ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

Punjabi
ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ
2020 ਅਡੀਸ਼ਨ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ

2020 ਅਡੀਸ਼ਨ:

ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਛਪਣ ਦੇ ਵੇਲੇ ਤੱਕ ਤਾਜ਼ਾ ਹੈ। ਨਾਂ, ਐਡਰੈਸ, ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਲਿੰਕ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਲਿਖਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨੋਟਿਸ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਲੈਣ ਲਈ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ ਦਾ ਛਾਪਣਯੋਗ ਪੀ ਡੀ ਐੱਫ ਰੂਪ www.richmond.ca/newcomers ’ਤੇ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਧੰਨਵਾਦ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ ਦਾ ਇਹ ਅਡੀਸ਼ਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਬਿਨਾਂ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਸੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਲਿਖਤ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ 1

ਚੈਪਟਰ 1: ਵਸੇਬਾ ਕਰਨਾ 3

ਚੈਪਟਰ 2: ਰਹਿਣ ਲਈ ਥਾਂ ਲੱਭਣਾ 5

ਚੈਪਟਰ 3: ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਬੈਂਕਿੰਗ 7

ਚੈਪਟਰ 4: ਹੈਲਥਕੇਅਰ 9

ਚੈਪਟਰ 5: ਪੜ੍ਹਾਈ 11

ਚੈਪਟਰ 6: ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ 14

ਚੈਪਟਰ 7. ਇੱਧਰ ਉੱਧਰ ਜਾਣਾ 16

ਚੈਪਟਰ 8: ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ 18

ਚੈਪਟਰ 9. ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਖੇਡਣਾ 21

ਚੈਪਟਰ 10: ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ 24

ਚੈਪਟਰ 11. ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ 29

ਚੈਪਟਰ 12: ਟੈਲੀਫੋਨ ’ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ 30

ਸੰਕੇਤ 32

ਨੰਬਰ 3 ਰੋਡ, ਉੱਪਰੋਂ ਦ੍ਰਿਸ਼

ਜਾਣ ਪਛਾਣ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ

ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿਚ, ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਇਲਾਕੇ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸ਼ਾਂਤ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਦੇ ਕੰਢੇ 'ਤੇ ਸਥਿਤ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਇਕ ਵਿਲੱਖਣ ਆਈਲੈਂਡ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਵਿਚ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਯੂ.ਐੱਸ. ਬਾਰਡਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਥਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੀ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਏਅਰਪੋਰਟ ਹੈ।

ਪਿਛਲੇ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਰਿਚਮੰਡ ਵੱਡਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਅਤੇ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਜਾਇਦਾਦਾਂ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਲਈ ਜ਼ਮੀਨਾਂ, ਇੰਡਸਟਰੀਅਲ ਪਾਰਕਾਂ, ਜਲ ਮਾਰਗਾਂ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਨ ਨਾਲ ਇਕ ਭਰਪੂਰ, ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸ਼ਹਿਰੀ ਕੇਂਦਰ ਵਜੋਂ ਉਭਰ ਕੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਆਇਆ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਦੀ ਇਕੌਨਮੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ 130,000 ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੌਬਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਏਵੀਏਸ਼ਨ, ਫਿਲਮਿੰਗ, ਸਿਹਤ, ਲੌਜਿਸਟਿਕਸ, ਮੈਨੂਫੈਕਚਰਿੰਗ, ਰੀਟੇਲ, ਟੈਕਨੌਲੋਜੀ, ਟੂਰਿਜ਼ਮ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਫਿਸ਼ਿੰਗ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਦੀ 60 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਨਾਲ, ਰਿਚਮੰਡ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਹੁਭਾਂਤੀ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਰਹਿਣ, ਸਿੱਖਣ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਇਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਥਾਂ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਰਿਚਮੰਡ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ

ਰਿਚਮੰਡ ਦਾ ਲੰਮਾ ਅਤੇ ਅਮੀਰ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ। ਕੋਸਟ ਸੇਲਿਸ਼ hən̓q̓əmin̓əm̓ ਬੋਲਦੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਿਛਲੀ ਆਈਸ ਏਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਈਲੈਂਡਜ਼ (ਟਾਪੂਆਂ) ਦੇ ਬਣਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਰਿਚਮੰਡ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਆਈਲੈਂਡਜ਼ ਉੱਪਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਇੱਥੇ ਜ਼ਮੀਨ ਅਤੇ ਦਰਿਆ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੱਕੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਬਸਤੀਆਂ ਵਿਚ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਜ਼ਾਹਰਾ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬੇਹੱਦ ਸੈਮਨ ਮੱਛੀਆਂ ਅਤੇ ਬੇਰੀ ਦੀਆਂ ਚੋਖੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਪਹਿਲੇ ਯੂਰਪੀਅਨ ਆਬਾਦਕਾਰ 1860 ਵਿਚ ਪਹੁੰਚੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਰੇਜ਼ਰ ਰਿਵਰ ਦੇ ਡੈਲਟਾ ਦੀ ਉਪਜਾਊ ਮਿੱਟੀ ਨੇ ਖਿੱਚਿਆ। ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੁਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕਿਸਾਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਅਨਾਜ਼, ਭੋਜਨ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਅਤੇ ਬੇਰੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਉਗਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਕਰੇਨਬੇਰੀ ਅਤੇ ਬਲੂਬੇਰੀ ਦੀ ਖੇਤੀ ਅੱਜ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇੰਡਸਟਰੀਆਂ ਹਨ।

ਫਰੇਜ਼ਰ ਦਰਿਆ ਵਿਚ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਸੈਮਨ ਮੱਛੀਆਂ ਦੇ ਆਉਣ ਨੇ 1880ਵਿਆਂ ਵਿਚ ਜਪਾਨੀ ਮਛੇਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਿਆ। ਮੱਛੀਆਂ ਫੜਨ ਦੇ ਪੇਸ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਛੇਤੀ ਹੀ ਸੈਮਨ ਦੀਆਂ ਕੈਨਰੀਆਂ ਅਤੇ ਬੇੜੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਇੰਡਸਟਰੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਗਈਆਂ ਜਿਸ ਨਾਲ ਹੋਰ ਪਰਵਾਸੀ ਵਰਕਰ ਏਰੀਏ ਵਿਚ ਆ ਗਏ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਭਰਪੂਰਤਾ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਆਦਿਵਾਸੀ ਲੋਕ ਅਤੇ ਠੇਕੇ ’ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਚਾਇਨੀਜ਼ ਵਰਕਰ ਸਨ ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਨੂੰ ਮੁਢਲੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਰੇਲਵੇ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਏ ਸਨ।

ਰਿਚਮੰਡ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ, ਨਵੇਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੀ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਚੀਨ, ਹੌਂਗਕੌਂਗ, ਫਿਲੀਪੀਨ ਅਤੇ ਇੰਡੀਆ ਤੋਂ ਆਈ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਨੇ ਰਿਚਮੰਡ ਨੂੰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਇਕ ਦਿਲਚਸਪ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਭਰਪੂਰ ਥਾਂ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਟੇਨੀਆ ਸ਼ਿਪਯਾਰਡਜ਼ ਨੈਸ਼ਨਲ ਇਤਿਹਾਸਕ ਸਥਾਨ

1 | ਵਸੇਬਾ ਕਰਨਾ

ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਮੂਵ ਅਤੇ ਅਡਜਸਟ ਹੋਣਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਇੱਥੇ ਵਸਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਰਿਚਮੰਡ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲੱਭਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਥਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ। ਵਸੇਬੇ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਥਾਂ ਲੱਭਣ, ਕੰਮ ਲੱਭਣ, ਕੰਮ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖਣ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਇਹ ਹਨ।

ਚਾਇਮੋ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼
(Chimo Community Services)
120-7000 Minoru Boulevard
ਟੈਲੀਫੋਨ: 604-279-7077
www.ChimoServices.com

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਔਫ ਬੀ ਸੀ (ISS*of*BC)
150-8400 Alexandra Road
ਟੈਲੀਫੋਨ: 604-233-7077
www.ISSBC.org

ਰਿਚਮੰਡ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ
(Richmond Multicultural Community Services Society)
210-7000 Minoru Boulevard
ਟੈਲੀਫੋਨ: 604-279-7160
www.rmcs.bc.ca

ਸਕਸੈੱਸ (S.U.C.C.E.S.S.)
220-7000 Minoru Boulevard
ਟੈਲੀਫੋਨ: 604-279-7180
www.SuccessBc.ca

ਫੌਰਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ

ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- ❑ ਕਿਸੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ। ਸਫਾ 3 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ। ਸਫਾ 18 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲੈਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ। ਸਫਾ 9 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਬੈਂਕ ਅਕਾਊਂਟ ਖੋਲ੍ਹਣਾ। ਸਫਾ 7 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਰਹਿਣ ਲਈ ਥਾਂ ਲੱਭਣਾ। ਸਫਾ 5 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ। ਸਫਾ 11 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਬੀ.ਸੀ. ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਜਾਂ ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਡੀ ਕਾਰਡ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ। ਸਫਾ 9 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ। ਸਫਾ 13 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣਾ। ਸਫਾ 9 ਦੇਖੋ।
- ❑ ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ। ਸਫਾ 18 ਦੇਖੋ।

ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ

ਵੈਲਕਮ ਬੀ ਸੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ (www.welcomebc.ca) ਉੱਪਰ, ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਸੀਲੇ ਹਨ। ਇਸ ਉੱਪਰ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਇਕ ਵਿਆਪਕ ਗਾਈਡ ਵੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਇਹ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਵੇਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.welcomebc.ca/Start-Your-Life-in-B-C/Newcomers-Guides.

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਪਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/new-immigrants.

ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਵੀ ਹੈ: www.cic.gc.ca/english/newcomers/services.

2 | ਰਹਿਣ ਲਈ ਥਾਂ ਲੱਭਣਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਚੋਣਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਘਰ, ਟਾਊਨਹੋਮ, ਕੰਡੋਮੀਨੀਅਮਜ਼, ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਅਤੇ ਸੂਈਟਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਘਰ ਹਨ: ਮਾਰਕੀਟ ਵਿਚ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਅਤੇ ਵਾਰਾ ਖਾਣ ਯੋਗ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ। ਮਾਰਕੀਟ ਵਿਚ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਾਇਆ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਆਕਾਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਾਏ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਰੈਗਜ਼ਲਿਸਟ), ਕਲਾਸੀਫਾਇਡ ਐਡਾਂ ਜਾਂ ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਅਖਬਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਸਟੋਰਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਲ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚਲੇ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡਾਂ 'ਤੇ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਵੀ "ਵੇਕੈਂਸੀ" ਜਾਂ "ਫਾਰ ਰੈਂਟ" ਦੇ ਸਾਈਨ ਲਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਘੱਟ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨੀ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਵਾਰਾ ਖਾਣ ਯੋਗ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਵਿਅਕਤੀ, ਪਰਿਵਾਰ, ਅਪਾਹਜਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

- ਨੌਨ-ਮਾਰਕੀਟ/ਸਬਸਿਡੀ ਵਾਲੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਕਿਰਾਇਆ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ/ਜਾਂ ਬੀ ਸੀ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਦੀ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਰਜਿਸਟਰੀ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ: 604-433-2218 ਜਾਂ www.BcHousing.org
- ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਕੋ-ਅਪਰੇਟਿਵਜ਼ (ਕੋ-ਔਪਸ) ਉਹ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਵਸਨੀਕ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੂਨਿਟ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੋ-ਔਪਸ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਵਾਲੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੇਟਿੰਗ ਲਿਸਟਾਂ ਹਨ। ਕੋ-ਔਪਸ ਕੋਲ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ: 604-879-5111 ਜਾਂ www.chf.bc.ca
- ਲੋਅ ਐਂਡ ਮਾਰਕੀਟ ਰੈਂਟਲ (ਐੱਲ ਈ ਐੱਮ ਆਰ) ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਵਲੋਂ ਘੱਟ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਯੂਨਿਟ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਐੱਲ ਈ ਐੱਮ ਆਰ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੇ ਯੋਗ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਲਈ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਰਾਏ ਅਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਮਦਨਾਂ ਮਿੱਥੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਐੱਲ ਈ ਐੱਮ ਆਰ ਯੂਨਿਟਾਂ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ, ਹਰ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਮੈਨੇਜਰ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਗਾਈਡ ਵਿਚ ਐੱਲ ਈ ਐੱਮ ਆਰ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਵਾਰਾ ਖਾਣ ਯੋਗ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵੀ ਹਨ।

ਵਾਰਾ ਖਾਣ ਯੋਗ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਗਾਈਡ ਲੱਭਣ ਲਈ: www.richmond.ca/AffordableHousing.

