

به آلبرتا خوش آمدید: اطلاعات برای مهاجرین

این کتابچه برای استفاده مهاجرین بالغی که به تازگی به آلبرتا نقل مکان کرده اند تهیه شده است و حاوی اطلاعاتی جامع در زمینه های زیر به منظور آشنایی بیشتر شما با آنها می باشد.

- شیوه های دریافت کمک
- زندگی کردن در آلبرتا
- امور مالی
- استخدام
- تحصیل
- امور درمانی
- قوانین و سیستم حقوقی

نسخه اینترنتی این نشریه در آدرس www.alis.gov.ab.ca/welcometoalberta و نسخه PDF آن از طریق وبسایت "خدمات اطلاعاتی آموزش آلبرتا (ALIS)" - منبع اینترنتی درجه اول در زمینه های شغل و حرفه، آموزش و کار یابی- قابل دسترسی میباشند. برای دسترسی به نسخه PDF و یا سفارش یک نسخه چاپی به آدرس www.alis.gov.ab.ca/careershop مراجعه کنید.

برای کسب اطلاعات در زمینه حق انحصاری چاپ (copy right) با آدرس زیر تماس حاصل کنید:

Alberta Human Resources and Employment
People, Skills and Workplace Resources
Telephone (780) 422-1794 Fax (780) 422-5319
E-mail : info@alis.gov.ab.ca

برای سفارش نسخه های چاپی با آدرس زیر تماس بگیرید:

Learning Resources Centre
12360-142 Street
Edmonton, AB T5L 4X9
Internet : www.alis.gov.ab.ca/careershop
Fax (780) 422-9750 Telephone (780) 427-5775
Catalogue Item #609050

مراتب لازم برای حصول اطمینان از صحت این اطلاعات در زمان چاپ این نشریه به عمل آمده است. امکان تغییر اطلاعات مربوط به بازار کار و برنامه های تحصیلی در هر مقطع زمانی وجود دارد، و به این دلیل در هنگام تصمیم گیری در مورد حرفه، تحصیل و کار یابی سعی در تأیید این جزئیات با مراجعه به منابع اطلاعاتی دیگر بنمایید.

ISBN 0-7785-1614-8

© 2005, Government of Alberta, Human Resources and Employment

استفاده، تولید مجدد، انبار یا پخش کردن این نشریه برای مقاصد غیر تجاری مجاز است. اما حق چاپ انحصاری (crown) کردن باید تصدیق شود. هرگونه استفاده، تولید مجدد، انبار کردن و یا پخش این نشریه برای مقاصد تجاری بدون اجازه کتبی اداره استخدام و منابع انسانی دولت آلبرتا غیر مجاز می باشد. فروش مجدد این کتابچه تنها در صورت اخذ جواز مربوطه از طرف اداره استخدام و منابع انسانی دولت آلبرتا امکان پذیر است.

07/2005-40M

"به آلبرتا خوش آمدید" که اطلاعات عمومی اولیه در رابطه با سکونت در آلبرتا برای مهاجرین بالغ فراهم می‌آورد، بر روی اینترنت در آدرس www.alis.gov.ab.ca/welcometoalberta منتشر شده است و نسخه های چاپی مجانی آن از طریق آژانسهای خدمات مهاجرین مستقر در اقصی نقاط آلبرتا قابل دستیابی هستند.

آخرین تاریخ به روز شدن اطلاعات ارائه شده در این راهنما سپتامبر 2006 می باشد. برای دسترسی به اطلاعات جدید تر و یا جزئیات بیشتر، پیشنهاد می کنیم به وب سایت ها مراجعه کرده و یا با دفاتر عنوان شده در سراسر این نشریه تماس حاصل کرده و یا با مشاوره در یکی از مراکز خدمات مهاجرین صحبت نمایید. اگر در حال حاضر امکان دسترسی به کامپیوتر ندارید به بخش تلفن، اینترنت و خدمات پستی فصل زندگی در آلبرتا برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد چگونگی دسترسی مجانی به اینترنت در آلبرتا مراجعه نمایید.

قدردانی

با سپاس فراوان از افراد بیشماری از سازمانهای دولتی و درون جامعه و شرکتهای خصوصی که با کمکها و نظرات با ارزش خویش امکان جمع آوری و انتشار این راهنما را فراهم آوردند.

فهرست

1 خوش آمدید

7 کمک فراهم است

- 7 لیست موارد قابل توجه در هنگام ورود
- 8 مراکز خدمات مهاجرین
- 12 موارد اضطراری (اورژانس)
- 14 کمک در آمد
- 15 خدمات دیگر

16 زندگی در آلبرتا

- 16 استان آلبرتا
- 20 سکنی گزیدن
- 30 حمل و نقل
- 39 رسوم اجتماعی
- 40 مراقبت و نگهداری از کودکان
- 41 ورزش و سرگرمیهای تفریحی

43 پول و امور بانکی

- 43 راههای موجود برای پرداختن مبلغ خرید
- 45 مؤسسات مالی
- 46 سرقت هویت
- 48 چکهای پرداخت حقوق
- 49 خرید کردن
- 50 مالیات

استخدام 53

- 53 شماره بیمه اجتماعی (SIN)
کار یابی 53
- 57 ارزیابی گزینه های مختلف کاری
- 61 معیار ها و استانداردهای استخدام
- 61 ایمنی و سلامت در محیط کار
انتظارات کار فرما 62
- بیمه بیکاری 63
- 63 جبران خسارت کارگران و کارمندان
- 64 شغل آزاد یا بیزنس شخصی

تحصیل 65

- 65 سیستم تحصیلی آلبرتا
- 68 انگلیسی بعنوان زبان دوم
- 69 تحصیلات عالی
- 71 کمک مالی برای دانشجویان

امور درمانی 72

- 72 (Health Link) رابط سلامت
- 72 خدمات درمانی اورژانس
بیمارستانها 73
- 74 خدمات درمانی دیگر
- 77 پرداختن هزینه مراقبت و تجهیزات
خدمات بهداشت عمومی 80

قوانین و سیستم حقوقی 81

- 81 حقوق و مسئولیتها
- 82 سیستم حقوقی کانادا
- 82 شیوه عمل پلیس
- 83 وکیلان

84	حقوق انسانی
86	قانون خانواده
90	تابعیت کانادا
91	اخراج از کشور
92	کفالت

کمک فراهم است

خوش آمدید

مهاجرین همواره نقش مهمی در رشد و توسعه کانادا داشته اند. شهروندان ما می خواهند به شما کمک کنند تا عضوی از جامعه شوید. خدمات زیادی در آلبرتا وجود دارند که به شما در شروع کردن یک زندگی تازه یاری می رسانند.

لیست موارد قابل توجه در هنگام ورود

پس از ورود به آلبرتا فراموش نکنید که نکات زیر را در اسرع وقت انجام دهید:

- جهت جلوگیری از پرداخت هزینه برای تعدادی از خدمات درمانی برای برنامه بیمه درمانی آلبرتا ثبت نام کنید. این امر باید در ظرف سه ماه پس از ورود به آلبرتا انجام شود. برای اطلاعات بیشتر به بخش پرداختن هزینه مراقبت و تجهیزات در فصل امور درمانی این دفترچه مراجعه کنید.
- برای دریافت شماره بیمه اجتماعی خویش اقدام کنید. در هنگام استخدام کارفرمایان از شما تقاضای ارائه این شماره را خواهند نمود. این شماره برای اقدام به ثبت نام در بعضی برنامه های دولتی نیز مورد نیاز می باشد.
- حسابی نزد یک مؤسسه مالی نظیر بانک، اتحادیه اعتباری و یا شعبه خزانه داری آلبرتا (Alberta Treasury Branch) باز کنید.
- به یک مرکز خدمات مهاجرین مراجعه کنید. علاوه بر ارائه اطلاعات مختلف و فراهم کردن خدماتی در زمینه آشناسازی و راهنمایی مهاجرین، این مراکز دستیابی به نشانی نقاط مختلف برای ملاقات کردن با افرادی که دارای زمینه های مشابه فرهنگی، مذهب و نژادی با شما می باشند را نیز امکان پذیر میسازند.
- اگر قصد اقدام برای استخدام و یا آموزش دیدن دارید، ممکن است به ترجمه و یا ارزیابی مدارک صلاحیت های خویش نیاز داشته باشید. مرکز بین المللی خدمات ارزیابی صلاحیت تحصیلاتی پیشرفته آلبرتا توانایی کمک به شما در این زمینه را دارد. جزئیات بیشتر در این مورد در زیر بخش بهبود دادن صلاحیتهايتان در بخش ارزیابی گزینه های مختلف در رابطه با کار در بخش استخدام موجود است.
- اگر نیاز به بهتر کردن مهارتهای خویش در رابطه با زبان انگلیسی دارید، مکانهایی که کلاسهای انگلیسی به عنوان زبان دوم را (ESL) در منطقه سکونتتان ارائه میدهند پیدا کنید. علاوه بر این دریابید که آیا صلاحیت شرکت در برنامه های آموزش زبان دولتی را دارا می باشید یا خیر.

- کودکان زیر 18 سال را در مدرسه ثبت نام کنید. اطلاعات کافی در مورد برنامه مالیات کودک کانادا (Canada Child Tax Benefit) در بخش مالیات فصل امور مالی این کتابچه موجود است.

برای کسب اطلاعات بیشتر در باره انتقال به آلبرتا به وب سایت خدمات آلبرتا در آدرس: www.servicealberta.gov.ab.ca/moving مراجعه کنید. تماس تلفنی با دفاتر دولت آلبرتا از هر منطقه در این استان مجانی می باشد. برای اطلاعات بیشتر به بخش تماس تلفنی برقرار کردن، قسمت سکنی گزیدن در فصل زندگی در آلبرتا مراجعه کنید.

اگر حرفه شما در آلبرتا تعدیل می شود، ثبت نام کردن در نزد سازمان تعدیل استانی نیز ممکن است الزامی شود. برای اطلاعات بیشتر در این زمینه به بخش ارزیابی گزینه های مختلف کاری در فصل استخدام مراجعه کنید.

مراکز خدمات مهاجرین

مراکز خدمات مهاجرین وظیفه فراهم آوردن اطلاعات و راهنمایی برای ساکنین جدید پس از ورودشان به آلبرتا را ایجاد کرده و به مهاجرین جهت پیدا کردن خدماتی که مورد نیازشان می باشد (از قبیل خدمات در مانی، آموزش زبان، خدمات خانوادگی و یا خدمات ترجمه) کمک میکنند.

مشاورین در این مراکز به زبانهای متعددی آشنایی دارند و تعدادی از آنها خود مهاجر و یا پناهنده میباشند و مشکلات و مسائلی که در مسیر سکونت در یک کشور تازه به وجود می آیند را درک میکنند، و می توانند طی این مراحل را، برای شما آسان تر کنند.

در ادامه این بخش فهرست مراکز خدمات مهاجرین فعال در استان آلبرتا آمده است. این لیست تنها شامل مراکزی است که بودجه شان به طور مشترک از سوی دولت فدرال و دولت آلبرتا (از طریق برنامه خدمات مختلف (ISP)) تأمین می شود.

