬ੍ਰਿਜਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ	41	ਓਹਿੱਪ ਕਾਰਡ	15
ਚਾਰਟਰ ਆਫ਼ ਰਾਈਟਸ ਅਤੇ ਫ਼ਰੀਡਮਜ਼	24	ਅਪਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ	57
ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ	30	ਫ਼ੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾਵਾਂ	17
ਮੈਸਮ	9	ਡਾਕ ਸੇਵਾਵਾਂ	17
ਖਪਤਕਾਰ ਵਜੋਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ	17	ਪਬਲਿਕ ਆਵਜਾਈ	22
ਸੰਚਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ	11	ਮਨੋਰੰਜਨ	21
ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਮਨਪਰਚਾਵਾ	21	ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ	59
ਉਧਾਰ	51	ਕਾਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣੀ	22
ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ	23	ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣਾ	19
ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ	16	ਸੈਟਲਮੈਂਟ (ਵਸੋਬਾ) ਏਜੰਸੀਆਂ	10
ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ	58	ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੂਰੈਂਸ ਨੰਬਰ	40
ਡਰਾਈਵਿੰਗ	23	ਆਪਣਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ	46
ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਈਸੈਂਸ	22	ਟੈਕਸ	52
ਅਰਥ ਵਿਵਸਥਾ	8	ਟੈਕਸੀਆਂ	22
<b>ਸਿੱਖਿਆ:</b>		ਆਵਜਾਈ	22
ਬਾਲਗ਼ ਅਤੇ ਕਾਂਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ	34	ਵਲੰਟੀਅਰ ਕਰਨਾ	21
ਐਲਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ	31	<b>ਕੰਮ:</b>	
ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ	33	ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ	42
ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ	31	ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਥਾਨ ਵਿਖੇ ਅਧਿਕਾਰ	44
ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ	11		
ਰੁਜ਼ਗਾਰ (ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ)	42		
ਊਰਜਾ ਕੁਸ਼ਲਤਾ	59		
ਫ਼ੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ	15		
ਫ਼ੈਮਲੀ ਲਾਅ	58		
ਭੋਜਨ	17		
ਭੂਗੋਲ	6		
ਸਰਕਾਰ	5		
ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ	14		
ਛੁੱਟੀਆਂ	44		
ਰਿਹਾਇਸ਼	18		
ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕੋਡ	24		
ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ	56		
ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ	4		
ਆਂਟੇਰੀਓ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ	6		
ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣੀ	42		
ਲੇਬਰ ਮਾਰਕਿਟ	42		
ਭਾਸ਼ਾ ਮੁਲਾਂਕਣ	35		
ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ	35		