ਘਰ ਖਰੀਦਣਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸੇ ਰੀਅਲ ਇਸਟੇਟ ਕੰਪਨੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਰੀਅਲ ਇਸਟੇਟ ਏਜੰਟ ਸੰਭਵ ਘਰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿਚ, ਬਿਹਤਰ ਕੀਮਤ ਲਈ ਸੌਦੇਬਾਜੀ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ

ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਘਰ www.RealtyLink.org ਉੱਪਰ ਜਾਂ www.realtor.ca

ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚਲੇ ਘਰ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਲ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਯੂਟਿਲਟੀ ਬਿਲ ਭੇਜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਪਾਣੀ, ਸੀਵਰ, ਠੋਸ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਅਤੇ ਰੀਸਾਇਕਲਿੰਗ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਰੇਟ ਹਰ ਸਾਲ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਸਰਵਿਸ ਫੀਸਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਮਿਊਂਨਿਸਪਲ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬਦਲੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਤੈਅ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਾਰਬੇਜ ਅਤੇ ਰੀਸਾਇਕਲਿੰਗ: ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੋ ਹਫਤਿਆਂ ਅਤੇ ਹਫਤੇ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤਰਤੀਬਵਾਰ ਗਾਰਬੇਜ ਅਤੇ ਰੀਸਾਇਕਲਿੰਗ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ। ਚੁੱਕਣ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੁੱਕੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ: www.richmond.ca/recycling

ਬਿਜਲੀ, ਹੀਟ ਅਤੇ ਗੈਸ: ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋਣ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਯੂਟਿਲਟੀ ਦੇ ਖਰਚੇ ਹਨ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਲੈਂਡਲਾਰਡ ਸਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਕੁਝ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਕਿਰਾਏ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲੈਂਡਲਾਰਡ ਤੋਂ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਕਿਰਾਏ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਕਿੰਨੇ ਪੈਸੇ ਦੇਣਗੇ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬੀ ਸੀ ਹਾਈਡਰੋ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.BcHydro.com ਉੱਪਰ ਅਤੇ www.FortisBc.com'ਤੇ ਫੋਰਟਿਸ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ: ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਈ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਕੰਪਨੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੋਨੋਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੀਟੇਲ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਲੱਭੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ

ਕੈਨੇਡਾ ਮੌਰਗੇਜ ਐਂਡ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਕੋਲ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਘਰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲੈਣ ਜਾਂ ਖਰੀਦਣ ਬਾਰੇ ਕਈ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ:1-800-668-2642 ਜਾਂ www.cmhc-schl.gc.ca/en/buying/newcomers-housing-information

ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਕ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਮਾਰਕੀਟ ਦੇ ਰੇਟਾਂ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵਾਲੇ ਵਾਰਾ ਖਾਣ ਯੋਗ ਵੱਖ ਵੱਖ ਘਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-432-6200 ਜਾਂ www.MetroVancouver.org/housing.

ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ਼ਲ ਟੈਨੇਂਸੀ ਬਰਾਂਚ ਕੋਲ ਲੈਂਡਲਾਰਡ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮਤਭੇਦਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ: 604-660-1020 ਜਾਂ www.gov.bc.ca/LandlordTenant.

ਟੈਨੇਂਟ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਸੈਂਟਰ (ਟੀ ਆਰ ਏ ਸੀ) ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ, ਅਤੇ ਹਿਮਾਇਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। 604-255-0546 ਜਾਂ www.tenants.bc.ca

ਰੈਂਟਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਮ (ਆਰ ਏ ਪੀ) ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਯੋਗ, ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਰਾਏ ਦੀਆਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਪੇਮੈਂਟਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਸਿਆਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 604-433-2218 ਜਾਂ www.BcHousing.org/housing-assistance/rental-assistance/RAP

ਸ਼ੈਲਟਰ ਏਡ ਫਾਰ ਐਲਡਰਲੀ ਰੈਂਟਰਜ਼ (ਸੇਫਰ) ਘੱਟ ਤੋਂ ਦਰਮਿਆਨੀ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਕਿਰਾਏ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰਾ ਖਾਣ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-433-2218 ਜਾਂ www.BcHousing.org/housing-assistance/rental-assistance/SAFER

ਚਾਇਮੋ ਰਿਚਮੰਡ ਰੈਂਟ ਬੈਂਕ (ਸੀ ਆਰ ਆਰ ਬੀ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਯੋਗ ਫੰਡ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਟੈਂਪਰੇਰੀ ਘਾਟ ਜਾਂ ਵਿੱਤੀ ਸੰਕਟ ਕਾਰਨ ਡੈਮੇਜ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਰਾਇਆ ਲੇਟ ਹੋਣ ਕਾਰਨ/ਕਿਰਾਇਆ ਨਾ ਦੇਣ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਯੂਟਿਲਟੀ ਕੱਟੇ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਘਰੋਂ ਕੱਢੇ ਜਾਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਪੈਸੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਿਆਜ ਰਹਿਤ ਲੋਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-279-7170 ਜਾਂ www.ChimoServices.com/get-help/chimo-richmond-rent-bank

ਰਿਚਮੰਡ ਦਾ ਵਧ ਰਿਹਾ ਓਵਲ ਵਿਲਿਜ ਏਰੀਆ

3 | ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਬੈਂਕਿੰਗ

ਬੈਂਕ ਅਕਾਊਂਟ ਖੋਲ੍ਹਣਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਆਮ ਬੈਂਕਾਂ, ਔਨਲਾਈਨ ਬੈਂਕਾਂ, ਅਤੇ ਕਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬੈਂਕ ਅਕਾਊਂਟ ਖੋਲ੍ਹਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਬੈਲੇਂਸ ਨਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੁਝ ਬੈਂਕ ਅਕਾਊਂਟ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਫੀਸਾਂ ਚਾਰਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਫੀਸਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਏ ਟੀ ਐੱਮ ਵਿੱਚੋਂ ਪੈਸੇ ਕਢਾਉਣ, ਇੰਟਰੈਕ ਈ-ਟ੍ਰਾਂਸਫਰਜ਼, ਚੈੱਕਾਂ, ਅਤੇ ਬਿਲ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰਵਿਸ ਫੀਸਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੋਰਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਉਹ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ, ਮੌਰਗੇਜ ਲੋਨਜ਼ ਸਮੇਤ ਬੈਂਕਿੰਗ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬੈਂਕਾਂ ਦੀਆਂ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚਲੀਆਂ ਬਰਾਂਚਾਂ ਨੰਬਰ 3 ਰੋਡ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹਨ।

ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣਾ

ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਨੂੰ ਰਿਮਿਟੈਂਸ ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੋਰਨਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਬੈਂਕਾਂ, ਕਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨਾਂ, ਮਨੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਿਜ਼ਨਸ, ਚੈੱਕ ਕੈਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਿਜ਼ਨਸ ਅਤੇ ਕਰੰਸੀ ਐਕਸਚੇਂਜਿਜ਼। ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਆਊਟਲੈਟਸ ਪੋਸਟ ਆਫਿਸਾਂ, ਗਰੌਸਰੀ ਸਟੋਰਾਂ, ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਅਤੇ ਕਨਵੀਨੀਐਂਸ ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.canada.ca/en/financial-consumer-agency/services/payment/international-money-transfers.

ਟੈਕਸ ਦੇਣਾ

ਸੜਕਾਂ, ਪਾਰਕਾਂ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਲਈ ਪੈਸੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਟੈਕਸ ਚਾਰਜ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਟੈਕਸਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਟੈਕਸ: ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚਲੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉੱਪਰ 7 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਸੂਬਾਈ ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਪੀ ਐੱਸ ਟੀ) ਅਤੇ 5 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਫੈਡਰਲ ਸੇਲਜ਼ ਟੈਕਸ (ਜੀ ਐੱਸ ਟੀ) ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੈਕਸ ਤਕਰੀਬਨ ਕਦੇ ਵੀ ਦਿਖਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਲਾਨਾ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਭਰਨ ਵੇਲੇ ਟੈਕਸ ਕਰੈਡਿਟ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ: www.canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html.
- ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ: ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ। ਇਹ ਟੈਕਸ ਸਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਾਰਬੇਜ ਦੀ ਚੁਕਾਈ, ਅੱਗ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ, ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਦੀ ਰਿਪੇਅਰ। ਘਰ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/CityHall/finance/rates/PropertyTax.
- ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ: ਸਾਰੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਭਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹ ਫਾਰਮ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਭੇਜਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨਾਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਟੈਕਸ ਕਰੈਡਿਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬੈਨੇਫਿਟਸ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਨਕਮ ਟੈਕਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.canada.ca/en/revenue-agency.

4 | ਹੈਲਥਕੇਅਰ

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲੈਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ)

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲੈਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ) ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕਲੰਬੀਆ ਵਿਚਲੀ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਬਹੁਤੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਖਰਚਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਸਨੀਕਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਜਾਂ ਪੱਕੇ ਵਸਨੀਕ ਹਨ (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰੀ ਮਦਦ ਵਾਲੇ ਰਫਿਊਜੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ)। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਣ ’ਤੇ ਹੀ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਯੋਗ ਵਸਨੀਕਾਂ ਲਈ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਦਾ ਉਡੀਕ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਦਾ ਉਡੀਕ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪੂਰਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ ਜਿਹੜਾ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਇਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੈਡੀਕਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰੀਦਦੇ ਹਨ।

1 ਜਨਵਰੀ, 2020 ਤੋਂ ਬੀ.ਸੀ. ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਨਹੀਂ ਦੇਣੇ ਪੈਂਦੇ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਦੀ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਹੱਕਦਾਰੀ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਲਥ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ 604-683-7151 ’ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ www.health.gov.bc.ca/insurance ਉੱਪਰ ਜਾਓ।

ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ

ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ, ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਰਾਹੀਂ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਅਤੇ ਉਹ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਫੋਟੋ ਆਈ ਡੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਂਕ ਦਾ ਅਕਾਊਂਟ ਖੋਲ੍ਹਣਾ। ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲੈਣ ਲਈ: www.gov.bc.ca/BCServicesCard

ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣਾ

ਕਾਲਜ ਔਫ ਫਿਜ਼ੀਸ਼ਨਜ਼ ਐਂਡ ਸਰਜਨਜ਼ ਔਫ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.cpsbc.ca ਉੱਪਰ ਰਜਿਸਟਰਸ਼ੁਦਾ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਹੈ। ਦੋਸਤ, ਗੁਆਂਢੀ, ਸਾਥੀ-ਵਰਕਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰਿਚਮੰਡ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਔਫ ਫੈਮਿਲੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ, ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦਾ ਕਮਿਊਨਟੀ-ਆਧਾਰਿਤ ਗਰੁੱਪ ਹੈ ਜੋ ਮੁਢਲੇ ਇਲਾਜ, ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਮਦਦ ਦੇ ਖਾਸ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.DivisionsBC.ca/richmond.

ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ

ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਉਸੇ ਦਿਨ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਐਮਰਜੰਸੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿਚ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਲਈ www.MediMap.ca ’ਤੇ ਜਾਓ।

ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ

ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ (ਡੈਂਟਿਸਟਸ) ਦੀ ਲਿਸਟ www.YourDentalHealth.ca 'ਤੇ ਬੀ ਸੀ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਪਰ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਕਿਸੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿਚਲੀਆਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਕੁਝ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਲਈ ਬੈਨੇਫਿਟ ਪਲੈਨਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਨਿਗ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ

ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ 18 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਜਵਾਨਾਂ, ਅਤੇ 65 ਸਾਲ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ, ਨਜ਼ਰ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ (ਓਪਟੋਮੇਟ੍ਰਿਸਟ) ਵਲੋਂ ਇਕ ਵਾਰੀ ਚੈੱਕ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। 19 ਅਤੇ 64 ਸਾਲ ਦੀ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਟੈੱਸਟ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਵਲੋਂ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜੇ ਇਹ ਡਾਕਟਰੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਲਈ ਬੈਨੇਫਿਟ ਪਲੈਨਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਟੈੱਸਟਾਂ, ਨਿਗ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਅਤੇ ਕੌਨਟੈਕਟ ਲੈਨਜ਼ਾਂ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹੈਲਥੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਬੀ ਸੀ ਹੈਲਥੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਦਰਮਿਆਨੀ ਅਤੇ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ 19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਨਿਗ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/health-supplements-and-programs/healthy-kids

ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੰਸੀਆਂ

ਜੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਕੋਈ ਸੱਟ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੰਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਬਹੁਤੇ ਐਮਰਜੰਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਇਹ ਐਮਰਜੰਸੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੰਸੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ 8-1-1 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰਿਚਮੰਡ ਹਸਪਤਾਲ

ਰਿਚਮੰਡ ਹਸਪਤਾਲ ਜੋ ਕਿ 7000 ਵੈੱਸਟਮਿਨਸਟਰ ਹਾਈਵੇਅ ਉੱਪਰ ਸਥਿਤ ਹੈ, ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ, ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਅਗੇਤੇ ਦਖਲ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਅਕਿਊਟ ਕੇਅਰ ਤੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਤੱਕ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਈ ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੰਸੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੰਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨੂੰ ਜਾਉ ਜੋ ਕਿ ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ, ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ

ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ਲ ਲੈਂਗੂਏਜ ਸਰਵਿਸ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਬੋਲੀ ਦੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਅਤੇ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ਲ ਲੈਂਗੂਏਜ ਸਰਵਿਸ ਨਾਲ ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਲੋਂ ਬੁੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ

ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸ ਪਲੈਨ, ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ (ਅਗਲਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ) ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਯੋਗ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਲਈ ਬੈਨੇਫਿਟ ਪਲੈਨਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ

ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ, ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਯੋਗ ਦਵਾਈਆਂ, ਕੁਝ ਮੈਡੀਕਲ ਸਪਲਾਈਆਂ, ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਆਮਦਨ ਦੇ ਆਧਾਰ ਉੱਪਰ ਹੈ; ਜਿੰਨਾ ਘੱਟ ਪਰਿਵਾਰ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਓਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਮਦਦ ਕਈ ਡਰੱਗ ਪਲੈਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਫੇਅਰ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਪਲੈਨ ਹੈ। ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣ ਲਈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਹੈਲਥ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ 604-683-7151 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ www.gov.bc.ca/PharmaCare 'ਤੇ ਜਾਉ।

5 | ਪੜ੍ਹਾਈ

ਰਿਚਮੰਡ ਕੋਲ ਪਬਲਿਕ ਅਤੇ ਆਜ਼ਾਦ (ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ) ਸਕੂਲਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਸਕੂਲ ਸਿਸਟਮ ਹੈ। ਪਬਲਿਕ (ਸਰਕਾਰੀ) ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਪੂਰੇ ਫੰਡ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਫੀਸਾਂ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ। ਆਜ਼ਾਦ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪੈਸੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੇ ਆਜ਼ਾਦ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਫੀਸਾਂ ਦੇਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟਰਿਕਟ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ 48 ਸਕੂਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 38 ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਅਤੇ 10 ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਹਨ। ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਕਿੰਡਰਗਾਰਟਨ ਤੋਂ ਗਰੇਡ 7 ਤੱਕ ਹਨ। ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਗਰੇਡ 8 ਤੋਂ ਗਰੇਡ 12 ਤੱਕ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਲਈ ਜਾਂ ਕੈਚਮੈਂਟ ਏਰੀਏ ਲਈ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਕੈਚਮੈਂਟ ਏਰੀਏ ਵਿਚ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਰਿਚਮੰਡ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟਰਿਕਟ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ (www.Sd38.bc.ca) 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ 604-668-6000 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰਜ਼ ਇਨ ਸਕੂਲ (ਸਵਿਸ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਨਵੇਂ ਇਮੀਗਰਾਂਟਾਂ, ਰਫਿਊਜੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਯੋਗ ਕਲਾਇੰਟਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚ ਅਡਜਸਟ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਸੁਪੋਰਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-668-6596

ਆਜ਼ਾਦ (ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ) ਸਕੂਲ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਦਾ ਅਕਸ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਗੈਰ-ਧਾਰਮਿਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲ ਵੀ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/CityHall/archives/exhibits/schools/private ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚਲੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.FisaBC.ca ਜਾਂ 604-684-6023

ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ, ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਰੈਗੂਲਰ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ

ਸਕੂਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ (ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ) ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੈਗੂਲਰ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿਚ ਵਾਧੂ ਮਦਦ ਜਾਂ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਕਲਾਸਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਮਦਦ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਮੁਢਲੀ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਿਹੜੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਜਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਇਲਾਵਾ, ਕੋਈ ਹੋਰ ਜ਼ਬਾਨ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਰਿਚਮੰਡ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟਰਿਕਟ ਆਫਿਸ ਨੂੰ 604-668-6000 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਲਈ ਈ ਐੱਲ ਐੱਲ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਫਰੈਂਚ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਫਰੈਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਵਜੋਂ ਫਰੈਂਚ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫਰੈਂਕੋਫੋਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਸਕੂਲ ਅਗੇਤੇ ਜਾਂ ਲੇਟ ਫਰੈਂਚ ਇਮਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਫਰੈਂਚ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇ ਫਰੈਂਚ ਵਿਚ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਆਮ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿਚ ਇਕ ਵਜੋਂ ਵੀ ਫਰੈਂਚ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਰੈਂਕੋਫੋਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-214-2600 ਜਾਂ www.csf.bc.ca ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਫਰੈਂਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-668-6000 ਜਾਂ www.sd38.bc.ca/programs/elementary-programs/french-immersion

ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ (ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ)

ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿਚ ਦਾਖਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਵਾਂਟਲਨ ਪੌਲੀਟੈਕਨਿਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਕੇ ਪੀ ਯੂ), ਟ੍ਰਿਨੀਟੀ ਵੈਸਟਰਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਟੀ ਡਬਲਯੂ ਯੂ) ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਔਫ ਟੈਕਨੌਲੋਜੀ (ਬੀ ਸੀ ਆਈ ਟੀ) ਏਰੋਸਪੇਸ ਟੈਕਨੌਲੋਜੀ ਕੈਂਪਸ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਕੰਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ

ਬਾਲਗ ਆਪਣੇ ਪੜ੍ਹਨ ਜਾਂ ਹਿਸਾਬ ਦੇ ਹੁਨਰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ, ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕੰਮ ਦੇ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਕੋਰਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕੋਰਸ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਰਿਚਮੰਡ ਕੰਟੀਨਿਊਇੰਗ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-668-6123 ਜਾਂ ce.sd38.bc.ca

UpgradeBC.ca ਇਕ ਨਵਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਮਕਸਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਭਰ ਵਿਚ ਟਿਊਸ਼ਨ ਫੀਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਅਪਗਰੇਡਿੰਗ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੱਭਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖੋ

ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਮੂਵ ਹੋਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਪੱਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਨਵੀਂ ਜ਼ਬਾਨ ਸਿੱਖਣਾ ਹੈ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣਾ, ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਲਿਖਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਗਲਿਸ਼ ਐਜ਼ ਏ ਸੈਕੰਡ ਲੈਂਗੂਏਜ (ਈ ਐੱਸ ਐੱਲ) ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਕਲਾਸਾਂ ਹਨ।

ਲੈਂਗੂਏਜ ਇਨਸਟਰੱਕਸ਼ਨ ਫਾਰ ਨਿਊਕਮਰਜ਼ ਟੂ ਕੈਨੇਡਾ (ਐੱਲ ਆਈ ਐੱਨ ਸੀ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦਾ ਮੁਢਲਾ ਅਤੇ ਦਰਮਿਆਨਾ ਪੱਧਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀਆਂ ਇਹ ਮੁਫਤ ਕਲਾਸਾਂ ਸਿਖਾਂਦਰੂ ਦੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਪੜ੍ਹਨ, ਲਿਖਣ, ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਗੀਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋਕਲ ਕਮਿਊਨਟੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਸਿੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਪੱਕੇ ਵਸਨੀਕ ਅਤੇ 17 ਸਾਲ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਐੱਲ ਆਈ ਐੱਨ ਸੀ ਕਲਾਸਾਂ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਿੰਨ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ:

ਆਈ ਐੱਸ ਐੱਸ ਔਫ ਬੀ ਸੀ (ISS*of*BC)
150 – 8400 Alexandra Road
604-233-7077
www.IssBC.org/service-types/linc-language-instruction-for-newcomers-to-canada

ਸਕਸੈੱਸ (S.U.C.C.E.S.S.)
ਰਿਚਮੰਡ ਲੈਂਗੂਏਜ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ (ਸਥਾਨ 1)
200 – 8171 Alexandra Road
604-638-9881 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 1

ਰਿਚਮੰਡ ਲੈਂਗੂਏਜ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ (ਸਥਾਨ 2)
230 – 8291 Alexandra Road
604-638-9881 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 2
www.IsipOnline.ca/services/english-learning

ਰਿਚਮੰਡ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟਰਿਕਟ (Richmond School District)
6640 Blundell Road
778-297-7090 ਜਾਂ 604-668-6000
www.ce.sd38.bc.ca/linc-1

ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਲਾਸਾਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਗੈਰਰਸਮੀ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਵਸੀਲੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ:

ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰ (Community Centres)
ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਥਾਨ 604-276-4300
www.richmond.ca/ParksRec/about/guide

ਇੰਗਲਿਸ਼ ਕੌਰਨਰ (English Corner)
ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਥਾਨ
www.EnglishCorner.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (Richmond Multicultural Community Services)
210 – 7000 Minoru Boulevard
604-279-7160
www.rmcs.bc.ca/english-conversation-class

ਰਿਚਮੰਡ ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀ (Richmond Public Library)
100 – 7700 Minoru Gate
604-231-6422
www.YourLibrary.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਲੈਂਗੂਏਜ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰ (ਸਥਾਨ 2) (Richmond Language Service Centre) (Site 2)
230 – 8291 Alexandra Road
604-638-9881 ਐਕਸਟੈਨਸ਼ਨ 2
www.IsipOnline.ca/services/english-learning

6 | ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਇੰਨੇ ਕੁ ਵੱਡੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਖਿਆਲ ਰੱਖ ਸਕਣ। ਕੈਨੇਡਾ ਸੇਫਟੀ ਕੌਂਸਲ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ 10 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕਾਰ ਵਿਚ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਛੱਡੇ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ (ਜਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਡੇਅਕੇਅਰ' ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਲਈ ਖਰਚਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਉਪਲਬਧ ਹਨ: ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਅਤੇ ਲਸੰਸ-ਰਹਿਤ।

ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਸੂਬੇ ਵਲੋਂ ਤੈਅ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਿਆਰ ਪੂਰੇ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੇਫਟੀ, ਸਟਾਫ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਮਹਿਕਮੇ ਵਲੋਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਕੁਆਲਟੀ ਦੀ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/services/CommunitySocialDev/ChildCare/FindingChildCareInRichmond.