لطفاً به خاطر داشته باشید که:

مراکز خدمات مهاجرین منطقه دیگری که در این فهرست به آنها اشاره نشده است نیز خدمت و برنامه هایی مربوط به مهاجرین ارائه می نمایند. برای پیدا کردن نزدیک ترین مرکز به شما:

- به وب سایت اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا (AHRE) مراجعه کنید. گزینه Working in Alberta را انتخاب کرده و روی Immigration در آدرس www.hre.gov.ab.ca کلیک کنید و بعد Immigrant-serving agencies را انتخاب کنید.

- با خط مستقیم مرکز اطلاعات شغلی آلبرتا با شماره بدون هزینه اضافه (Toll-Free)
- 1-800-661-3753 و یا شماره (780-422-4266) در ادمونتون تماس بگیرید.
- به یکی از مراکز خدماتی اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا (AHRE) در نزدیکی محل سکونتتان مراجعه کنید. برای پیدا کردن آدرس این مراکز میتوانید با خط مستقیمی که در بالا اشاره شد تماس حاصل کرده و یا به وب سایت مرکز اطلاعات آموزشی آلبرتا www.alis.gov.ab.ca مراجعه کرده و بر روی لینک: Career Services Near You در ستون سمت چپ کلیک کنید.

Calgary

Calgary Bridge Foundation for Youth
 #201, 1112B - 40 Avenue N.E.
 Calgary, AB T2E 5T8
 Telephone: (403) 230 - 7745
 Fax: Same as telephone number; please call before faxing
 E-mail: yeecalgary@hotmail.com
 Website: www.calgarybridgefoundation.com

Calgary Catholic Immigration Society
 3rd Floor, 120-17 Avenue SW
 Calgary, AB T2S 2T2
 Telephone: (403) 262-2006
 Fax: (403) 262-2033
 E-mail: contact@ccis-calgary.ab.ca
 Website: www.ccis-calgary.ab.ca

Calgary Immigrant Aid Society
 12th Floor, 910-7 Avenue SW
 Calgary, AB T2P 3N8
 Telephone: (403) 265-1120
 Fax: (403) 266-2486
 E-mail: info@calgaryimmigrantaid.ca
 Website: www.calgaryimmigrantaid.ca

Calgary Immigrant Women's Association
 #200, 138-4th Avenue SE
 Calgary, AB T2G 4Z6
 Telephone: (403) 263-4414
 Fax: (403) 264-3914
 E-mail: general@ciwa-online.com
 Website: www.ciwa-online.com

Calgary Mennonite Centre for Newcomers
 #125, 920-36th Street NE

Calgary, AB T2A 6L8
Telephone: (403) 569-3325
Fax: (403) 248-5041
E-mail: newcomer@cmcn.ab.ca
Website: www.cmcn.ab.ca

Edmonton

ASSIST Community Services Centre
9653-105A Avenue
Edmonton, AB T5H 0M3
Telephone: (780) 429-3111
Fax: (780) 424-7837
Website: www.telusplanet.net/public/eccsc/english/main.htm

Catholic Social Services-Immigration
and Settlement Service
10709-105 Street
Edmonton, AB T5H 2X3
Telephone: (780) 424-3545
Fax: (780) 425-6627
Website: www.catholicsocialservices.ab.ca

Changing Together—A Centre for Immigrant Women
3rd Floor, 10010-105 Street
Edmonton, AB T5J 1C4
Telephone: (780) 421-0175
Fax: (780) 426-2225
E-mail: changing@interbaun.com
Website: www.changingtogether.com

Edmonton Immigrant Services Association
Suite 201, 10720-113 Street
Edmonton, AB T5H 3H8
Telephone: (780) 474-8445
Fax: (780) 477-0883
E-mail: eisa@compusmart.ab.ca
Website: www.compusmart.ab.ca/eisa

Edmonton Mennonite Centre for Newcomers
101, 10010-107A Avenue
Edmonton, AB T5H 4H8
Telephone: (780) 424-7709
Fax: (780) 424-7736
E-mail: mcnedm@emcn.ab.ca
Website: www.emcn.ab.ca

Other Cities

Global Friendship Immigration Center
2nd Floor, 120-1st Avenue East
Brooks, AB T1R 1C5
Telephone: (403) 362-6115
Fax: (403) 362-6337
E-mail: gfic@monarch.net

Y.M.C.A. - Wood Buffalo-Immigrant
Settlement Services
#201, 10011 Franklin Avenue
Fort McMurray, AB T9H 2K6
Telephone: (780) 743-2970
Fax: (780) 743-2973
Website: www.ymca.woodbuffalo.org

Immigrant Settlement Services
Grande Prairie Regional College
#202, 9924-100 Avenue
Grande Prairie, AB T8V 0T9
Telephone: (780) 538-4452
Fax: (780) 532-8857
E-mail: iss.gp@telus.net

Lethbridge Family Services-Immigrant Services
508-6 Street South
Lethbridge, AB T1J 2E2
Telephone: (403) 320-1589
Fax: (403) 317-7654
E-mail: lfsis@theboss.com
Website: [www.lethbridge-family-services.com/
immigrant.cfm](http://www.lethbridge-family-services.com/immigrant.cfm)

Saamis Immigration Services Association
177-12 Street NE
Medicine Hat, AB T1A 5T6
Telephone: (403) 504-1188
Fax: (403) 504-1211
E-mail: sisa@telusplanet.net
Website: www.sisa-medicinehat.com

Catholic Social Services: Immigration and Settlement
202, 5000 Gaetz Avenue
Red Deer, AB T4N 6C2
Telephone: (403) 346-8818

Fax: (403) 347-5220
Website: www.intentr.com/immigrantctr

Central Alberta Refugee Effort-C.A.R.E. Committee
202, 5000 Gaetz Avenue
Red Deer, AB T4N 6C2
Telephone: (403) 346-8818
Fax: (403) 347-5220
E-mail: care2@telusplanet.net
Website: www.intentr.com/immigrantctr

برای اطلاعات به روز، به وب سایت ادارهٔ استخدام و منابع انسانی آلبرتا (www.hre.gov.ab.ca) مراجعه کنید. در ستون سمت چپ، زیر بخش How do I... بر گزینه Find information for immigrants moving to Alberta کلیک کنید.

موارد اضطراری (اورژانس)

موارد اضطراری شامل مواقعی می باشند که شما به کمک فوری نیازمندید. شماره تلفن های ویژه ای برای موارد اورژانس که احتیاج به خدمات آتش نشانی، پلیس و یا آمبولانس دارند وجود دارد. این شماره ها معمولاً در پشت جلد و یا صفحهٔ اول دفترچه تلفن چاپ شده اند.

در ادمونتون، کلگری و اکثر مناطق دیگر در این استان شمارهٔ تلفن اصلی اورژانس 911 می باشد. مسئولیت سیستم تلفن اضطراری بر عهدهٔ شهرداری هر شهر، شهرک و یا منطقهٔ روستایی می باشد. در برخی از نواحی شماره تلفن های اضطراری 911 نمی باشد.

در این نواحی باید با ادارات محلی آتش نشانی، پلیس و مراکز خدمات درمانی اورژانس به طور مستقیم تماس حاصل کنید. شماره تلفن این ادارات را می توانید در صفحات خدمات اورژانس دفترچهٔ تلفن محلی خود (معمولاً در پشت جلد و یا در صفحهٔ اول) پیدا کنید.

با شمارهٔ تلفن 911 تنها در صورت وقوع مورد اضطراری که نیاز به توجه و کمک آتش نشانان، مأمورین پلیس، سرپرستان آمبولانس و یا پرسنل پزشکی دارد تماس بگیرید. اگر تماس شما حالت اورژانس نداشته باشد، امکان اینکه به این دلیل جریمه شوید وجود دارد. زمان مناسب و درست استفاده از شماره تلفن اورژانس باید به کودکان تعلیم داده شود.

تلفنچی های خطوط اورژانس در کلگری و ادمونتون ممکن است بتوانند به زبان خودتان به شما کمک کنند. حتی اگر قادر گفتگو کردن با تلفنچی نیستید، با شماره اورژانس تماس بگیرید و تلفن را قطع نکنید. تلفنچی شماره شمارا ردیابی کرده و کمک خواهد فرستاد.

اگر میتوانید نکات زیر را به تلفنچی بگویید:

- نوع اورژانس و نوع کمکی که احتیاج دارید.

مثال: "I need an ambulance" ("من به یک آمبولانس نیاز دارم") یا

"Please send the police" ("لطفاً مأمورین پلیس را بفرستید") یا

"I wish to report an accident." ("می خواهم یک تصادف را گزارش کنم").

- محل وقوع اورژانس.

مثال: "Please come to (address)" ("لطفاً به (آدرس) بیایید") یا

"I am at the corner of (name) Street and (name) Avenue." ("من در تقاطع خیابان (اسم)

خیابان) و خیابان (اسم خیابان) هستم").

- اسم، آدرس و شماره تلفن تان.

اگر سن شما از 65 سال کمتر است، ملزم به پرداختن هزینه خدمات آمبولانس می باشید. برای پیدا کردن اطلاعات بیشتر در مورد بیمه در مانی و برنامه های دیگر که ممکن است این هزینه هارا شامل بشوند، به بخش پرداختن و تجهیزات Paying for Care and Equipment مراجعه کنید.

در کانادا والدین به فرزندانشان اطمینان کردن به مأمورین پلیس را می آموزند. نیروی پلیس از جامعه حفاظت کرده، به افراد محتاج یاری رسانده و از طبق قانون رفتار شدن با تمامی اشخاص اطمینان حاصل می کند. اگر به کمک اضطراری احتیاج ندارید ولی می خواهید با یک مأمور پلیس صحبت کنید، به دنبال شماره های مربوطه در صفحات سفید (white pages) کتابچه تلفنتان گشته و یا به وب سایت: www.mytelus.com/phonebook/index.vm مراجعه کنید.

برای موارد اضطراری دیگر (از قبیل مشکلات مربوط به گاز طبیعی، آب، برق، اعتیاد به مواد مخدر، پیشگیری از اقدام به خودکشی و تعرض جنسی) شماره های شبانه روزی دیگری نیز وجود دارند، که معمولاً در اول دفترچه تلفن ثبت شده ند.

پناهگاههای اضطراری

این اماکن برای افراد بی بضاعت و بی خانمان مسکن موقت فراهم می آورند. در آلبرتا، تعداد زیادی از مناطق پناهگاههای مختلفی برای هریک از افراد زیر دارند:

- جوانان
- مردان و زنان بی خانمان
- زنانی که مورد بد رفتاری (جنسی، فیزیکی و غیره) قرار گرفته اند و کودکانشان.

در این پناهگاهها محیطی ایمن و بدون هزینه برای مدتی کوتاه مهیا می باشد. شماره تلفن این مراکز را معمولاً می توانید در ابتدای کتابچه های تلفن پیدا کنید. آدرس پناهگاههای مخصوص زنان برای جلوگیری از آگاه شدن مرتکبین بد رفتاری نسبت به آنان، ثبت نشده اند. پس از تماس با شماره های مربوطه زنانی که مورد بد رفتاری قرار گرفته اند به مکان خاصی راهنمایی می شوند. خدمات رایگان ارائه شده در این مراکز عبارتند از: پخش غذا و مواد خوراکی، حمل و نقل ضروری، پخش پوشاک، کمکهای دندان پزشکی، مشاوره برای بحران زدگان، خدمات سکنی گزینی، مراقبت از کودکان و دستیابی به اطلاعات.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات مربوط به مواقع بحران زندگی به وب سایت www.servicealberta.gov.ab.ca/crisis سرویس آلبرتا مراجعه کنید.

مراکز پخش مواد غذایی

مواد غذایی مجانی برای آن دسته از افرادی که پول کافی برای خرید مایحتاجشان ندارند در این مراکز مهیاست. برای پیدا کردن مرکزی در نزدیکیتان، به وب سایت انجمن شبکه ی مراکز پخش مواد غذایی آلبرتا (Alberta Food Bank Network Association) در آدرس www.afbna.ca مراجعه کرده و یا در کتابچه تلفن در شماره هایی که زیر عنوان Food Bank و یا اسم منطقه تان لیست شده اند بگردید.

کمک در آمد

اهالی آلبرتا اهمیت بسیاری به کارکردن و خود کفایی میدهند. البته، دولت آلبرتا امکان دارد برای افراد خانواده هایی که منابع مالی کافی برای رفع احتیاجات اساسی خود از قبیل غذا، پوشاک و محل زندگی ندارند، کمکهای مالی فراهم بیاورد. مقدار این کمک بر اساس وضعیت هر شخص تغییر می کند (مثلاً مقدار منابع مالی، امکان کار کردن و تعداد کودکان در خانواده). کمک در آمد جزئی از یک مجموعه کمکها تحت عنوان AlbertaWorks می باشد.

اگر خواستار پناهندگی و یا مقیم دائم می باشید و پول کافی برای رفع احتیاجات اساسی خود ندارید، ممکن است حائز شرایط برای دریافت کمک در آمد باشید. دانشجویان، کارگران موقت، افرادی که به شکل غیر قانونی در کانادا هستند و آنانی که در دریافت وضعیت پناهندگی رد شده اند، حائز شرایط نمی باشند. مدعیان پناهندگی در صورت واجد شرایط برای دریافت کمک در آمد هستند که درخواست پناهندگیشان از سوی ادارهٔ تابعیت و مهاجرت کانادا قبول شده باشند. اگر کسی کفالت و مسؤولیت شما را به عهده گرفته است، وی با حمایت از شما برای مدت زمانی پس از ورود شما به کانادا موافقت کرده

است، مسئولیت اوست که هزینه نیازهای اساسی شما را پردازد. در تحت هر یک از شرایط زیر ممکن است برای دریافت کمک در آمد واجد شرایط شوید:

- کفیل شما کارش را از دست داده است
- کفیلتان مسئولیت را کامل به انجام نرسانده است
- نیاز دارید که از موقعیتی که در آن بد رفتاری می بینید خارج شوید و یا در صورتی که به حال خود رها شده اید

برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت Alberta Works www.hre.gov.ab.ca/albertaworks مراجعه کرده و یا با مرکز تماس Alberta Works با شماره 644-5135-780 در ادمونتون و یا شماره toll-free 1-866-644-5135 در بقیه نقاط آلبرتا تماس بگیرید. و یا میتوانید برای وصل شدن به نزدیک ترین دفتر اداره منابع انسانی و استخدام آلبرتا با شماره 310-0000 تماس بگیرید. از تلفن همراه می توانید با گرفتن #310 (از طریق Telus و Bell) یا 310* از طریق Rogers تماس بگیرید. قبل از گرفتن قرار ملاقات برای دیدن یکی از کارکنان داخلی برنامه Alberta Works تأیید وضعیت مهاجرت خود از سوی اداره تابعیت و مهاجرت کانادا صبر کنید. اداره تابعیت و مهاجرت کانادا آماده بودن مدارک لازم برای قطعی کردن وضعیت مهاجرتتان را به شما اطلاع می دهد.

اگر قبل از دریافت اطلاعات از طرف اداره تابعیت و مهاجرت کانادا با یکی از دفاتر اداره منابع انسانی و استخدام آلبرتا (AHRE) تماس بگیرید، کارکنان این دفاتر موظف به تماس با دولت کانادا برای تأیید وضعیت شما هستند.

خدمات دیگر

کتابخانه ها

تمام کتابخانه های عمومی خدمات اطلاعاتی و مرجعی ارائه می دهند. این کتابخانه ها ممکن است مبلغ سالانه ناچیزی برای صدور کارت عضویت کتابخانه که به اعضا امکان قرض گرفتن کتاب، نوارهای ویدئویی و دیگر مواد کتابخانه ای را برای مدت زمان معینی می دهد در یافت کنید. البته اگر قصد خارج کردن این اشیاء را از کتابخانه ندارید، داشتن کارت عضویت الزامی نیست. اگر برای دریافت اطلاعات در مورد برنامه و یا سرویسی احتیاج به کمک دارید، به یکی از کتابداران مرجع مراجعه نمایید. برای دریافت اطلاعات از یک کتابدار نیازی به ارائه اطلاعات شخصیتان ندارید.

خدمات مرجعی (Referral) دیگر

اطلاعات تلفنی و خدمات مرجعی در ادمونتون و کلگری موجود است. در هر کدام از شهرها با شماره 211 تماس گرفته و با یکی از متخصصان اطلاعات و مرجع که می تواند شما را به منبع اطلاعاتی وسیع و

کاملی از خدمات غیر اضطراری اجتماعی، درمانی و دولتی وصل کند صحبت کنید. این سرویس تلفنی به شکل 24 ساعته و در تمامی طول هفته بر قرار است.

دفاتر نمایندگی خدمات اجتماعی

دفاتر محلی خیریه و دولتی خدمات بیشماری به خانواده ها و افرادی که به کسب اطلاعات، مشاوره، کمک برای پیدا کردن کار، آموزش انگلیسی به زبان دوم (ESL)، کمک مالی و دیگر انواع کمک نیاز دارند ارائه می دهند. تعداد زیادی از این خدمات مجانی و محرمانه (اطلاعات شخصی شما به افراد و تشکیلات دیگر داده نمی شود) می باشند.

تعدادی از دفاتر، خدمات خاص دیگری از قبیل خدمات مخصوص افراد معلول شهروندان سالخورده که 65 سال و یا بیشتر دارند، اولیاء، افراد بیکار و یا زنان تحت استرس نیز ارائه می دهند. راههای زیادی برای بیشتر آموختن در مورد خدمات اجتماعی موجود منطقه شما وجود دارد:

- با یکی از مشاوران در یکی از دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین صحبت کنید
- به صفحه اول و داخل جلد ابتدای کتابچه تلفنتان مراجعه کنید
- با شماره 211 در ادمونتون و کلگری تماس بگیرید
- به وب سایت Service Alberta مراجعه کنید
- به وب سایت Inform Alberta (www.informalberta.ca) مراجعه کنید
- به نزدیک ترین کتابخانه عمومی محلتان مراجعه کنید.

زندگی در آلبرتا

استان آلبرتا

جغرافیا و مسافتها

مساحت استان آلبرتا 661,000 کیلومتر مربع (255,000 مایل مربع) می باشد و ارتفاع مناطقی که شامل این مساحت می شوند از زمینهای پست نواحی شمال شرقی تا کوههای راکی جنوب غربی تغییر می کند. برای دسترسی به نقشه مناطق مختلف، بزرگراههای اصلی و مقاصد به وب سایت سرویس آلبرتا بر Environment and Natural Resources مراجعه و زیر عنوان (www.servicealberta.gov.ab.ca) لینک Land and Maps کلیک کنید.

شهرها و شهرستانها

در طول صد سال گذشته، مهاجرین بسیاری از کشورهای متعددی در آلبرتا سکنی گزیده اند. در حال حاضر مهاجرین در صد قابل توجهی از جمعیت 3.2 میلیون نفری آلبرتا را تشکیل میدهد. به طور تقریبی یک سوم جمعیت آلبرتا در کلگری و اطراف آن، یک سوم در شهرستانها و روستاهای پراکنده در استان و یک سوم باقی در ادمونتون و حومه آن (که شامل مناطق متعددی در اطراف شهر می شود) زندگی میکنند.

پایتخت استانی آلبرتا، ادمونتون، در مرکز آلبرتا واقع شده است. کلگری در فاصله 300 کیلومتری جنوب ادمونتون واقع شده است. شهرستانها و شهرهای کوچکتر در اطراف استان پراکنده می باشند:

- لت بریج (Lethbridge) در فاصله 216 کیلومتری جنوب کلگری می باشد
- مدیسن هت (Medicine Hat) در فاصله 293 کیلومتری جنوب کلگری می باشد
- رد دیر (Red Deer) در میان راه بین کلگری و ادمونتون است
- فورت مک موری (Fort McMurray) در فاصله 439 کیلومتری شمال شرقی ادمونتون است
- گرند پری (Grande Prairie) در فاصله 456 کیلومتری شمال غربی ادمونتون است.

مناطق مختلف در سراسر استان فرصتهای تجارتي و صورت کاملی از خدمات درمانی، تحصیلی و تفریحی ارائه می نمایند.

Service Alberta website (www.servicealberta.gov.ab.ca/rural).

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد نواحی و مناطق بخصوص به قسمت Community Profiles وب سایت Alberta First (www.albertafirst.com/profiles) مراجعه کنید. اطلاعات بیشتر در زمینه فرصتها و خدمات موجود در نواحی روستایی آلبرتا بر روی وب سایت سرویس آلبرتا www.servicealberta.gov.ab.ca/rural مراجعه کنید.

آب و هوا

وضعیت آب و هوا در آلبرتا افراط و تفریطی است و روز به روز، فصل به فصل و منطقه به منطقه در سراسر استان تغییر می کند. به عنوان مثال:

- در تابستان حداکثر دمای هوا بهطور عادی بین 20 تا 25 درجه سانتیگراد می باشد که می تواند تا حدود 35 تا 40 درجه افزایش پیدا کند.

- حداقل دمای هوا در طول شبهای خشک ترین و سرد ترین ماههای زمستان، ژانویه و فوریه، بین 15- تا 25- درجه سانتیگراد تغییر می کنند. این در حالیست که دماهای روزانه مابین 5- تا 15- درجه می باشند. البته دمای هوا در زمستان گاهی تا نزدیکی 30- تا 40- درجه نیز کاهش پیدا می کند. وزش باد نیز می تواند نقش عمده ای در سردتر حس شدن هوا ایفاء کند.
 - در زمستان بادهای شنوک (Chinook) در نواحی جنوبی استان و در نزدیکی کوهها می توانند باعث افزایش دما تا حدود 20 درجه در کمتر از یک ساعت شوند.
 - طول زمان روز از 16 تا 18 ساعت در ژوئن و 6 تا 8 ساعت در دسامبر تغییر می کنند.
 - نواحی کوهپایه ای هر ساله حدود 600 میلی متر بارندگی (برف یا باران) دریافت می کنند. گوشه جنوب شرقی استان که یکی از خشکترین نقاط کانادا می باشد کمتر از 35 میلی متر بارندگی به طور سالیانه دریافت می کند.
 - وقوع طوفانهای همراه با رعد و برق در مدت زمانی اواخر مه تا اوایل سپتامبر امری عادی است و این طوفانها باعث حدوداً نیمی از بارندگی سالیانه می باشند. اداره محیط زیست کانادا (Environment Canada) اطلاعات بسیار زیادی در مورد آب و هوا بر روی اینترنت ارائه میدهد:
 - جهت جزئیات بایگانی شده و بلند مدت آب و هوای نقاط مشخص به:
www.climate.weatheroffice.ec.gc.ca مراجعه کنید
 - جهت کسب اطلاعات در زمینه وضعیت آب و هوا در حال حاضر و پیش بینی آب و هوای 5 روز آینده به: www.weatheroffice.ec.gc.ca مراجعه کنید
 - برای دسترسی به لینکهای مربوط به نکات ایمنی قابل رعایت قبل، در طول و بعد از سوانح طبیعی از قبیل طوفانهای همراه با رعد و برق و گرد باد به www.pnr.ec.gc.ca/air مراجعه کنید.
- ایستگاههای رادیویی آب و هوا توسط اداره محیط زیست کانادا اداره می شوند، و ایستگاههای رادیویی و تلویزیونی تجاری نیز به پخش گزارش پیش بینی آب و هوا می پردازند. هنگامی که انتظار طوفانهای شدید رفته یا وقوع طوفان در منطقه گزارش شده است، هشدارهای آب و هوایی صادر می شوند.