ਲਸੰਸ-ਰਹਿਤ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਜਾਂ ਲਸੰਸ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ (ਐੱਲ ਐੱਨ ਆਰ) ਵਾਲੀ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਕੰਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਜਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਲਸੰਸ-ਰਹਿਤ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਲਸੰਸ-ਰਹਿਤ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਕੋਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਰਸਮੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਜਾਂ ਤਜਰਬਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰਿਚਮੰਡ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਰੀਸੋਰਸ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸੈਂਟਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਕਿ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਏ ਲਸੰਸ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਵਾਲੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿੱਥੇ ਲੱਭਣੇ ਹਨ: www.rcrg.org/WhatWeDo/RcrgPrograms/child-care-resource-referral-centre/child-care-referrals.

ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਦਦ

ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬੈਨੇਫਿਟ ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਪੇਮੈਂਟ ਹੈ। ਆਮਦਨ, ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸਾਈਜ਼ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਕਿਸਮ ਵਰਗੇ ਪੱਖ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਮਦਦ ਮਿਲਣੀ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਹਰ ਸਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/child-care-funding/child-care-benefit.

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਮਦਦ ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਸੁਪੋਰਟਿਡ ਚਾਇਲਡ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਲੈਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਚੋਣਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਲਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ ਨਾਲ, ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 19 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ, ਡੇਅ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਵਾਧੂ ਮਦਦਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.rscl.org/supported-child-development.

ਸਪੈਸ਼ਲ ਨੀਡਜ਼ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਅਫੋਰਡੇਬਲ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਬੈਨੇਫਿਟ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/child-care-funding/child-care-benefit.

ਰਿਚਮੰਡ ਕਿਡਜ਼ ਸਰਵਿਸ ਫਾਈਂਡਰ ਟੂਲ ਕਿਸੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ (ਛੇ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ) ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਇਕ ਲੜੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਰਵਿਸ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ ਜੋ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.RichmondKids.ca/en/service_finder.

ਚਿਲਡਰਨ ਐਂਡ ਯੂਥ ਵਿਦ ਸਪੈਸ਼ਲ ਨੀਡਜ਼ (ਸੀ ਵਾਈ ਐੱਸ ਐੱਨ) ਦਾ ਸਟਾਫ ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਕਿ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਜਵਾਨ ਲਈ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਹੋਰ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਰਕਰ ਲੱਭਣ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/youth-and-family-services/special-needs-supports-for-families.

7 | ਇੱਧਰ ਉੱਧਰ ਜਾਣਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ 73 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਟਰੇਲਾਂ (ਪਗਡੰਡੀਆਂ) ਹਨ ਅਤੇ 78 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਰਾਹ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਈ ਪੁਲਾਂ ਅਤੇ ਇਕ ਟਨਲ ਰਾਹੀਂ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਗੁਆਂਢੀ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਦੀ ਦੋ ਵੱਡੇ ਫ੍ਰੀਵੇਅ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਕ ਤੇਜ਼ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਲਾਈਨ ਅਤੇ ਦੋ ਰੇਲਵੇ ਲਾਈਨਾਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਦੋ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੀਅਪੋਰਟਸ ਵੀ ਹਨ ਅਤੇ ਵੈਨਕੂਵਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਏਅਰਪੋਰਟ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਸੀਅ ਆਈਲੈਂਡ ਉੱਪਰ ਹੈ।

ਤੁਰਨਾ

ਤੁਰਨਾ ਕਸਰਤ ਦਾ ਇਕ ਹੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਰੂਪ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਤੁਰਨ ਲਈ 70 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਟਰੇਲਾਂ (ਪਗਡੰਡੀਆਂ) ਹਨ। ਤੁਰਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਟਰੇਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਲਈ: www.richmond.ca/parks/trails/trails-map/map

ਤੁਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਦਾ ਇੰਟਰਸੈਕਸ਼ਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਕਰੌਸਵਾਕ 'ਤੇ ਸਟਰੀਟਾਂ ਟੱਪਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਟਰੈਫਿਕ ਲਾਈਟਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਟਰੀਟ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਟੱਪਣਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਜੇਅਵਾਕਿੰਗ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਟਰੀਟ ਟੱਪਣ ਵੇਲੇ ਪਹਿਲਾਂ ਖੱਬੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸੱਜੇ ਦੇਖੋ।

ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦਾ ਪਬਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਰਿਚਮੰਡ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਹ ਸਕਾਈਟ੍ਰੇਨ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਲਾਈਨਾਂ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਲਾਈਨ ਰਿਚਮੰਡ ਨੂੰ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਵੈਨਕੂਵਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਏਅਰਪੋਰਟ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਐਕਸਪੋ ਲਾਈਨ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਨੂੰ ਬਰਨਬੀ, ਨਿਊ ਵੈੱਸਟਮਿਨਸਟਰ ਅਤੇ ਸਰੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਮਿਲੈਨੀਅਮ ਲਾਈਨ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਨੂੰ ਬਰਨਬੀ ਅਤੇ ਕੋਕਿਟਲਮ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਬੱਸਾਂ, ਸੀਅਬੱਸ (ਇਕ ਫੈਰੀ ਜਿਹੜੀ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਨੂੰ ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਅਤੇ ਨੌਰਥ ਸ਼ੋਅਰ ਵਿਚਕਾਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ), ਅਤੇ ਵੈੱਸਟ ਕੋਸਟ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ (ਡਾਊਨਟਾਊਨ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਮਿਸ਼ਨ ਵਿਚਕਾਰ ਇਕ ਯਾਤਰੀ ਰੇਲ ਸਰਵਿਸ) ਵੀ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਰੂਟਾਂ, ਟ੍ਰਾਂਜ਼ਿਟ ਪਾਸਾਂ (ਕੰਪਸ ਕਾਰਡਾਂ) ਅਤੇ ਕਿਰਾਇਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-953-3333 ਜਾਂ www.TransLink.ca

ਟ੍ਰਾਂਸਲਿੰਕ ਹੈਂਡੀਡਾਰਟ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਡੋਰ-ਟੂ-ਡੋਰ ਸਾਂਝੀ ਸਵਾਰੀ ਵਾਲੀ ਬੱਸ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਫਰ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-953-3680 ਜਾਂ www.TransLink.ca/Rider-Guide/Accessible-Transit/HandyDART

ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਦੀ ਪੱਧਰੀ ਧਰਤੀ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਕੋਲ ਸਟਰੀਟ ਉੱਪਰ ਬਾਈਕ ਰੂਟਾਂ ਅਤੇ ਸਟਰੀਟ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹਾਂ ਟਰੇਲਾਂ ਅਤੇ ਗਰੀਨਵੇਅਜ਼ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਹੈ। ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਵੇਲੇ ਹੈਲਮੈਟ ਪਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਵਿਚ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਜੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੈਲਮੈਟ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਰੂਟਾਂ, ਸੇਫਟੀ ਲਈ ਸੁਝਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ www.richmond.ca/cycling

ਰੇਲਵੇ ਗਰੀਨਵੇਅ

ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ

ਕਾਰ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਯੋਗ ਲਸੰਸ ਅਤੇ ਗੱਡੀ ਦੀ ਮੁਢਲੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਆਟੋਪਲੈਨ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੂਬੇ ਜਾਂ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ, ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਇੱਥੇ ਮੂਵ ਹੋ ਜਾਣ 'ਤੇ 90 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਈ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਆਟੋਪਲੈਨ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਟੋਪਲੈਨ ਬਰੋਕਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਔਫ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ (ਆਈ ਸੀ ਬੀ ਸੀ) ਗੱਡੀ ਦੀ ਮੁਢਲੀ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ, ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਲਈ ਪਛਾਣ ਦੇ ਸਬੂਤ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਕਲੇਮ ਸਰਵਿਸ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ। ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਲਸੰਸ ਲਈ ਆਈ ਸੀ ਬੀ ਸੀ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਇਸੰਸਿੰਗ ਦਫਤਰ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਅਪਲਾਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.icbc.com

- **ਸਪੀਡਿੰਗ:** ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ; ਮੁੱਖ ਸੜਕਾਂ ਉੱਪਰ ਸਪੀਡ ਲਿਮਿਟ 50 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਹੈ। ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਪੀਡ ਲਿਮਿਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 30 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਹੈ।
- **ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ:** ਸਾਰੇ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਅਤੇ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਲਈ ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਲਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਾਰ ਵਿਚ ਸੀਟਬੈਲਟ ਨਾ ਲਾ ਕੇ ਬੈਠੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਟਿਕਟ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- **ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ:** ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟ ਵਿਚ ਬੈਠੇ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

www.icbc.com/road-safety/safer-drivers

www.tc.gc.ca.

ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ

ਡਰਾਈਵ ਬੀ ਸੀ ਆਮ ਰੂਟਾਂ, ਸੜਕ ਦੇ ਨਕਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਦੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.DriveBc.ca

ਵਾਕ ਰਿਚਮੰਡ ਵਸੀਨਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਲ ਭਾਰ ਤੁਰਨ ਦੇ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/walk

ਕਾਰ ਸ਼ੇਅਰਿੰਗ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਇੱਧਰ ਉੱਧਰ ਜਾਣ ਦਾ ਇਕ ਚੰਗਾ ਤਰੀਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਖਰਚਾ ਕਾਰ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਚਲਾਉਣ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੰਪਨੀਆਂ ਗੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਦਿਨ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਪਾਰਕਿੰਗ ਥਾਂਵਾਂ ਸਰੀਰਕ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਰਿਜ਼ਰਵ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਪਾਰਕਿੰਗ ਥਾਂ ਵਿਚ ਗੱਡੀ ਪਾਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਖਾਸ ਪਰਮਿਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਲੋਕ ਰਿਚਮੰਡ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਦੇ ਦਫਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਪਾਰਕਿੰਗ ਪਰਮਿਟ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ (www.rcdRichmond.org)। ਪ੍ਰੋਸੈੱਸ ਕਰਨ ਦੀ ਫੀਸ ਨਾਲ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਸ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਇਸ 'ਤੇ ਦਸਖਤ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

8 | ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ

ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਜਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਸਿਨ) ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਸੈਂਟਰ ਨੂੰ ਜਾਉ ਜਾਂ 1-866-274-6627 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਸੈਂਟਰ 350-5611 ਕੂਨੀ ਰੋਡ ਉੱਪਰ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਾਂ ਸਿਨ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ: www.canada.ca/en/employment-social-development/services/sin/reports/apply.