لباسهای زمستانی

در طول ماههای زمستان باید لباسهای گرم در هوای آزاد پوشیده شوند، مخصوصاً اگر علاوه بر سردی هوا باد نیز می وزد. باد سرعت از دست رفتن گرمای بدن را افزایش میدهد.

در هوای خیلی سرد قسمتهای پوشانده نشده پوست در مدت زمان خیلی کمی یخ می زنند، این امر ممکن است باعث سرما زدگی شود (پوست آسیب دیده و رنگش سفید می شود). در صورت وقوع

اینگونه سرما زدگی فوراً به محلی گرم‌تر رفته و پوست را، قبل از اینکه به شکل جدی صدمه ببیند، به آرامی گرم کنید.

برای جلوگیری از سرما زدگی، علاوه بر پوشیدن لباسهای عادی، پوشیدن لایه های اضافی گرم پوشاک بیرونی نیز لازم است. برای گرم و سالم ماندن در زمستان پیشنهادات زیر را در نظر داشته باشید:

- از آنجاییکه بیشتر گرمای بدن از طریق سر دفع می شود، پوشیدن کلاههای زمستانی بسیار مهم است. این کلاهها باید روی گوش را نیز پوشانند.
- پوتینهای زمستانی باید دارای آستر درونی و کفی کلفت با سطحی زبر (برای جلوگیری از لیز خوردن روی یخ) باشند.
- کاپشنها باید آستری گرم داشته، کلاه دار، ضد آب و ضد باد باشند. همچنین به منظور نگهداشتن گرمای بدن، در حالیکه اجازه جریان یافتن هوا داده می شود، باید کمی گشاد و در تن آزاد باشند.
- در روزهای خیلی سرد، آندسته افرادی که باید بیشتر از چند دقیقه در هوای آزاد باشند، می بایست لباسهای زیر گرم زیر لباسهای عادی خود، و جورابهای پشمی اضافه بپوشند.
- دستکشهای دو انگشتی (Mittens) معمولاً گرمتر از دستکشهای عادی هستند.
- در هوای بسیار سرد، شال گردنهایی که دهان را میپوشانند برای حفاظت از ریه ها پیشنهاد می شوند.

دولت

دولت در کانادا از سه لایه تشکیل شده است: دولت فدرال، دولت استانی، و دولت محلی (یا دولت شهری).

در فدراسیون کانادا قدرتها و مسئولیتها میان دولتهای فدرال و استانی تقسیم شده اند. به عنوان مثال، دولت فدرال در قبال دفاع، سیاست خارجی، مهاجرت و تابعیت مسئول می باشد. وظیفه فراهم آوردن تحصیلات، صدور گواهینامه رانندگی و جواز وسایل نقلیه، فراهم کردن حرفه ها و تجارت بر طبق قوانین مربوطه بر عهده دولت استانی می باشد. دولتهای محلی مسئولیت حمل و نقل عمومی، خدمات اداره آتش نشانی و نگهداری از صنایع همگانی نظیر خدمات آب و فاضلاب را بر عهده دارد.

برای اطلاعات بیشتر به برگه دانستیهای دولت کانادا در بخش Advice for Newcomers وب سایت (www.cic.gc.ca/english/newcomer) اداره تابعیت و مهاجرت کانادا مراجعه نمایید.

زبانهای رایج

انگلیسی و فرانسه دو زبان رسمی کانادا هستند. با وجود اینکه زبانهای دیگری نیز در اینجا استفاده می شوند، انگلیسی اولین زبان رایج در اکثر محل های کار و کلاسها در آلبرتا می باشند. جهت کار کردن و یا گذراندن برنامه تحصیلی در آلبرتا باید توانایی صحبت کردن، خواندن و نوشتن به زبان انگلیسی در حد مطلوب برای ارتباط برقرار کردن مؤثر با افرادی که تنها قادر به فهمیدن این زبان هستند باشند. برای دریافت اطلاعات بیشتر در رابطه با الزامات تأیید صلاحیت زبان های مورد استفاده در کار به وب سایت CERTinfo (Certification and Registration Requirements for Employment in Alberta) در آدرس (www.alis.gov.ab.ca/certinfo) مراجعه نمایید. برای اطلاعات بیشتر در مورد یاد گرفتن انگلیسی به عنوان زبان دوم به بخش انگلیسی به عنوان زبان دوم در فصل تحصیلات این کتابچه مراجعه نمایید.

تعدد فرهنگها

دولت، کاناداییهای متولد دیگر نقاط جهان را به:

- مباحثات کردن به زبان، مذهب و اصل ونسب شان
- رعایت کردن رسم ورسوم خود تا وقتی که از قوانین کانادا تخطی نکنند تشویق می نماید.

سکني گزیدن

محل سکونت موقت

بعضی از افراد اولین روزهای اقامتشان در آلبرتا را در هتل ها و یا متل ها می گذرانند. هزینه آن به طور معمول بین 50 تا 150 دلار می باشد. اگر بیش از دو نفر در یک اتاق بمانند ممکن است مجبور به پرداختن هزینه های اضافی بشوید.

برای کسب اطلاعات در مورد مسافرت و اقامت گزیدن در سراسر آلبرتا به وب سایت Travel Alberta (www.travelalberta.com) مراجعه کرده و یا با شماره 1-800-252-3782 خدمات اطلاعاتی این مرکز تماس بگیرید.

انواع مسکن

گزینه های متعددی برای مسکن اختیار کردن در آلبرتا وجود دارند:

- **مسکن های تک خانواده ای** (single family dwellings) خانه هایی هستند که زیرزمین و حیات خلوت (پشتی) دارند. این خانه ها قابل خریدن و یا اجاره کردن می باشند.

- **خانه های متحرک (mobile homes)** خانه های ساخته شده ای هستند که قابل جابجایی از یک قطعه زمین به قطعه زمینی دیگر می باشند. اگر چه این خانه ها معمولاً ارزانتر از خانه های عادی می باشند، خریدن و یا اجاره مکانی برای مستقر کردن آنها الزامی است.
- **تاون هاوس (townhouse)** که بعضی اوقات خانه های ردیفی نیز خوانده می شوند، از تعدادی خانه های بهم چسبیده تشکیل می شوند. این خانه ها به طور معمول زیرزمین و حیاطی کوچک دارند، و قابل خریدن و یا اجاره کردن می باشند.
- اکثر **آپارتمانها** در ساختمانهای بزرگ قرار دارند و بدون اثاث و وسایل اجاره داده می شوند. اگر واحدهای آپارتمانی و تاون هاوسها بجای اجاره شدن، خریداری شوند به آنها کاندومینیوم (condominium) می گویند.
- **سوئیت های مبله شده (furnished suites)** در ساختمانهای بزرگ و یا خانه ها قرار دارند. این سوئیت ها معمولاً دارای دو اتاق (و یا بیشتر)، یک حمام و تجهیزات آشپزی که از بقیه سوئیت جدا می باشند هستند.
- بعضی اوقات **اتاقهای تکی** یا مجردی در ساختمانها و خانه ها اجاره داده می شوند. افراد می توانند یک یا دو اتاق اجاره کرده و از حمام و آشپزخانه بطور اشتراکی با بقیه ساکنین استفاده کنند. این اتاقها معمولاً شامل اثاث و وسایل نیز می شوند و اگر وعده های غذایی نیز فراهم می شوند این اماکن پانسیون خوانده می شوند.

امکان فراهم شدن **اماکن سوبسیدی** (اجاره ای) برای آندسته از افرادی که در آمد پایین دارند نیز از سوی دولت وجود دارد. برای کسب اطلاعات بیشتر با مشاور در یکی از دفاتر خدمات مهاجرین و یا کتابداری، در کتابخانه محلی تان صحبت کنید.

برای کسب اطلاعات در مورد مسکن گزینی در کانادا به Canada Mortgage and - Federal Service Housing Corporation مراجعه کنید. برای سفارش دادن نسخه ای مجانی به وب سایت Service Alberta www.servicealberta.gov.ab.ca/moving مراجعه کنید.

پیدا کردن مسکن اجاره ای

راههای بیشماری برای یافتن مسکنهای اجاره ای وجود دارد:

- از دوستان، کارکنان دفاتر خدمات مهاجرین و افرادی که ملاقات می کنید در مورد مکانهایی برای اجاره پرسید.
- به دنبال تابلوهای For Rent, Vacancy در پشت پنجره ها و بر روی تابلوهای اطلاعات بگردید.
- به نسخه ای مجانی از کتابچه Home renters Guide که در مراکز خرید محلی و در داروخانه ها یافت می شود مراجعه کنید. (مهم: این راهنما در بعضی مناطق چاپ نمی شود).
- در قسمت Classified روزنامه های محلی جستجو کنید.

تابلو ها و تبلیغات عموماً شامل شماره های تلفن نیز می باشند. برای کسب اطلاعات بیشتر با صاحب خانه و یا مسئول ساختمان تماس بگیرید، و اگر از شرایط راضی هستید قرار ملاقاتی برای دیدن محل بگذارید. اگر انگلیسی صحبت کردن برایتان راحت نیست، وقتی که برای دیدن محل مربوطه می روید یکی از دوستانتان را که به زبان انگلیسی تسلط دارد به همراه خود ببرید. تمامی اتاقها را بررسی کنید و مطمئن شوید که تمامی اسباب و وسایل نصب شدنی (اجاق، یخچال، توالت، دوش، چراغها) درست کار میکنند.

مطمئن شوید که ساختمان و واحد آپارتمانی برای زندگی کردن به اندازه کافی ایمن هستند. بسیاری از آپارتمانها دارای سیستمهای امنیتی خاصی هستند که تنها به افرادی که از سوی یکی از ساکنین اجازه ورود به ساختمان را دریافت کرده اند اجازه ورود می دهند.

قبل از امضا کردن فرم اجاره، سؤلهایی از قبیل سؤلهای زیر پرسید:

- مبلغ اجاره چقدر است؟ آیا این مبلغ صنایع همگانی (هزینه های آب برق و گرما) را نیز شامل میشود؟ اگر نه هزینه این صنایع بطور معمول در ماه چقدر است؟
- به خاطر داشته باشید که هزینه های صنایع همگانی شامل هزینه های خدمات تلفنی نمیشود، شما وظیفه خریداری تلفن شخصی خود را دارید. دستگاههای تلفن در مغازه های لوازم الکترونیکی فروخته می شوند.
- اجاره کی باید پرداخت شود؟ (زمان پرداخت کرایه معمولاً اول هر ماه است).
- آیا امکانات لباسشویی در داخل ساختمان یا در محلی نزدیک وجود دارد؟
- نزدیکترین ایستگاههای اتوبوس، مدرسه و یا خدمات دیگری که احتیاج دارید کجاست؟

- چه امکانات ایمنی (به عنوان مثال دودیابها (smoke detectors)) در داخل خانه و یا آپارتمان وجود دارد؟

- مبلغ ودیعه تضمینی (خسارت) چقدر می باشد؟

ودیعه تضمینی مبلغی است که قبل از اسباب کشی کردن، به محل جدید به صاحبخانه پرداخت می شود. این مبلغ باید از مقدار اجاره کامل ماه اول شما بیشتر باشد. صاحبخانه این مبلغ را در صورت آسیب رسیدن به ملک، عدم پرداخت اجاره و یا اسباب کشیدن بدون تمیز کردن ملک، پیش خود نگه میدارد. در صورت عدم وقوع این شرایط، صاحبخانه موظف به برگرداندن این مبلغ به همراه بهره پس از اسباب کشی شما می باشد.

توافقنامه اجاره محل مسکونی (اجاره نامه) قراردادی کتبی میان صاحبخانه و مستأجر می باشد که حاوی مبلغ دقیق اجاره، قوانین اجاره و مدت اجاره می باشد. اگر صاحبخانه قول انجام تعمیرات و یا تغییرات داده است، این تعمیرات باید در اجاره نامه نوشته بشوند.

هرگز اسنادی را که نمی فهمید امضا نکنید

اگر به کمک نیاز دارید، با یکی از دفاتر خدمات مهاجرین تماس گرفته و یا از یکی از دوستانتان که به زبان انگلیسی تسلط دارد کمک بگیرید.

اجاره مسکن

پس از اینکه تصمیم به اجاره محلی گرفتید:

- ودیعه را بپردازید. پس از اینکه ودیعه پرداخت شود، صاحبخانه نمی تواند خانه و یا آپارتمان را به شخص دیگری اجاره دهد.

- ترتیب برقراری خدمات تلفن، آب، برق و گرما را در روزی که انتظار اسباب کشی دارید و یا روز قبل آن، بدهید. (صاحبخانه می تواند شما را در مورد انجام این امر یاری دهد.) هزینه برقراری صنایع همگانی (تلفن، آب، برق و گرما) معمولاً در اولین صورت حساب ماهیانه ای که دریافت می کنید گنجانده شده است.

- کلید خانه و یا آپارتمان را از صاحبخانه در روز اسباب کشی دریافت کنید.

طبق قانون، صاحبخانه و مستأجر موظف به تکمیل گزارش بازرسی در فاصله یک هفته قبل و یا بعد از روز اسباب کشی مستأجر می باشند. نوشتن تمامی اشکالات موجود و تعمیرات لازم در این گزارش برای جلوگیری از مطالبه آنان از سوی صاحبخانه پس از اسباب کشی شما از این منزل بسیار مهم است.

به خاطر داشته باشید که صورت حساب آب، برق، گاز طبیعی و تلفن را (اگر مبلغ اجاره شامل آنها نمی شود) بموقع بپردازید. در صورت عدم پرداختن این صورت حسابها خدمات قطع خواهند شد و مجبور به پرداختن مبلغ اضافه ای برای دوباره وصل کردن آنها می شوید.

تبعیض

در آلبرتا، مالکین حق خودداری از اجاره دادن املاکشان به افراد بر اساس نژاد، مذهب رنگ پوست، جنسیت، سن و سال، تبار، محل تولد، وضعیت ازدواج، وضعیت خانواده، منبع در آمد، ناتوانی جسمی و یا ناتوانی روحی را ندارند. اگر مالکی از اجاره دادن به شما به دلیل یکی از این موارد سرباز زند، می توانید به کمیسیون تابعیت و حقوق بشر آلبرتا شکایت کنید.

اگر پایه و اساس مستدل و معقول برای خودداری مالک از اجاره دادن به شما وجود دارد، این امر منع قانونی ندارد. به عنوان مثال مالکین مجتمعه‌های مخصوص سالمندان (آپارتمانها و کاندومینیوم های مخصوص افراد پیرتر از سنی خاص) می توانند از اجاره این مکان به افراد جوانتر خودداری کنند.

از مسکن اجاره ای اسباب کشی کردن

وقتی که قصد اسباب کشی از منزل اجاره ای را دارید:

- به طور کتبی زمان اسباب کشی را به مالک اطلاع دهید. قرارداد اجاره خود را برای یافتن مدت زمان و وقتی که خبر اسباب کشی باید به مالک داده شود را بررسی کنید. مثلاً ممکن است که لازم باشد خبر اسباب کشی را حداقل به مدت یک ماه قبل از انجام آن به مالک بدهید.
- ترتیب قطع خدمات آب، برق، گاز و تلفن را بعد از اسباب کشی تان بدهید. (در صورتی که مبلغ اجاره ماهیانه شامل هزینه اشان نمی شود). در صورت عدم انجام این امر، حتی بعد از اسباب کشی شما ملزم به پرداخت هزینه این خدمات می باشید.
- به یکی از مراکز پست کانادا رفته و تقاضای کارتهای "change of address" را بکنید. برای اطلاع دادن به دوستان و سازمانها در مورد آدرس جدیدتان این کارتها را به آنها بدهید. در قبال دریافت مبلغی، و برای مدت کوتاهی پست کانادا، محصولات پستی فرستاده شده به آدرس قبلیتان را به آدرس جدیدتان می فرستد.
- تمامی اتاقها و اسباب و اثاثیه را تمیز کنید. بعنوان مثال یخ یخچال را آب کرده و داخل یخچال و اجاق را تمیز کنید، فر را تمیز کنید، زمین و پنجره ها را بشوئید و موکتها را جاروبرقی بکشید. در صورت عدم تمیز کاری، امکان کم شدن هزینه تمیز کاری و تعمیر از ودیعه تان وجود دارد.

حقوق مالک و مستأجر

حقوق و مسئولیتهای مالکین و مستأجرین در آلبرتا توسط قانون اجاره داری مسکونی تعیین می شود. این شامل مستأجرینی که آپارتمانها، خانه ها و دیگر اماکن شخصی را اجاره می کنند می شود و اهالی پانسیونها

و هم اتافی هایی که در اقامتگاهشان با مالک بطور اشتراکی زندگی می کنند نمی شود. در اینگونه موارد تهیه توافقنامه کتبی که وظایف و حقوق شما و مالک را مشخص می کنند لازم می باشد.

تحت قانون اجاره داری مسکونی مالکین املاک اجاره ای باید:

- به شکل کتبی هویت مالک را به مستأجر اعلام کنند تا او بداند که اعلان اسباب کشی و مدارک دیگر را نزد چه کسی بفرستد.
 - بهره و وثیقه های تضمینی را به مستأجرین بپردازد (نرخ بهره هر ساله توسط دولت آلبرتا تعیین می شود).
 - مکان امن و راحتی برای زندگی مستأجرین فراهم کنند. مالکین مؤظفند که از ایمن بودن بنای ساختمان، کار کردن سیستمهای گرمایی، لوله کشی و عدم ورود آب، باران و برف به داخل ساختمان اطمینان حاصل کنند.
 - حد اقل سه ماه قبل از افزایش مبلغ اجاره به شکل کتبی به مستأجرین اطلاع دهند.
 - دلیل قابل قبولی برای درخواست تخلیه از مستأجرینی که اجاره ماهیانه را پرداخت می کنند، داشته باشند. (به عنوان مثال خود مالک و یا یکی از اقوامش قصد مستقر شدن در واحد اجاره ای را دارند و یا ملک فروخته شده و یا تخریب خواهد شد). در صورتیکه مستأجرین در انجام مسؤلیتهایشان کوتاهی کنند (مثلاً به مستأجرین دیگر آزار برسانند، به ساختمان آسیب برسانند، یا اجاره خود را سر وقت نپردازند) مالکین می توانند از آنها بخواهند که واحد اجاره ای را ظرف 14 روز تخلیه کنند.
- مالک تنها در مواقع اورژانس و اضطراری بدون اجازه داشتن و یا از پیش اطلاع دادن حق ورود به منزل مستأجرین را دارد. پس از اطلاع قبلی 24 ساعته و کتبی مالک می تواند برای بازرسی خسارت، انجام تعمیر و نشان دادن خانه به خریداران و یا مستأجرین احتمالی در صورتیکه مستأجر فعلی اعلان اسباب کشی خود را تحویل داده است، وارد منزل مستأجر شود.
- مستأجرین باید:
- اجاره خود را بموقع بپردازند
 - مراقب واحد اجاره ای بوده، آن را تمیز نگه دارند و به آن آسیب نرسانند
 - حقوق مالک و مستأجرین دیگر را تضییع نکنند
 - در داخل و اطراف واحد اجاره ای قانون جنایی را زیر پا نگذارند. (مثلاً آسیب رساندن به ملک و تجارت غیر قانونی کردن)

- از قوانین ذکر شده در توافقنامه اجاره داری پیروی کنند (به عنوان مثال قوانین مربوط به حیوانات خانگی، تختخوابهای آبی و تعداد افرادی که می توانند نزد مستأجر بمانند)
- قبل از اسباب کشی و تخلیه واحد اعلان کتبی لازم را به موقع تحویل مالک دهند.

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت سرویس آلبرتا www.servicealberta.gov.ab.ca مراجعه کنید. زیر عنوان Living in Alberta به دنبال Housing and Property بگردید و بر روی Information Landlords and Tenant کلیک کنید.

شوراهای مالک و مستأجر (در مناطقی که وجود دارند) به حل و فصل مشکلات میان مالکین و مستأجرین کمک کرده و اطلاعات اضافی (احتمالاً در قبال مبلغی به عنوان هزینه) نیز فراهم می آورند.

بیمهٔ املاک

اقتیاع بیمه برای حفاظت از ملک و دارایی خود، چه خانه بخرید و یا اجاره کنید، الزامی است. در صورت خرید خانه نیاز به خرید بیمه نامهٔ مالک و در صورت اجاره، به بیمه نامهٔ مستأجر نیاز دارید.

بیمه نامه های مالک و مستأجر شما را در برابر فقدان یا خسارت وارد شده به دارایی تان در سوانح طبیعی از قبیل باد، رگبار و تگرگ یا آتش سوزی، دزدی و خرابکاری (vandalism) حفاظت می کنند. لیست خطرات و اتفاقاتی که در مقابل آنها بیمه هستید در بیمه نامه درج می شود. این لیست معمولاً شامل خسارات ناشی از سیل، به ملک یا دارایی شخصی تان، نمی شود.