ਕੰਮ ਲੱਭਣਾ

- ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜੌਬ ਮੇਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਵੀ ਲਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਰੈਜ਼ਮੇ ਲਿਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ ਦੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਸਫਾ 3 'ਤੇ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਦੋਸਤਾਂ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਕੋਲ ਵੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਜੌਬਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜੌਬ ਸਰਚ ਸਾਈਟਾਂ ਉੱਪਰ ਜੌਬ ਪੋਸਟਿੰਗਜ਼ ਔਨਲਾਈਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਆਪਣੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਉੱਪਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਇਸ ਕਰਕੇ ਜੌਬਾਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਹ ਵੀ ਇਕ ਚੰਗੀ ਥਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।
- ਸਥਾਨਕ ਅਖਬਾਰ ਦੇ ਕਲਾਸੀਫਾਇਡ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿਚ ਜੌਬਾਂ ਦੀ ਪੋਸਟਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਔਨਲਾਈਨ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਹੁਨਰਮੰਦ ਇਮੀਗਰਾਂਟਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਕੈਰੀਅਰ ਪਾਥ ਫਾਰ ਸਕਿਲਡ ਇਮੀਗਰਾਂਟਸ (Career Paths for Skilled Immigrants) ਇਮੀਗਰਾਂਟਾਂ ਦੀ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੁਨਰਾਂ, ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਕੌਂਸਲਰ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੀ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਕਰਵਾਉਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਲਸੰਸਾਂ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਕਿਸੇ ਮੈਨਟੋਰ (ਸਲਾਹਕਾਰ) ਨਾਲ ਵੀ ਮੇਲ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕੈਰੀਅਰ ਦੇ ਫੀਲਡ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਨੈਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕੋਚਿੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.CareerPaths.ca

ਵਰਕ ਬੀ ਸੀ (WorkBC) ਜੌਬਾਂ ਲੱਭਣ, ਕੈਰੀਅਰ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ ਸੁਧਾਰਨ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਕੌਂਸਲਿੰਗ, ਰੈਜ਼ਮੇ ਅਤੇ ਕਵਰ ਲੈਟਰ ਲਿਖਣ ਬਾਰੇ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਕਿੱਤੇ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਟਰੇਨਿੰਗ, ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਜਾਂ ਤਨਖਾਹ ਦੀ ਸਬਸਿਡੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 778-732-4718 (ਰਿਚਮੰਡ ਲੋਕੇਸ਼ਨ) ਜਾਂ www.WorkBc.ca

ਸਕਸੈੱਸ ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (S.U.C.C.E.S.S. Employment Services) ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕੈਰੀਅਰਜ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ, ਮੰਗ ਵਾਲੀਆਂ ਜੌਬਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਲਈ: 604-279-7180 ਜਾਂ www.SuccessBc.ca/service-categories/employment

ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰਾਂ ਦੀ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਕਰਵਾਉ

ਅਸੈੱਸਮੈਂਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਤਸਦੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੂਸਰੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਡਿਗਰੀ, ਡਿਪਲੋਮਾ, ਜਾਂ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ (ਜਾਂ ਹਰ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰ ਦਾ ਸਬੂਤ) ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਡਿਗਰੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਰੈਗੂਲੇਟਡ ਕਿੱਤੇ ਵਿਚ ਜੌਬ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕ੍ਰੀਡੈਂਸ਼ਲ ਇਵੈਲੂਏਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿਚ ਸੂਬੇ ਦੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਇਵੈਲੂਏਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ ਹੈ: 604-432-880 ਜਾਂ www.bcit.ca/ices

ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨਾ

ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨਾ, ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ, ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਤਜਰਬਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਰੈਜ਼ਮੇ ਵਿਚ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ, ਆਪਣੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ: iCanHelp.richmond.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਕੇਅਰਜ਼, ਰਿਚਮੰਡ ਗਿਵਜ਼ ਇਕ ਔਨਲਾਈਨ ਹੱਬ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ: 604-279-7020 ਜਾਂ www.rcrg.org

ਕੋਈ ਬਿਜ਼ਨਸ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਅਤੇ ਤਰੱਕੀ ਕਰਦੀ ਬਿਜ਼ਨਸ ਕਮਿਊਨਟੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸਥਾਨਕ, ਇਲਾਕਾਈ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਰਕੀਟਾਂ ਨਾਲ ਕੋਨੈਕਸ਼ਨ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਇਕਨੌਮਿਕ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਆਫਿਸ, ਬਿਜ਼ਨਸ ਲਈ ਰਿਚਮੰਡ ਦੀ ਲੋਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ, ਮਿਊਨਿਸਪਲ ਪਰਮਿਟ, ਲਸੰਸ ਲੈਣ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਬਿਜ਼ਨਸ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਇਲਾਕਾਈ ਬਿਜ਼ਨਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.BusinessInRichmond.ca

ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ

ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ (WorkSafeBC) ਕੰਮ ’ਤੇ ਸੱਟਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੰਮ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੱਟ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ, ਕੰਮ ’ਤੇ ਵਾਪਸੀ ਲਈ ਰੀਹੈਬਲੀਟੇਸ਼ਨ, ਮੁਆਵਜ਼ਾ, ਇਲਾਜ ਦੇ ਬੈਨੇਫਿਟਸ ਅਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਧਿਰਾਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:1-888-967-5377 ਜਾਂ www.WorkSafeBc.com

ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਐਕਟ (The Employment Standards Act) ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਵਰਕਰ ਦੇ ਓਵਰਟਾਈਮ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਦੇ ਹੱਕ, ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਛੁੱਟੀ, ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਈ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸਮੱਸਿਆ ਅਜੇ ਵੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 1-800-663-3316 ’ਤੇ ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਸਟੈਂਡਰਡਜ਼ ਬਰਾਂਚ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards

ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ। ਬੀ ਸੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕਲੀਨਿਕ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 1-855-685-6222 ਜਾਂ www.bchrc.net

ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ (ਈ ਆਈ) ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਦੋਂ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.canada.ca/en/services/benefits/ei

ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਵਸੀਲ

ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਕੋਲ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਕੈਰੀਅਰ ਦੇ ਮੌਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਜੌਬ ਲਿਸਟਿੰਗਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਦੇਖਣ ਲਈ: www.richmond.ca/careers/OurCareers/city-opportunities/CurrentPostings

ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਫਾਰ ਪੀਪਲ ਵਿਦ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਸਥਾ ਵਿਚਲੇ ਰੋਲਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਾਲ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹਿਊਮਨ ਰੀਸੋਰਸਿਜ਼ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨਾਲ hr@richmond.ca

ਸਮਾਲ ਬਿਜ਼ਨਸ ਬੀ ਸੀ ਸੈਮੀਨਾਰ ਲਗਾ ਕੇ, ਵਸੀਲੇ ਅਤੇ ਸੇਧ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਬਿਜ਼ਨਸ ਵਧਾਉਣ ਵਿਚ ਉੱਦਮੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿੱਧੀ ਇਕ ਤੋਂ ਇਕ ਦੀ ਮਦਦ, ਟੂਲਜ਼ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਲਈ ਬਿਜ਼ਨਸ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.SmallBusinessBc.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਚੈਂਬਰ ਔਫ ਕਮਰਸ ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਬਿਜ਼ਨਸ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤਕਰੀਬਨ 1,000 ਮੈਂਬਰ ਬਿਜ਼ਨਸਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬਿਜ਼ਨਸ ਵੱਖ ਵੱਖ ਇੰਡਸਟਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਤੋਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਨੈਸ਼ਨਲ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ, ਦਰਮਿਆਨੇ ਆਕਾਰ ਦੀਆਂ ਫਰਮਾਂ, ਉੱਦਮੀ ਸਟਾਰਟ-ਅੱਪਸ, ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.RichmondChamber.ca

ਟੇਰਾ ਨੋਵਾ ਰੂਰਲ ਪਾਰਕ ਵਿਖੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨਾ

**ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਪਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.richmond.ca/COVID19 'ਤੇ ਜਾਉ।*

9 | ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਖੇਡਣਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਾਰਕ, ਟਰੇਲਾਂ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਕਮਿਊਨਟੀ ਲਈ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਾਰਕ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪਲੇਅਗਰਾਊਂਡ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਏਰੀਏ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਨਿਸ ਕੋਰਟਸ ਅਤੇ ਸੌਕਰ ਫੀਲਡਜ਼। ਰਿਚਮੰਡ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤੀ ਸਥਾਨ ਵੀ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਸਥਾਨ*

ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਸਥਾਨ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ, ਨਵੀਂਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨੌਂ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਚਾਰ ਪੂਲ, ਅਤੇ ਦੋ ਅਰੀਨੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਸਾਰੀਆਂ ਉਮਰਾਂ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਫਿਟਨੈੱਸ ਸੈਂਟਰ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਨ ਲਈ ਡਰੌਪ-ਇਨ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲਿੰਕ

- ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ: www.richmond.ca/ParksRec/centres/locations
- ਪੂਲਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਦਾਖਲੇ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ: www.richmond.ca/pools
- ਅਰੀਨਾਜ਼ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/arenas
- ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣ ਲਈ: www.richmond.ca/register

**ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਪਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.richmond.ca/COVID19 'ਤੇ ਜਾਉ।*

ਮਿਨੋਰੂ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਐਕਟਿਵ ਲਿਵਿੰਗ

ਮਿਨੋਰੂ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਐਕਟਿਵ ਲਿਵਿੰਗ*

ਮਿਨੋਰੂ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਐਕਟਿਵ ਲਿਵਿੰਗ ਇਕ 110,000 ਵਰਗ ਫੁੱਟ ਸਥਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਕੁਆਟਿਕ ਸੈਂਟਰ, ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਸੈਂਟਰ, ਫਿਟਨੈੱਸ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਮਿਨੋਰੂ ਪਾਰਕ ਦੀਆਂ ਬਾਹਰੀ ਸਪੋਰਟਸ ਲਈ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹਨ। ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਸੈਂਟਰ 55 ਸਾਲ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਉਮਰ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਸਥਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਬਾਹਰੀ ਟ੍ਰਿਪ, ਖਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਕਲੀਨਿਕ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.MinoruCentre.ca ’ਤੇ ਜਾਉ।

ਰਿਚਮੰਡ ਓਲੰਪਿਕ ਓਵਲ

ਰਿਚਮੰਡ ਓਲੰਪਿਕ ਓਵਲ, ਖੇਡਾਂ, ਸਿਹਤ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਲਈ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ ਦਾ ਸੈਂਟਰ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਸਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਹੈ। ਇਹ 2010 ਦੀਆਂ ਸਰਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਓਲੰਪਿਕਸ ਵਿਚ ਸਪੀਡ ਸਕੇਟਿੰਗ ਦਾ ਸਥਾਨ ਸੀ, ਅਤੇ ਇਹ ਓਲੰਪਿਕ ਸਥਾਨ ਤੋਂ ਖੇਡਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਕਮਿਊਨਟੀ ਦੇ ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਇਕ ਗਲੋਬਲ ਮਾਪ-ਦੰਡ ਹੈ। ਓਵਲ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ www.RichmondOval.ca ’ਤੇ ਜਾਉ।

ਆਰਟਸ, ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ*

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਈ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤੀ ਥਾਂਵਾਂ ਹਨ, ਸਮੇਤ ਕਲਚਰਲ ਸੈਂਟਰ ਦੇ ਜੋ ਕਿ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ, ਆਰਟਸ ਸੈਂਟਰ, ਆਰਟ ਗੈਲਰੀ ਅਤੇ ਆਰਕਾਈਵਸ ਲਈ ਘਰ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਕਈ ਜਨਤਕ ਵਿਰਾਸਤੀ ਥਾਂਵਾਂ ਵੀ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀਆ ਹੈਰੀਟੇਜ ਸ਼ਿਪਯਾਰਡ, ਲੰਡਨ ਫਾਰਮ, ਮਿਨੋਰੂ ਚੈਪਲ, ਸਟੀਵਸਟਨ ਮਿਊਜ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਸਟੀਵਸਟਨ ਇੰਟਰਅਰਬਨ ਟਰੈਮ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤੀ ਥਾਂਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ: www.richmond.ca/culture/about/mandate.

ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਟਰੇਲਾਂ*

ਰਿਚਮੰਡ ਆਪਣੇ ਵਧੀਆ ਕੁਆਲਟੀ ਦੇ ਪਾਰਕਾਂ, ਟਰੇਲਾਂ, ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਧੀਆ ਸ਼ਹਿਰੀ ਖੇਤਰਾਂ ਲਈ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਪੰਜ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਲੰਮੀ ਰੇਲਵੇ ਗਰੀਨਵੇਅ ਟਰੇਲ ’ਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਤੁਰਨ ਲਈ ਰੂਟ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵਾਲੇ ਪੋਆਇੰਟ ਹਨ। ਟੇਰਾ ਨੋਵਾ ਰੂਰਲ ਪਾਰਕ 63 ਏਕੜ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਪਾਰਕ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਤਿਹਾਸਕ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ, ਇਕ ਕਮਿਊਨਟੀ ਗਾਰਡਨ, ਇਕ ਪਿਕਨਿਕ ਏਰੀਆ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਸਾਹਸ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਪਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਟਰੇਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ www.richmond.ca/parks/about/ptc-overview ’ਤੇ ਜਾਉ।

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਟੂਰ*

ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਟੂਰ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਹਿਰੀ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਸ ਟੂਰ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਢਾਈ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਹਨ

**ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਪਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.richmond.ca/COVID19 ’ਤੇ ਜਾਉ।*

ਅਤੇ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਟੀ ਹਾਲ ਅਤੇ ਸਿਟੀ ਦੇ ਇਕ ਹੋਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰਿਕਰੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤੀ ਸਥਾਨ, ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ, ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਟਰੇਲਾਂ। ਟੂਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਇਮੀਗਰਾਂਟਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ inclusion@richmond.ca 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਰਿਚਮੰਡ ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀ

ਰਿਚਮੰਡ ਪਬਲਿਕ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਕੋਲ ਆਪਣੀਆਂ ਚਾਰ ਬਰਾਂਚਾਂ – ਬ੍ਰਿਗਹਾਊਸ (ਮੁੱਖ ਬਰਾਂਚ), ਆਇਰਨਵੁੱਡ, ਸਟੀਵਸਟਨ, ਅਤੇ ਕੈਂਬੀ ਵਿਚ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਵਸੀਲੇ ਹਨ। ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦੇ ਕਾਰਡ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਮੈਗਜ਼ੀਨ, ਸੀ ਡੀਜ਼, ਡੀ ਵੀ ਡੀਜ਼ ਅਤੇ ਈਬੁੱਕਾਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ, ਟੀਨਜ਼ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਸਟੋਰੀ ਟਾਈਮਜ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦਾ ਕਾਰਡ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ www.YourLibrary.ca 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਆਜ਼ਾਦ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਅਤੇ ਉਮਰਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਾਕੀ, ਕਰਲਿੰਗ, ਸੌਕਰ, ਸੌਫਟਬਾਲ, ਟਰੈਕ ਐਂਡ ਫੀਲਡ, ਜਿਮਨਾਸਟਿਕਸ, ਰੈਕਟ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਪੋਰਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟਿੰਗ ਲਈ: www.richmond.ca/discover/com-resources/organizations/sports

ਐਥਨਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਰਿਚਮੰਡ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ, ਬੋਲੀਆਂ, ਰਵਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਦਸਤੂਰਾਂ ਦਾ ਘਰ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਨਾਲ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਏ ਹਨ। ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਨਵੇਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਥਨਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਲਈ: www.richmond.ca/discover/com-resources/organizations/arts.htm#EthnicGroups.

ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਕਲਚਰ ਡੇਅਜ਼

ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

ਰਿਚਮੰਡ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅਕੀਦਿਆਂ, ਧਰਮਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਅਮਲਾਂ ਵਾਲਾ ਭਾਈਚਾਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੰਬਰ 5 ਰੋਡ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਹਾਈਵੇਅ ਟੂ ਹੈਵਨ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਪਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਚਰਚ, ਮਸਜਿਦਾਂ, ਟੈਂਪਲ (ਮੰਦਰ) ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸਕੂਲ ਹਨ, ਅਕਸਰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ। ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਲਈ: www.rcrg.org/CommunityServicesDirectory

**ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਪਰ ਕੋਵਿਡ–19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.richmond.ca/COVID19 'ਤੇ ਜਾਉ।*

10 | ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ

ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ

ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ (ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਪੇਮੈਂਟਾਂ) ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਨੂੰ ਵੈਲਫੇਅਰ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਯੋਗ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਇਕ ਹਾਲਤ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਉਹ ਮਨਿਸਟਰੀ ਔਫ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਐਂਡ ਪੌਵਰਟੀ ਰਿਡਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ: 1-866-866-0800 ਜਾਂ www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/income-assistance

ਰਿਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸਬਸਿਡੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਰਿਕਰੀਏਸ਼ਨ ਫੀ ਸਬਸਿਡੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਆਰ ਐੱਫ ਐੱਸ ਪੀ)* ਸਾਰੀਆਂ ਉਮਰਾਂ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਰਿਕਰੀਏਸ਼ਨ ਸਥਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਇਕ ਤੰਗੀ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਵਸਨੀਕ ਮਾਇਕ ਮਦਦ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਅਤੇ ਆਮ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵਾਲੀਆਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਣ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-247-4909 ਜਾਂ www.richmond.ca/subsidy

ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਰਿਕਰੀਏਸ਼ਨ ਐਕਸੈੱਸ ਕਾਰਡ* ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਪੱਕੀ ਡਿਏਬਿਲਟੀ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ, ਅਕੁਆਟਿਕ ਸੈਂਟਰਾਂ, ਅਰੀਨਾਜ਼ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਥਾਂਵਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਲਈ 50 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਡਿਸਕਾਊਂਟ ਲੈਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਸਿਟੀ ਹਾਲ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਤੋਂ ਚੁੱਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-247-4909 ਜਾਂ www.richmond.ca/services/CommunitySocialDev/accessibility/card

ਕਿਡਸਪੋਰਟ 18 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋੜਵੰਦ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੋਵੇ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-812-4042 ਜਾਂ www.KidSportCanada.ca

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਟਾਇਰ ਜੰਪਸਟਾਰਟ ਚਾਰ ਤੋਂ 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕਣ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-247-4909 ਜਾਂ www.JumpStart.CanadianTire.ca

ਕੋਈ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਹੋਣਾ

ਰਿਚਮੰਡ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ (ਆਰ ਸੀ ਡੀ) ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੈੱਟਵਰਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵਸੀਲੇ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਰ ਸੀ ਡੀ ਕਰੌਸ-ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਪਹੁੰਚ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਉੱਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੰਟਰੋਲ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-232-2404 ਜਾਂ www.rcdRichmond.org

ਰਿਚਮੰਡ ਥੈਰੇਪਿਊਟਿਕ ਰਾਈਡਿੰਗ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਆਰ ਟੀ ਆਰ ਏ) ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਘੋੜ ਸਵਾਰੀ ਦਾ ਇਕ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-241-7837 ਜਾਂ www.RichmondTherapeuticRiding.com

ਰਿਚਮੰਡ ਸੁਸਾਇਟੀ ਫਾਰ ਕਮਿਊਨਟੀ ਲਿਵਿੰਗ (ਆਰ ਐੱਸ ਸੀ ਐੱਲ) ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿਚ ਬਦਲਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਟੀ ਮਾਹਰਾਂ, ਮਨਿਸਟਰੀ ਔਫ ਚਿਲਡਰਨ ਐਂਡ ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਟੀ ਲਿਵਿੰਗ ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਰੈਫਰਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-279-7040 ਜਾਂ www.rscl.org

ਪੈਸੇਫਿਕ ਔਟਿਜ਼ਮ ਫੈਮਿਲੀ ਨੈੱਟਵਰਕ (ਪੀ ਏ ਐੱਫ ਐੱਨ) ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿਚਲੇ ਔਟਿਜ਼ਮ ਸਪੈਕਟ੍ਰਮ ਡਿਸਔਰਡਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਮਦਦਾਂ ਦਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਭੰਡਾਰ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘਣ ਲਈ ਮਦਦ ਲੱਭ ਰਹੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ "ਇਕ ਥਾਂ 'ਤੇ" ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖੋਜ, ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਿੱਖਿਆ, ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਮਦਦ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਧੁਨਿਕ ਵਸੀਲੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-207-1980 ਜਾਂ www.PacificAutismFamily.com

ਐਮਰਜੰਸੀ ਵਿਚ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼

ਰਿਚਮੰਡ ਹਾਊਸ ਐਮਰਜੰਸੀ ਸ਼ੈਲਟਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਰਦਾਂ ਲਈ 20 ਬੈੱਡ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਲਈ 10 ਬੈੱਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਬੇਘਰੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੰਸੀ ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕਲਾਇੰਟਸ ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਖਾਣੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਸਰਿਆਂ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-276-2490 ਜਾਂ www.SalvationArmyRichmond.org/?page_id=73

ਰਿਚਮੰਡ ਫੂਡ ਬੈਂਕ ਰਿਚਮੰਡ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ ਲੋੜਵੰਦ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹਫਤੇ ਵਿਚ ਪੰਜ ਦਿਨ ਮੁਫਤ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸੱਟ, ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਡੀਪੂ 'ਤੇ ਆਉਣ ਦੇ ਅਯੋਗ ਹਨ, ਉਹ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਨੋਟ ਨਾਲ ਗਰੌਸਰੀ ਡਲਿਵਰੀ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-271-5609 ਜਾਂ www.RichmondFoodBank.org

ਰਿਚਮੰਡ ਫੂਡ ਸਕਿਉਰਟੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਵਾਲੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਖਾਣਿਆਂ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਕਿਚਨਾਂ ਅਤੇ ਕੁੱਕਿੰਗ ਕਲੱਬਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-244-7377 ਜਾਂ www.RichmondFoodSecurity.org/hungry

ਔਰਤਾਂ, ਸੀਨੀਅਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ

ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਮਨਜ਼ ਰੀਸੋਰਸ ਸੈਂਟਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਚਾਇਨੀਜ਼ ਵਿਚ ਵਸੀਲਿਆਂ, ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪਾਂ, ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਏਜੰਸੀ ਰੈਫਰਲਜ਼ ਅਤੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-279-7060 ਜਾਂ www.RichmondWomensCentre.bc.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਕੇਅਰਜ਼, ਰਿਚਮੰਡ ਗਿਵਜ਼ (ਆਰ ਸੀ ਆਰ ਜੀ) ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੈਟਰ ਐਟ ਹੋਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਘਰ ਦੀ ਹਲਕੀ ਸੰਭਾਲ, ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ, ਦੋਸਤਾਨਾ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਅਤੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਸ਼ਾਪਿੰਗ। ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੁਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲਜ਼, ਸੀਨੀਅਰ ਪੀਅਰ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਐਕਸ਼ਨ ਅੰਬੈਸਡਰ ਬਣਨ ਲਈ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਟਰੇਨਿੰਗ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-279-7020 (ਆਰ ਸੀ ਆਰ ਜੀ), 604-279-7021 (ਬੈਟਰ ਐਟ ਹੋਮ) ਜਾਂ www.rcrg.org

ਰਿਚਮੰਡ ਫੈਮਿਲੀ ਪਲੇਸ ਸੁਸਾਇਟੀ 6 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ 12 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਭੈਣਾਂ-ਭਰਾਵਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਰਜਿਸਟਰਸ਼ੁਦਾ ਅਤੇ ਡਰੌਪ-ਇਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਿਚਮੰਡ ਫੈਮਿਲੀ ਪਲੇਸ ਵਿਖੇ ਅਤੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਹੋਰ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-278-4336 ਜਾਂ www.RichmondFamilyPlace.ca

ਫੈਮਿਲੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਔਫ ਗਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ – ਰਿਚਮੰਡ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਵਾਲੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਕਮਿਊਨਟੀ ਕੁੱਕਿੰਗ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ, ਵਿੱਤੀ ਤਾਕਤ, ਅਤੇ ਰਿਚਮੰਡ ਫੈਮਿਲੀ ਫਰਿੰਡ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼, ਮੈਂਡਰਿਨ, ਮਦਦ ਨਾਲ ਸਪੈਨਿਸ਼ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-279-7100 ਜਾਂ www.fsgv.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਕਿਡਜ਼ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਦਦਾਂ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਇਕ ਔਨਲਾਈਨ ਵਸੀਲਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਮਾਪਿਆਂ, ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ, ਜਨਮ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਈਵੈਂਟਸ, ਅਤੇ ਵਸੀਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। www.RichmondKids.ca

ਕੋਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ, ਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਲੋੜਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਾਥਵੇਅਜ਼ ਅਬਰਿਜਨਲ ਸੈਂਟਰ ਲਈ ਘਰ ਵੀ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਆਦਿਵਾਸੀ ਬੱਚਿਆਂ, ਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਦੀ ਥਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-271-7600 ਜਾਂ www.ConnectionsCommunityServices.com

ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਇਲਡ ਬੈਨੇਫਿਟ (ਸੀ ਸੀ ਬੀ) ਇਕ ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਪੇਮੈਂਟ ਹੈ ਜਿਹੜੀ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵਿਚ ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html

ਹੈਲਥੀ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਮੁਢਲੇ ਇਲਾਜ, ਨਿਗ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ, ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਯੰਤਰਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www2.gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/health-supplements-and-programs/healthy-kids

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ

ਫਾਊਂਡਰੀ 12 ਤੋਂ 24 ਸਾਲ ਦੇ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦਾ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿਚ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਇਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਮੁਢਲੀ ਸੰਭਾਲ, ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਪੀਅਰ ਸੁਪੋਰਟਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਫਾਊਂਡਰੀ ਸੈਂਟਰ ਇਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਫਾਊਂਡਰੀ ਰਿਚਮੰਡ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ: 604-674-0550 ਜਾਂ www.FoundryBc.ca/richmond

ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਦੇ ਕਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ, ਜਵਾਨਾਂ, ਬਾਲਗਾਂ, ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਰਿਚਮੰਡ ਟੀਮ ਨੂੰ 604-204-1111 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.vch.ca/RichmondMentalHealth

ਪਾਥਵੇਅ ਕਲੱਬਹਾਊਸ ਸੁਸਾਇਟੀ ਔਫ ਰਿਚਮੰਡ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਵਧਣ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਸੰਬੰਧਾਂ, ਨਵੀਆਂ ਦੋਸਤੀਆਂ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲੱਭਣ ਲਈ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਝ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-276-8834 ਜਾਂ www.PathwaysClubHouse.com

ਰਿਚਮੰਡ ਅਡਿਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ (ਆਰ ਏ ਐੱਸ ਐੱਸ) ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਵਤੀਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਆਦਤਾਂ ਤੋਂ ਗ੍ਰਸਤ ਰਿਚਮੰਡ ਵਿਚਲੇ ਜਵਾਨਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਮਦਦ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਆਰ ਏ ਐੱਸ ਐੱਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਗੁਪਤ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-270-9220 ਜਾਂ www.RichmondAddictions.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਐਂਡ ਫਰਿੰਡਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ (ਆਰ ਸੀ ਐੱਫ ਸੀ) ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ, ਸਮਾਜੀਕਰਨ, ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨ ਦੇ ਮੌਕੇ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਚਾਇਨੀਜ਼ ਪੀਅਰ ਸੁਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਪੀਅਰ ਸੁਪੋਰਟ ਸੋਸ਼ਲ ਗਰੁੱਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-675-3977 ਜਾਂ www.vch.ca/locations-services/result?res_id=1449

ਟਰਨਿੰਗ ਪੋਆਇੰਟ ਰਿਕਵਰੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਰਿਕਵਰੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਸ਼ਰਾਬ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਵਰਤਣਾ/ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੰਸਥਾ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਪਰਹੇਜ਼-ਆਧਾਰਿਤ ਮਾਹੌਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-303-6844 ਜਾਂ www.TurningPointRecovery.com

ਹੇਅਰ ਟੂ ਹੈਲਪ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 310-6789 (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ) ਜਾਂ www.HereToHelp.bc.ca

ਬੀ ਸੀ ਰਿਸਪੌਂਸੀਬਲ ਐਂਡ ਪ੍ਰੌਬਲਮ ਗੈਂਬਲਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮੱਸਿਆ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵਾਲੀ ਜੂਏਬਾਜ਼ੀ ਬਾਰੇ ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਜੂਏਬਾਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜੱਦੋਜਹਿਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 1-888-795-6111 ਜਾਂ www.BcResponsibleGambling.ca

ਕਮਿਊਨਟੀ ਮੈਂਟਲ ਵੈੱਲਨੈਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਰਿਕਵਰੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸਮਾਜਿਕ ਬਦਨਾਮੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਮੈਂਡਰਿਨ ਅਤੇ ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-273-1791 ਜਾਂ www.cmwac.ca

ਸੰਕਟ ਲਾਈਨਾਂ

ਚਾਇਮੋ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਬਾਲਗਾਂ, ਜਵਾਨਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ ਮੁਫਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਸੰਕਟ ਲਾਈਨ, ਸਵੇਰ ਦੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੱਕ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਟਰੇਂਡ ਵਾਲੰਟੀਅਰਾਂ ਵਲੋਂ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸੰਕਟ ਲਾਈਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ 604-279-7070 ਡਾਇਲ ਕਰੋ। ਚਾਇਮੋ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.ChimoServices.com

ਡਿਸਟਰੈੱਸ ਫੋਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਗੁਪਤ, ਗੈਰ-ਨਿਰਣੇ ਵਾਲੀ, ਮੁਫਤ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹੇਠਲੀਆਂ ਫੋਨ ਲਾਈਨਾਂ ਇਕ ਲੈਂਗੁਏਜ ਸਰਵਿਸ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ 140 ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

- ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਕਿਤੇ ਵੀ: 1-800-784-2433 (1-800-SUICIDE)
- ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਸੁਪੋਰਟ ਲਾਈਨ: 310-6789 (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ)
- ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਰੀਜਨਲ ਡਿਸਟਰੈੱਸ ਲਾਈਨ: 604-872-3311
- ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਡਿਸਟਰੈੱਸ ਲਾਈਨ: 604-872-1234

ਸਕਸੈੱਸ ਚਾਇਨੀਜ਼ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨਜ਼ ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼ ਅਤੇ ਮੈਂਡਰਿਨ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਕਾਲਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਗੁਪਤ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਦੇ ਵਸੀਲਿਆਂ

ਕੋਲ ਰੈਫਰਲਜ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹੈਲਪ ਲਾਈਨਾਂ ਸਵੇਰ ਦੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ ਦੇ 10 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼ 604-270-8233
- ਮੈਂਡਰਿਨ 604-270-8222

YouthInBC.com ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਆਧਾਰਿਤ ਇਕ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਦੁਖੀ ਜਵਾਨ ਕਿਸੇ ਕਰਾਈਸਿਸ ਚੈਟ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਦੁਪਹਿਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤੜਕੇ ਦੇ 1 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ)।

CrisisCentreChat.ca ਦੁਖੀ ਬਾਲਗਾਂ (25+ਸਾਲਾਂ) ਲਈ ਵੈੱਬ ਆਧਾਰਿਤ ਇਕ ਹੌਟਲਾਈਨ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਮੁਫਤ, ਗੁਪਤ, ਗੈਰ-ਨਿਰਣੇ ਵਾਲੀ ਮਦਦ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਦੁਪਹਿਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤੜਕੇ ਦੇ 1 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ)।

ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ

ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ ਇਕ ਗੁਪਤ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਭਾਸ਼ਾਈ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿਹੜੀ 1-800-563-0808 ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਜਾਂ VictimLinkBC@bc211.ca ’ਤੇ ਈਮੇਲ ਭੇਜ ਕੇ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਇਹ ਜੁਰਮ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੀੜਿਤਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਕਾਮੁਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਪੀੜਿਤਾਂ ਦੀ ਸੰਕਟ ਵਿਚ ਫੌਰੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.VictimLinkBC.ca

ਨੋਵਾ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੇਫ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਆਰਜ਼ੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਟਰੇਂਡ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ 10 ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਵਸੀਲਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ 30 ਦਿਨ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-270-4911 (ਨੋਵਾ ਹਾਊਸ ਕਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਨ) ਜਾਂ www.ChimoServices.com/get-help/nova-transition-house

ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਫਾਰ ਚਿਲਡਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਭੰਬਲਭੂਸੇ ਵਿਚ, ਜਾਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਿਸ ਕੋਲ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫਿਕਰ ਇਸ ਲਾਈਨ ’ਤੇ ਦੱਸਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾ ਸਕਣ। 310-1234 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ)।

ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਅਬਿਊਜ਼ ਐਂਡ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਈਨ (ਸੇਲ) ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਜਾਂ ਬਦਸਲੂਕੀ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਟਰੇਂਡ ਇਨਟੇਕ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਕਿਸੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਉੱਪਰ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। 1-866-437-1940 ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਇਹ ਲਾਈਨ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰ ਦੇ 8 ਵਜੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 8 ਵਜੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਫਾਰ ਦਿ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ ਔਫ ਕਰੂਅਲਟੀ ਟੂ ਐਨੀਮਲਜ਼ (ਬੀ ਸੀ ਐੱਸ ਪੀ ਸੀ ਏ) ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਕੁਆਲਟੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 1-855-622-7722 ਜਾਂ www.spca.bc.ca

ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਉ2ਐੱਸ+

ਕਾਮਿਊਨਟੀ, ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਬਾਇਸੈਕਸੂਅਲ, ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੇਵਾਵਾਂ, ਮਦਦ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-684-5307 ਜਾਂ www.qmunity.ca

ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ 13-24 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਡਰੌਪ-ਇਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਜੈਂਡਰ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਦੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ, ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਦੇ ਹੁਨਰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਉ2ਐੱਸ+ ਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿਚ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ, ਮਹਿਮਾਨੇ ਬੁਲਾਰੇ, ਕਰਾਫਟਸ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਟ੍ਰਿਪ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ inclusion@richmond.ca ’ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

**ਰਿਚਮੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਉੱਪਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.richmond.ca/COVID19 ’ਤੇ ਜਾਓ।*

11 | ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਰੌਇਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਮਾਊਂਟਿਡ ਪੁਲੀਸ (ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ)

ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਜੇ ਲੋਕ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕੀ/ਮੁਜਰਮਾਨਾ ਸਰਗਰਮੀ ਅਤੇ ਸ਼ੱਕੀ ਨੂੰ ਉੱਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੰਸੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਲਈ, ਜਿੱਥੇ ਸ਼ੱਕੀ ਹਾਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਹ ਗੈਰ-ਐਮਰਜੰਸੀ ਨੰਬਰ ਨੂੰ 604-278-1212 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਗੈਰ-ਐਮਰਜੰਸੀ ਵਿਚ, ਰੌਲੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ, ਚੋਰੀ ਜਿਹੜੀ ਹੁਣ ਹੋ ਨਹੀਂ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਪੱਦਰ/ਗੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਨੁਕਸਾਨ, ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਰਿਚਮੰਡ ਫਾਇਰ-ਰੈਸਕਿਊ