بیمه نامه های ارائه شده توسط شرکتهای مختلف با یکدیگر تفاوت دارند. بعضی بیمه نامه ها بهای مستهلک دارایی خسارت دیده را می پردازند (قیمت یک قلم نو منهای مبلغی تعیین شده بر حسب عمر و شرایط دارایی در زمان آسیب دیدن یا خراب شدن آن). بیمه نامه های ارائه کننده هزینهٔ تعویض کل مبلغ جایگزین کردن دارایی خسارت دیده با اقلام جدید را می پذیرد. تمامی بیمه نامه ها دارای مبلغی "کسر پذیر"، معمولاً حداقل 500 دلار می باشند و تنها در صورتی که خسارت وارد شده به شما بیشتر از مبلغ این "کسر پذیر" باشد توانایی مطالبهٔ مبلغ خسارت را دارید. **بیمه نامهٔ خود را بدقت بخوانید** و از مأمور بیمهٔ خود بخواهید که آنچه را که نمی فهمید به شما توضیح دهد.

برای پیدا کردن بهترین پوشش بیمهٔ ممکن در قبال کمترین هزینهٔ ممکن با دلال بیمه (broker) تماس گرفته و یا از تعدادی مأمور بیمه مظنه بخواهید (در صفحات زرد کتابچهٔ تلفن‌تان و یا در وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm تحت عنوان Insurance Agents and Brokers بگردید).

برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت اداره بیمه کانادا (www.abc.ca) و یا یکی از دفاتر محلی این اداره مراجعه کرده یا مرکز اطلاعات مصرف کنندگان (Consumer Information Centre) و شماره تلفن 423-2212 (780) در ادمونتون و شماره بدون هزینه اضافی 1-800-377-6378 در دیگر نقاط آلبرتا تماس بگیرید.

خدمات تلفن، اینترنت و پست

تماس تلفنی برقرار کردن

تقریباً تمامی افراد و خانواده ها در آلبرتا یک دستگاه تلفن دارند.

در تماسهای محلی (local) تماس تلفنی با شماره ای در همان منطقه برقرار می شود. تمامی شماره تلفن ها در آلبرتا تنها از پیش شماره ناحیه ای استفاده می کنند. شهر ها و شهرک های شمال Red Deer از پیش شماره 780 و مناطق جنوب این شهر از 403 استفاده می کنند. اگر قصد انجام تماسی محلی دارید نیازی به گرفتن پیش شماره ندارید. فقط 7 شماره عادی تلفن مربوط را بگیرید.

اگر تماس محلی از تلفن شخصی گرفته می شود هیچ هزینه اضافی وجود ندارد و می توانید هرچقدر می خواهید صحبت کنید. اگر چه در صورتی که این تماس از هتل و یا متلی گرفته می شود، امکان اضافه شدن هزینه ای برای آن در صورت حساب اقامتتان وجود دارد. از کارکنان پذیرش در مورد این هزینه بپرسید.

تلفنهای عمومی در مراکز پر جمعیت کوچک و بزرگ (و اغلب در ساختمانهای بزرگ) و در کنار خیابانها قرار دارند. برای تماس محلی:

- گوشی را بردارید.
- مبلغ 35 سنت را به درون محل مخصوص بریزید (یا از کارت تلفن یا کارت اعتباری شناخته شده ای استفاده کنید).
- شماره تلفن مورد نظر را بگیرید.

پس از برقراری تماس بوق آزاد و یا اشغال خواهید شنید. در صورت اشغال بودن خط گوشی را قطع کرده و پول شما برگردانده خواهد شد. برای دریافت کمک بدون پرداختن هزینه دکمه 0 را فشار داده تا با تلفنچی صحبت کنید.

کتابچه یا دفترچه های تلفن (که بعضی اوقات راهنمای تلفن خوانده می شوند) به قسمتهای مجزا با صفحات به رنگهای متفاوت تقسیم شده اند. شماره تلفنهای خدمات اورژانس، درمانی و اجتماعی معمولاً در پشت جلد و یا صفحه اول درج شده اند. دستورالعمل برای تماس گرفتن با راه دور نیز در ابتدای این کتابچه ذکر شده است.

راهنما همچنین حاوی:

- **صفحات سفید (White Pages)** که شامل اسامی خانوادگی و تجاری بر حسب حروف الفبا می باشند.
- قسمت مجزای صفحات آبی در شهرهای بزرگتر که شامل شماره های دولتی می باشند. در شهرکها و شهرهای کوچکتر در قسمت صفحات سفید برای دفاتر دولت فدرال تحت عنوان دولت کانادا و برای دفاتر دولتی استانی تحت نام دولت آلبرتا بگردید. اگر شماره تلفن یکی از دفاتر دولت آلبرتا در دفترچه تلفن درج نشده است، می توانید با Service Alberta با شماره تلفن 310-0000 برای دستیابی به دفتر مورد نظر تماس بگیرید. شماره تلفنهای محلی معمولاً تحت نام شهر (یا شهرک و روستا) درج شده اند. به عنوان مثال، شماره تلفنهای دفاتر دولت محلی (Lethbridge) تحت عنوان City of Lethbridge لیست شده اند.
- **صفحات زرد (Yellow Pages)** که بر حسب نوع دادوستد و حرفه یا خدمات دسته بندی شده اند (مثلاً بانکها، مراکز نگهداری کودکان (Day-care) ، دندانپزشکها، فروشگاههای بزرگ، آموزش رانندگی، اطلاعات در مورد اعتیاد به مواد مخدر و درمان آن، پیمانکاران برقکار).

اگر نیاز به پیدا کردن شماره تلفنی دارید ولی به کتابچه تلفن دسترسی ندارید، می توانید به وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm مراجعه کرده و یا با شماره 411 برای دریافت کمک تماس بگیرید. در صورت استفاده از خدمات 411 مبلغی جزئی برای تلفن و یا آدرس فراهم شده به صورت حساب تلفنتان اضافه می شود. بعضی افراد و مراکز تجاری از دستگاه های پاسخگو برای جواب دادن به خطوط تلفن در صورت عدم حضور خودشان برای انجام این امر استفاده می کنند. اگر پس از تماس با شماره تلفنی یکی از این دستگاهها به تماس جواب دهد، پیام از پیش ضبط شده ای را خواهید شنید، که معمولاً از شما می خواهد که نام، شماره تلفن و پیغامتان را پس از شنیدن بوق نزد دستگاه باقی بگذارید.

هزینه تماسهای راه دور بستگی به شرکت ارائه کننده خدمات راه دور، زمان تماس (صبح، ظهر، بعدازظهر، عصر، شب) مقصد، طول و نوع (مستقیم یا به کمک تلفنچی) تماس دارد. اگر قصد تماس راه دور داشته اما مطمئن نیستید که از چه پیش شماره ای استفاده کنید، می توانید با شماره 411 برای کمک گرفتن تماس بگیرید. در خاطر داشته باشید که در صورت استفاده از خدمات شماره 411 هزینه اندکی به صورت حساب تلفنتان اضافه خواهد شد.

خصوصیات و امکانات دیگر سیستم تلفن:

- اگر از تلفن شخصی تماس گرفته و شماره تلفن و پیش شماره مقصد را می دانید، می توانید تماس خود را به صورت **مستقیم** انجام دهید. پس از گرفتن 1 و پیش شماره، تلفن مورد نظر را بگیرید.

- برای گرفتن تماس با کمک تلفنچی، صفر و به دنبال آن پیش شماره و شماره تلفن مربوطه را بگیرید. اگر از تلفن عمومی اقدام به گرفتن تماس راه دور دارید و قصد انتقال مبلغ تماس به شماره تلفن دیگری را دارید یا می خواهید شخصی که تماس را دریافت می کند متقبل پرداخت هزینه آن شود، ممکن است نیاز به کمک تلفنچی داشته باشید.

خدمات تماس راه دور از طریق تعدادی شرکت در آلبرتا ارائه می شود. اینگونه شرکتها معمولاً برای تماسهایی که در زمانهای خاصی از روز یا هفته گرفته می شوند، تخفیف قائل می گردند. بعضی از آنها نرخهای ارزانهتری برای تماس با نقاط خاصی در دنیا دارند. اگر مایل به پیش خرید کردن تعداد دقایق معینی برای تماسهای راه دور می باشید، می توانید بجای پرداختن هزینه این تماسها از طریق صورت حساب تلفنتان، از کارتهای تلفن راه دور که در بسیاری از مغازه ها و فروشگاهها به فروش می رسند استفاده کنید.

با دولت تماس گرفتن

برای تماس با یکی از شماره تلفنهای محلی دولت آلبرتا، گرفتن شماره 7 رقمی کافی است. به عنوان مثال، اگر شما در ادمونتون هستید و قصد تماس با دفتری دولتی در ادمونتون را دارید، گرفتن پیش شماره لازم نیست.

می توانید به طور مجانی با یکی از دفاتر دولت آلبرتا از منطقه خودتان تماس بگیرید. با شماره 310-0000 تماس بگیرید و پس از شنیدن دستورات، پیش شماره و شماره 7 رقمی دفتر مورد نظر را بگیرید.

دسترسی به اینترنت

اکثر اهالی آلبرتا صاحب کامپیوتر هستند و یا در سر کار و مدرسه و دانشگاه به کامپیوتر دسترسی دارند. شرکتهای تلفنی و مخابراتی دسترسی به اینترنت از طریق خطوط تلفن و شرکتهای تلویزیون کابلی خدمات اینترنت کابلی را ارائه می دهند.

اگر در خانه خود یا یکی از دوستانتان توانایی دسترسی به اینترنت را ندارید، می توانید از خدمات اینترنتی ارائه شده در یکی از مراکز Community Access Program (CAP) در منطقه تان استفاده کنید. در آلبرتا اکثر این مراکز در کتابخانه ها، مراکز منطقه ای و مدارس قرار دارند. برای پیدا کردن محل نزدیکترین به محل سکونتتان، با شماره تلفن بدون هزینه (toll-free) 1-800-575-9200 تماس گرفته و یا از کتابداری در کتابخانه عمومی محلتان کمک بخواهید.

فرستادن بسته و نامه

برای فرستادن بسته و نامه می توانید از خدمات پست کانادا و دیگر شرکت‌های خصوصی پستی استفاده کنید.

نام و آدرس کامل مقصد را در روی و وسط پاکت نامه یا بسته بنویسید. آدرس برگشتی خود را در گوشه سمت چپ نوشته و در گوشه سمت راست تمبر بچسبانید.

تمبر و خدمات پستی در مراکز فروش پست کانادا در دفاتر پستی، داروخانه‌ها و فروشگاه‌های کوچکی که آرم پست کانادا را در معرض دید گذاشته اند مهیا می باشند. نامه‌هایی که دارای تمبر پستی کافی می باشند را می توان در صندوق‌های پستی پست کانادا که در کنار خیابانها قرار دارند انداخت. برای تعیین هزینه پستی دقیق نامه‌های سنگین و بسته‌ها باید آنها را به یکی از مراکز فروش پست برد. اگر بسته‌ای را به خارج از کانادا می فرستید، مسئول پستی از شما خواهد خواست که محتویات درون بسته را توصیف کرده و ارزش دلاری بسته را برای منظورات گمرکی مشخص نمایید.

پست کانادا برای انجام خدماتی از قبیل خدمات زیر مبلغی اضافه مطالبه می کند:

- تحویل سریعتر نامه یا بسته
- بیمه کردن موارد پستی ارزشمند
- دریافت گواهی تحویل مورد پستی (پست سفارشی).

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت پست کانادا (www.canadapost.ca) و وب سایت‌های شرکت‌های پستی دیگر مراجعه کنید.

حمل و نقل

حمل و نقل در شهرها

نقشه خیابانها در روزنامه فروشها موجود می باشد.

قدم زدن

قوانین و پیشنهادهای زیر در رابطه با راه رفتن در نزدیکی ترافیک و وسائط نقلیه فراهم شده اند:

- در پیاده روها راه بروید، از علائم ترافیکی اطاعت کنید و در سر چهار راه‌ها از خیابان عبور کنید. با بی توجهی از خیابان رد شدن (Jaywalking) (رد شدن از خیابان در نقطه‌ای غیر از چهار راه و پیاده روی علامت گذاری شده یا رد شدن از چراغ قرمز) در آلبرتا بر خلاف قانون است.

- اگر پیاده روی وجود ندارد، در سمت چپ جاده به شکلی که رو به ترافیک دارید راه بروید.
- در گوشه های بسیاری از خیابانها خط کشی محل عبور افراد پیاده بر روی جاده رنگ شده است. راننده ها موظف به ایستادن و حق تقدم دادن به پیاده ها بر سر این خط کشی ها می باشند. البته افراد پیاده نیز باید محتاط بوده و قبل از گذشتن از خیابان از ایستادن کامل اتوموبیل ها مطمئن شوند.
- برای راحت تر دیده شدن توسط رانندگان در شب، لباسهایی با رنگ روشن به تن کنید.

دوچرخه ها

- کودکان و بزرگسالان بسیاری در ماههای تابستان به دوچرخه سواری می پردازند. دوچرخه سواران باید قوانین ترافیکی مانند موارد زیر را رعایت کنند:
- افراد زیر 17 سال باید کلاه ایمنی تأیید شده به یر داشته باشند.
- در سمت راست یا مسیر (Lane) سمت راست و در یک صف (پشت سر هم) حرکت کنند.
- از تمامی علائم و چراغهای ترافیکی پیروی کنند.
- در هنگام دور زدن با استفاده از علائم دستی دیگر رانندگان را از قصد خود آگاه نمایند.
- در هنگام عبور از خطوط عابر پیاده یا پیاده رو ها از دوچرخه پیاده شده و مسیر را پیاده طی کنند.
- تنها یک نفر اجازه راندن دوچرخه های تک نفره را دارد.
- دوچرخه هایی که برای راندن در هنگام شب استفاده می شوند باید مجهز به چراغ و وسیله انعکاس نور (در پشت دوچرخه) باشند.

وسائط نقلیه عمومی

- اتوبوسها افراد را تنها در ایستگاههای اتوبوس سوار و پیاده می کنند. این ایستگاهها با علائم ویژه ای مشخص شده اند.
- در ادمونتون و کلگری سیستمهای Light Rail Transit (LRT) نیز وجود دارند که بعضی از نواحی شهر را به مرکز شهر وصل می کنند.
- بیشتر سیستمهای حمل و نقل، نقشه رفت و آمد قطارها و اتوبوسها را چاپ می کنند. برای کسب اطلاعات در زمینه مسیرها، زمانها و مبلغ بلیط به وب سایت شهرداری مراجعه کرده و یا با سیستم حمل و نقل تماس بگیرید. تلفنها در صفحات آبی (Blue Pages) کتابچه تلفن و یا تحت عنوان محل زندگی تان در صفحات سفید (White Pages) درج شده اند.
- در هنگام استفاده از اتوبوس مطمئن شوید که مبلغ دقیق بلیط را (سکه) همراه خود دارید. برای اینکه رانندگان اتوبوس قادر به برگرداندن بقیه پول شما نیستند. در ادمونتون و کلگری می توانید پاسهای ماهیانه یا دفترچه های بلیط را از فروشگاههای بسیاری خریداری کنید. دانش آموزان و دانشجویان اغلب می توانند از طریق مدرسه و یا دانشگاه پاسهایی با هزینه ای کمتر دریافت کنند.
- به علائم نصب شده در ایستگاههای LRT توجه کرده و همیشه پول بلیط خود را بپردازید. بازرسان برای مطمئن شدن از اینکه تمامی مسافرین دارای گواهی پرداخت هزینه بلیط (پاس، بلیط مهر و

تاریخ خورده یا برگه Transfer) میباشد بطور اتفاقی، بلیط مسافری خطوط قطار را چک می کنند. در صورت عدم پرداختن مبلغ لازم جریمه ای را متقبل خواهید شد.

- هزینه سوار اتوبوس شدن با طول مسیر شما تغییر نمی کند. اگر برای رسیدن به مقصد خود احتیاج به سوار شدن به اتوبوسی دیگر و یا قطار دارید، هنگامی که مبلغ بلیط خود را می پردازید از راننده اتوبوس تقاضای دریافت یک برگه Transfer بکنید. این برگه به شما اجازه استفاده از اولین اتوبوس یا قطار موجود، بدون پرداختن هزینه اضافی، و به مدت 90 دقیقه از زمان دریافت آنرا می دهد.
- شهرهای بزرگتر، سیستمهای حمل و نقل ویژه ای برای افرادی که دارای ناتوانیهای جسمی می باشند دارند. این اتوبوسها برای حمل صندلی چرخدار و انتقال افراد از خانه به مقصد مورد نظر طراحی شده اند. برای اطلاعات بیشتر با سیستم حمل و نقل عمومی منطقه خود تماس بگیرید.

تاکسی

- استفاده از تاکسی نسبت به دیگر وسائط حمل و نقل عمومی گرانتر است. اگرچه مسافری مستقیم به مقصدشان برده می شوند.
- تمامی شرکتهای تاکسیرانی یک شهر نرخ ثابتی دارند، اما ممکن است نرخها از شهر به شهر تفاوت داشته باشند.
- هر تاکسی دارای تاکسیمتر برای اندازه زمان و مسافت هر سفر می باشند. این تاکسیمترها مبلغ پرداختی را نیز نشان می دهند. چانه زدن برای نرخهای تاکسی جایز نمی باشد. انعامی در حدود 10٪ قابل انتظار بوده ولی الزامی نمی باشد.
- تاکسی ها معمولاً بیرون فرودگاهها، ساختمانهای بزرگ، هتلها، فروشگاههای زنجیره ای و بیمارستانها منتظر سوار کردن مسافر هستند. البته امکان تقاضای تاکسی از طریق تلفن نیز وجود دارد. شماره تلفنهای شرکتهای تاکسیرانی در صفحات زرد (Yellow Pages) کتابچه تلفن و در وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm لیست شده اند.

حمل و نقل بین مناطق مختلف (Communities)

اگرچه مناطق مختلف اغلب فاصله زیادی با یکدیگر دارند، استان آلبرتا سیستم خیلی مرتبی از بزرگراهها که مسافرت برای وسائط نقلیه موتوری را راحت و ایمن می سازند، دارا می باشد. نقشه بزرگراهها در مراکز اطلاعات توریستی که در کنار بزرگراههای شلوغ قرار گرفته اند در ازای مبلغ کمی قابل خرید می باشند.

اتوبوس، قطار و هواپیما گزینه های مسافرتی دیگری را فراهم می آورند:

- اتوبوسهای مسافربری میان تمامی شهرهای کوچک و بزرگ آلبرتا رفت و آمد می کنند. برای کسب اطلاعات در مورد نرخ بلیطها و برنامه حرکت این اتوبوسها تحت عنوان Buses or Bus Lines در صفحات زرد (Yellow Pages) کتابچه تلفن نگاه کرده و یا به وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm مراجعه کنید و یا با شرکتهای مربوطه تماس بگیرید.

- خدمات قطار مسافری، محدود به یک خط داخل استانی با ایستگاههایی در جاسپر (Jasper) و ادمونتون، و امکانات گردشگری از ونکوور (Vancouver) تا جاسپر، بنف (Banff) و کلگری می باشد. برای کسب اطلاعات در مورد نرخ بلیطها و برنامه حرکت به وب سایت VIA Rail Canada (www.viarail.ca) مراجعه کرده و یا با تلفن 1-888-842-7245 تماس حاصل نمایید ویا از وب سایت Rocky Mountaineer Railtours به آدرس www.rockymountaineer.com بازدید کنید ویا با شماره تلفن 1-877-460-3200 تماس بگیرید.
- شرکتهای هواپیمایی متعددی پروازهای هوایی مرتبی میان کلگری و ادمونتون ارائه می دهند. شرکتهای هوایی منطقه ای نیز پروازهایی به دیگر شهرهای استان فراهم می کنند. برای کسب اطلاعات، رایگان، در رابطه با هزینه ها و برنامه های پرواز با آژانس مسافرتی تماس حاصل نمایید. (در صفحات زرد تحت عنوان Travel گشته یا به وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm مراجعه کنید).
- اتو استاپ زدن (hitchhiking منتظر ماندن در کنار جاده و از رانندگان تقاضای سوار شدن کردن) عملی خطرناک بوده ودر بعضی استانها بر خلاف قانون می باشد.

گواهینامه رانندگی

گواهینامه رانندگی توسط دولتهای استانی در کانادا صادر می شوند. اگر شما دارای گواهینامه رانندگی بین المللی یا گواهینامه ای که در استان دیگری در کانادا صادر شده است می باشید ، برای پی بردن به زمان و چگونگی دریافت گواهینامه رانندگی صادره از آلبرتا با یکی از نمایندگان Alberta Registry تماس بگیرید. اگر برای مدتی بیشتر از 90 روز طی 12 ماه متوالی در آلبرتا بود ه اید، احتمالاً ملزم به گرفتن گواهینامه ی صادره از آلبرتا خواهید بود مگر اینکه دانشجوی تمام وقت باشید. نقل مکان کردن از یک استان به استانی دیگر مستلزم گرفتن گواهینامه جدید و ثبت کردن وسیله نقلیه خود در استان یا منطقه (Teritory) جدید میباشید.

تمامی رانندگان ماشینهای سواری و باربری و موتور سواران ملزم به داشتن گواهینامه رانندگی معتبر می باشند. گواهینامه باید در هنگام رانند و وسیله نقلیه موتوری نزد شما باشد (رانندگی بدون همراه داشتن گواهینامه می تواند باعث جریمه شدن شما گردد). مالکین اتوموبیلهای سواری باید قبل از استفاده از وسیله نقلیه در آلبرتا، آنها را ثبت کرده و برایشان بیمه خریداری نمایند. مدارک بیمه باید در ماشین نگهداری شوند. رانندگی بدون همراه داشتن این مدارک نیز می تواند منجر به دریافت جریمه شود. آلبرتا دارای سیستم صدور گواهینامه چند مرحله ای می باشد:

1. برای دریافت گواهینامه هنرجویی کلاس 7 ، رانندگان جدید باید حد اقل 14 سال سن داشته و در امتحان آیین نامه قبول شوند. این افراد محدود به رانندگی تحت شرایطی مشخص می باشند. به عنوان مثال، ایشان حق رانندگی کردن بین نیمه شب و ساعت 5 صبح را ندارند. در بقیه ساعات روز ،

تنها در صورتی که به همراه شخصی که حداقل 18 سال سن داشته و دارای گواهینامه باشد و در کنار راننده نشسته باشد، اجازه رانندگی دارند.