ਰਿਚਮੰਡ ਫਾਇਰ-ਰੈਸਕਿਊ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦਾ ਹੈ: ਅੱਗ ਅਤੇ ਫਾਇਰ ਅਲਾਰਮ, ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੰਸੀਆਂ, ਮੋਟਰ ਗੱਡੀ ਦੇ ਐਕਸੀਡੈਂਟ, ਖਤਰਨਾਕ ਸਾਮੱਗਰੀਆਂ, ਪਾਣੀ, ਬੰਦ ਥਾਂ, ਕਰੇਨ ਅਤੇ ਟੌਵਰ ਤੋਂ ਬਚਾਉ ਅਤੇ ਪਬਲਿਕ ਸਰਵਿਸ ਦੀਆਂ ਕਾਲਾਂ। ਐਮਰਜੰਸੀਆਂ ਲਈ, 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਗੈਰ-ਐਮਰਜੰਸੀ ਘਟਨਾਵਾਂ ਲਈ 604-278-5131 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ www.FireRescue.richmond.ca 'ਤੇ ਜਾਉ।

ਰਿਚਮੰਡ ਬਲੌਕ ਵਾਚ

ਬਲੌਕ ਵਾਚ ਇਕ ਮੁਫਤ, ਕਮਿਊਨਟੀ ਆਧਾਰਿਤ, ਜੁਰਮਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਮਕਸਦ, ਵਸਨੀਕਾਂ ਦੀ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚ ਜੁਰਮ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਨੂੰ ਔਗਰੇਨਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 604-207-4829 ਜਾਂ www.richmond.ca/safety/police/prevention/BlockWatch.htm

ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੇਫਟੀ ਐਪ

ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੇਫਟੀ ਐਪ ਰਿਚਮੰਡ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਅਤੇ ਬਿਜ਼ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜੁਰਮ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ, ਕਿਸੇ ਅਫਸਰ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ – ਸਭ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿਚਲੇ ਫੋਨ ਤੋਂ। ਹੋਰ ਫੀਚਰਾਂ ਵਿਚ ਨਿਊਜ਼ ਰਿਲੀਜ਼ਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ, ਐਮਰਜੰਸੀ ਅਲਰਟਸ/ਬਰੌਡਕਾਸਟਸ, ਜੁਰਮਾਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ, ਜੁਰਮਾਂ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਕਲੰਡਰ ਅਤੇ ਰਿਚਮੰਡ ਆਰ ਸੀ ਐੱਮ ਪੀ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ/ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/safety/police/prevention/comm-safety-app

12 | ਟੈਲੀਫੋਨ ’ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ

9-1-1

ਕੋਈ 9-1-1 ਐਮਰਜੰਸੀ ਉਦੋਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੱਟ ਜਾਂ ਫੌਰੀ ਖਤਰੇ ਕਰਕੇ ਫੌਰਨ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਰੀਆਂ ਐਮਰਜੰਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਫੌਰੀ ਪਹੁੰਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ 9-1-1 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਾਇਰ, ਪੁਲੀਸ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- ਫੋਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜੇ ਆਪਣੀ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਓਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਮਦਦ ਲਈ ਲਾਈਨ ਉੱਪਰ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਨੂੰ ਲਿਆ ਸਕਣ।
- ਫੋਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਓਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸ਼ਹਿਰ, ਐਡਰੈਸ, ਨੇੜੇ ਦੀਆਂ ਸਟਰੀਟਾਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੱਸਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ 9-1-1 ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਫੋਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਈਨ ਉੱਪਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਓਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗਲਤੀ ਸੀ। ਗਲਤੀ ਨਾਲ 9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪੈਣਗੇ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ 9-1-1 ਕਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਕਹਿਣਾ ਹੈ।
- ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.EComm911.ca ਉੱਪਰ ਕਈ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

9-1-1 ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: www.richmond.ca/safety/police/crime-report/WhenCall

8-1-1

8-1-1 ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿਚ ਮੁਫਤ ਸੂਬੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਇਕ ਫੋਨ ਲਾਈਨ ਹੈ। 8-1-1 ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸ ਨੈਵੀਗੇਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸ, ਰਜਿਸਟਰਡ ਡਾਇਟੀਸ਼ਨ, ਯੋਗਤਾਪ੍ਰਾਪਤ ਕਸਰਤ ਮਾਹਰ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਨੁਵਾਦ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 130 ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

2-1-1

2-1-1 ਇਹ ਗੁਪਤ, ਬਹੁਭਾਸ਼ਾਈ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਟੈਕਸਟਿੰਗ ਸਰਵਿਸ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਮੁਫਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਿਚਲੀਆਂ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਰੈਫਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸਿਟੀ ਐਮਰਜੰਸੀ ਲਾਈਨ

ਲੋਕ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਲਈ ਸਿਟੀ ਦੀ 24 ਘੰਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਐਮਰਜੰਸੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ 604-270-8721 ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸੀਵਰ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਸੜਕਾਂ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ, ਟਰੈਫਿਕ ਸਿਗਨਲ ਦਾ ਖਰਾਬ ਹੋਣਾ, ਦਰਖਤ ਡਿਗਣਾ, ਬਰਫ ਵਾਲੀਆਂ ਸੜਕਾਂ ਜਾਂ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ।

ਇਮਪੀਰੀਅਲ ਲੈਂਡਿੰਗ ਮੂਰੇਜ / ਫਿਸ਼ਿੰਗ ਫਲੋਟ

ਸੰਕੇਤ

ਨਿਸ਼ਾਨ

2-1-1, 30

8-1-1, 10, 30

9-1-1, 10, 29, 30

A

Abuse (ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ), 28

Accessible parking spaces (ਪਾਰਕਿੰਗ ਲਈ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਥਾਂਵਾਂ), 17

Addiction (ਅਡਿਕਸ਼ਨ), 26

Alcohol (ਸ਼ਰਾਬ), 26

Ambulance (ਐਂਬੂਲੈਂਸ), 30

Apartment (ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ), 5

B

Banking (ਬੈਂਕਿੰਗ), 7

BC Services Card (ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ), 9

Benefits for families with children (ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਬੈਨੇਫਿਟਸ), 26

Buses (ਬੱਸਾਂ), 16

Business, starting your own (ਬਿਜ਼ਨਸ, ਆਪਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ), 19

C

Canada Child Benefit (ਕੈਨੇਡਾ ਚਾਇਲਡ ਬੈਨੇਫਿਟ), 26

Cheques (ਚੈੱਕਾਂ), 7

Child care (day care) (ਚਾਇਲਡ ਕੇਅਰ) (ਡੇਅ ਕੇਅਰ), 14

Children, support for (ਬੱਚੇ, ਮਦਦ), 11, 15

College (ਕਾਲਜ), 12

Community centres (ਕਮਿਊਨਟੀ ਸੈਂਟਰ), 13, 21, 24

Continuing education (ਲਗਾਤਾਰ ਪੜ੍ਹਾਈ), 12

Conversational classes (ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਕਲਾਸਾਂ), 13

Credentials (ਪ੍ਰਮਾਣ-ਪੱਤਰ), 19

Credit cards (ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ), 7

Crisis Lines (ਸੰਕਟ ਲਾਈਨਾਂ), 27

Cycling (ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ), 17

D

Dentists (ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ), 10

Discrimination and harassment (ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ), 19

Disabilities, support for (ਅਪਾਹਜਤਾਵਾਂ, ਮਦਦ), 11, 15, 16, 24

Doctors (ਡਾਕਟਰ), 9

Driver's license (ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਸੰਸ), 17

Driving (ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ), 17

E

Electricity, heat and gas (ਬਿਜਲੀ, ਹੀਟ ਅਤੇ ਗੈਸ), 6

Emergency shelter (ਐਮਰਜੰਸੀ ਰਿਹਾਇਸ਼), 25

Employment Insurance (EI) (ਇਮਪਲੌਏਮੈਂਟ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ) (ਈ ਆਈ), 19

English language learning (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ), 12, 13

Eye exams and eyeglasses (ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਟੈੱਸਟ ਅਤੇ ਨਿਗ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਐਨਕਾਂ), 10

F

Fire-Rescue (ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਚਾ), 29

Food Bank (ਫੂਡ ਬੈਂਕ), 25

French programs (ਫਰੈਂਚ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ), 12

G

Gambling (ਜੂਏਬਾਜੀ), 27

Garbage and recycling (ਗਾਰਬੇਜ ਅਤੇ ਰੀਸਾਇਕਲਿੰਗ), 6

H

Harassment (ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ), 19

Highway to Heaven (ਹਾਈਵੇਅ ਟੂ ਹੈਵਨ), 23

Health (ਸਿਹਤ), 9

Hospital (ਹਸਪਤਾਲ), 10

Housing (ਰਿਹਾਇਸ), 5

I

Immigrant settlement agencies
(ਇਮੀਗਰਾਂਟ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀਆਂ), 3

Income assistance (ਇਨਕਮ ਅਸਿਸਟੈਂਸ), 24

Income taxes (ਇਕਨਮ ਟੈਕਸ), 8

Insurance (ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ)

Car (ਕਾਰ), 17

Medical (ਮੈਡੀਕਲ), 9

Internet (ਇੰਟਰਨੈੱਟ), 6

J

Job (ਕੰਮ), 18

L

Landlord (ਲੈਂਡਲਾਰਡ), 5

LGBTQ2+ (lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, and two-spirited plus)
(ਐੱਲ ਜੀ ਬੀ ਟੀ ਕਿਊ 2+ (ਲੈਜ਼ਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਬਾਇਸੈਕਸ਼ੂਅਲ, ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ, ਕੁਈਰ, ਅਤੇ ਟੂ-ਸਪਿਰਟਡ ਪਲੱਸ), 28

Library (ਲਾਇਬਰੇਰੀ), 23

M

Medical emergencies (ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੰਸੀਆਂ), 10

Medical Services Plan (MSP)
(ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਪਲੈਨ) (ਐੱਮ ਐੱਸ ਪੀ), 9

Mental health and substance use
(ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ), 26

Money (ਪੈਸੇ), 7

Mortgage (ਮੌਰਗੇਜ), 6

O

Optometrists (ਨਿਗ੍ਹਾ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ), 10

P

Parks and Trails (ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਟਰੇਲਾਂ), 22

PharmaCare (ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ), 10

Police (ਪੁਲੀਸ), 28

Prescription drugs
(ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ), 10

Property taxes (ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਟੈਕਸ), 8

R

Recreation (ਮਨੋਰੰਜਨ), 21

Remittance (ਪੈਸੇ ਭੇਜਣਾ), 7

Renting (ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ), 5

S

Schools (ਸਕੂਲ)

Independent (private) schools (ਆਜ਼ਾਦ) (ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ), ਸਕੂਲ 11

Post-secondary (ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ), 12

Public (ਪਬਲਿਕ), 11

Seatbelts (ਸੀਟਬੈਲਟਾਂ), 17

Seniors' programs and benefits (ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਬੈਨੇਫਿਟਸ), 6, 22, 28

Service Canada (ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ), 18

Settlement Workers in Schools (SWIS) (ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਵਰਕਰਜ਼) (ਸਵਿਸ਼), 11

Social Insurance Number (ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਨੰਬਰ), 18

Special needs (ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ), 11, 15, 16, 24

T

Taxes (ਟੈਕਸ), 8

Telephone and internet (ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ), 6

Tenant (ਕਿਰਾਏਦਾਰ), 6

Transportation (ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ), 16

U

University (ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ), 12

Upgrading (ਅਪਗਰੇਡਿੰਗ), 12

Utilities (ਯੂਟਿਲਟੀਜ), 6

V

Victims of crime (ਜੁਰਮਾਂ ਦੇ ਪੀੜਿਤ), 28

Violence (ਹਿੰਸਾ), 27, 28

Volunteering (ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨਾ), 19

W

Walk-in clinics (ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ), 9

Walking (ਤੁਰਨਾ), 16

Welfare (ਵੈਲਫੇਅਰ), 24

WorkBC (ਵਰਕ ਬੀ ਸੀ), 18

WorkSafeBC (ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ), 19

Y

Youth (ਜਵਾਨ), 26-28

City of Richmond
6911 No. 3 Road, Richmond, BC V6Y 2C1
Telephone: 604-276-4000
www.richmond.ca