2. هنرجوی کلاس 7 یک سال پس از دریافت گواهینامه هنرجویی می تواند برای گواهینامه آزمایشی (PROBATIONARY) اقدام کند. متقاضیان باید حداقل 16 سال داشته و در امتحان رانندگی استاندارد آلبرتا قبول شوند. رانندگان آموزشی نیز محدود به رانندگی کردن تحت شرایط معینی می باشند. به عنوان مثال ایشان نمی توانند نقش همراه رانندگان کلاس 7 را ایفا کنند. پس از دریافت گواهینامه آموزشی برای حداقل دو سال و گذراندن امتحان رانندگی پیشرفته، رانندگان آموزشی می توانند برای دریافت گواهینامه کلاس 5 اقدام کنند. همچنین گواهینامه شان نباید در سال گذشته توقیف شده باشد. (برای اطلاعات بیشتر در مورد تعلیق و توقیف گواهینامه به قسمت ترافیک در این فصل مراجعه کنید).

هنگام تقاضای دریافت گواهینامه از شما درخواست ارائه اسناد اثبات هویت و سکونت در آلبرتا خواهد شد. تقاضا نامه اشخاص زیر 18 سال باید توسط پدر یا مادر و یا سرپرست امضاء شده باشد. طبق قانون، اگر فردی دچار بیماری یا ناتوانی باشد که امکان تاثیر بر رانندگی ایمن داشته باشد، باید این مسئله را در هنگام تقاضای گواهینامه اعلام کند. اگر سن شما از 75 سال بیشتر می باشد، باید گزارش پزشکی در هنگام ارائه درخواست خود تحویل دهید.

مراکز تعلیم رانندگی خصوصی به آموزش متقاضیان می پردازند. بعضی از این مراکز کلاسها و درسهای خود را به زبانهای غیر از انگلیسی نیز ارائه می دهند. برای دستیابی به لیست مراکز تعلیم رانندگی در ناحیه خود، به قسمت Driving Instruction در دفترچه تلفن (Yellow Pages) و یا سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm مراجعه کنید.

جهت تقاضای گواهینامه و یا دریافت اطلاعات در رابطه با رانندگی کردن ایمن و قوانین راهنمایی و رانندگی به یکی از مراکز Alberta Registry مراجعه کنید. جهت پیدا کردن نزدیکترین مرکز به محل اقامتتان به وب سایت خدمات دولت آلبرتا (www.governmentservices.gov.ab.ca/ra/ran.cfm) مراجعه و جستجو کنید و یا تحت عنوان License and Registry در دفترچه تلفن جستجو کنید.

برگه جریمه تخلفات رانندگی

پلیس به افرادی که از قوانین رانندگی (از قبیل سرعت غیر مجاز و یا توفیق کامل نکردن در برابر تابلوی ایست) تخطی می کنند برگه جریمه می دهد. مبلغ جریمه در این برگه ذکر شده است. شما با پرداخت جریمه، قانون شکنی را تصدیق می کنید. اگر اعتقاد دارید که هیچ عمل خلاف قانونی از شما سر نزده، می توانید به دادگاه بروید. اگر از جانب دادگاه گناهکار شناخته شوید، مجبور به پرداخت جریمه بوده و گواهینامه تان بین 2 تا 7 امتیاز منفی (Demerit Points) دریافت می کند.

اگر مقدار امتیاز های منفی از 15 بیشتر شود، گواهینامه تان برای یک ماه توقیف می شود. در طی این یک ماه شما حق رانندگی ندارید. قبل از شروع به رانندگی مجدد شما باید شرایط ویژه ای را بپذیرید.

رانندگی در حال مستی

قوانین سختگیرانه ای در مورد رانندگی به هنگام مصرف مشروبات الکلی در سیستم قضائی کانادا وجود دارد. موارد زیر خلاف قانون می باشند:

- راندن وسایط نقلیه در موقعیتی که توانایی رانندگی شما تحت تاثیر الکل و یا مواد مخدر مخدوش شده است.
 - امتناع از ارائه نمونه مناسب خون و یا آزمایش تنفسی هنگامی که از جانب افسر پلیس خواسته شده است.
 - درصد الکل بالاتر از 0.08 هنگام راندن وسیله نقلیه.
- گواهینامه رانندگانی که از هر یک از این احکام تخطی کرده اند بطور اتوماتیک به مدت یک ماه توقیف می شود. وجود هر گونه بطری مشروب باز شده در داخل وسیله نقلیه نیز بر خلاف قانون است. ظروف باز نشده محتوی مشروب نیز باید در محلی دور از دسترس راننده و مسافری (مانند صندوق عقب) نگهداری شود.

در صورت نا فرمانی از این قوانین حد اقل به یکی از این عواقب دچار خواهید شد:

- از دست دادن موقت یا دائم گواهینامه رانندگی
- جریمه سنگین
- افزایش مبلغ بیمه اتوموبیل
- شرکت اجباری در کلاسهای مخصوص رانندگان بی دقت
- محکومیت زندان.

تصادفات

اگر اتوموبیلی که شما می رانید درگیر تصادف رانندگی شود، طبق قانون مؤظف به ارائه نام، آدرس، شماره گواهینامه و مدارک بیمه خود به دیگر راننده می باشید. حتماً اطلاعات راننده دیگر را نیز از وی بگیرید و از اشخاصی که شاهد تصادف بوده اند بخواهید که نام و آدرس خود را در اختیار شما بگذارند. دیگر موارد مهم عبارتند از:

- اگر فکر می کنید که خسارت وارد شده بیش از هزار دلار می باشد، به پلیس خبر داده و با شرکت بیمه خود تماس بگیرید.
- اگر کسی مجروح شده است، فوراً تقاضای آمبولانس کرده و به پلیس خبر دهید. طبق قانون تا زمان رسیدن پلیس مؤظف به ماندن در محل تصادف می باشید.

مشکلات مربوط به انگلیسی صحبت کردن عذر قابل قبولی برای عدم پیروی از قوانین و یا عدم فرمانبری از دستورات پلیس نمی باشد. اگر برای ارتباط برقرار کردن مشکلی دارید، از مأمور پلیس بخواهید که برایتان مترجم فراهم کند.

کمر بند ایمنی

طبق قوانین آلبرتا، تمامی رانندگان و مسافریین وسائط نقلیه موتوری مؤظف به بستن کمر بند ایمنی می باشند. عدم استفاده از کمر بند ایمنی می تواند منجر به جریمه نقدی بشود.

کودکان زیر شش سال که وزنشان از 18 کیلو گرم کمتر است باید در صندلیهای ایمنی تأیید شدهٔ کودکان که به شکل صحیح نصب شده اند، نشانده و محفوظ بسته شوند.

خرید یا اجاره (Lease) وسائط نقلیه موتوری

اتوموبیل و وانت های دست اول را تنها می توان از آژانسهای اتوموبیل خریداری یا اجاره کرد. بر طبق قراردادهای اجاره شما با پرداخت مقدار معینی وجوه مشخص در طی اجاره و باز گرداندن وسیله نقلیه به شرکت در پایان این مدت موافقت می کنید. با وجود اینکه اجاره کردن اغلب راهی راحت و مناسب برای اختیار کردن وسائط نقلیه می باشد، ممکن است که ارزانترین راه برای انجام این امر نباشد. برای کسب اطلاعات بیشتر در رابطه با اجاره کردن وسائط نقلیه و مقایسه نرخهای شرکت های مختلف، به بخش اطلاعات برای مصرف کنندگان Information for Consumers در وب سایت www.government services.gov.ab.ca تحت عنوان Reality Choices مراجعه کنید و بر روی . In the Driver's Seat کلیک کنید.

قیمت اتوموبیل های نو متغیر بوده و عموماً میشود روی آنها چانه زد. اتوموبیل های نو دارای ضمانت نامه ای می باشند که مشخصات قطعاتی را که بدون هزینه برای مالک به مدت یک سال با بیشتر تعمیر میشوند معین می کند.

امکان خریداری اتوموبیل های دست دوم از صاحبان اینگونه اتوموبیلها وجود دارد. اکثر اتوموبیل های دست دوم دارای ضمانت نامه نیستند، ولی می توانید از مالک آن در این باره بپرسید. برای اطلاعات بیشتر در مورد خرید اتوموبیل به قسمت:

Everything Automotive section of the Alberta Motor Association www.ama.ab.ca مراجعه کنید.

بیمه سائط نقلیه

بعد از خرید یا اجاره یک وسیله نقلیه باید بیمه ای که جراحات بدنی، مرگ و خسارات مالی زمان سانحه را پوشش دهد نیز خریداری کنید. رانندگی بدون داشتن بیمه باعث جریمه شدن شما می گردد.

از آنجا که نرخ برنامه و پوشش های مختلف بیمه اتوموبیل از شرکت به شرکت فرق می کند، بهتر است که قبل از خرید قطعی بیمه از چند شرکت مختلف بر آورد قیمت کنید. بعضی از شرکتهای بیمه به اشخاصی که در آموزشگاه تعلیم رانندگی دوره گذرانده اند تخفیف می دهند و برخی دیگر، از افرادی که سوابق رانندگی خود را در آخرین کشور محل اقامتشان ارائه نکنند نرخ بیمه بیشتری دریافت می کنند. برای پیدا کردن اطلاعات درباره مأموران و واسطه های بیمه (Brokers) در محل زندگیتان تحت عنوان Insurance Agents در دفترچه تلفن یا در وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm جستجو کنید.

جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد بیمه و سائط نقلیه به وب سایت اداره بیمه کانادا www.ibc.ca یا به یکی از دفاتر محلی این اداره مراجعه کرده، یا با مرکز Consumer Information Centre به شماره 423-2212 (780) در ادمونتون یا شماره مجانی 1-800-377-6378 در بقیه نقاط آلبرتا تماس بگیرید.

ثبت کردن سائط نقلیه

وسائط نقلیه موتوری که تحت مالکیت ساکنین استان آلبرتا می باشند باید توسط یکی از نمایندگان Alberta Registry ثبت شوند. رانند و سائط نقلیه ثبت نشده می تواند باعث جریمه شدن راننده گردد. برای ثبت کردن وسیله نقلیه خود باید:

- ساکن آلبرتا باشید.
- صورتحساب یا مدرک خرید (سندی امضاء شده توسط فروشنده که محتوی مبلغ، مدل، ساخت و شماره سریال اتوموبیل و اسم کامل فروشنده می باشد) در اختیار داشته باشید.
- مدرک بیمه را ارائه نمائید.

وسائط نقلیه دست دومی که تا بحال در آلبرتا ثبت نشده اند باید توسط شخص مکانیکی که دارای گواهینامه معتبر و به روز تخصصی می باشد بازرسی و تأیید گردد.

پس از تحویل فرم درخواست تکمیل شده و پرداخت مبلغ ثبت، کارت ثبت اتوموبیل و شماره پلاک به شما ارائه خواهد شد. کارت اتوموبیل را همراه با کارت بیمه در اتوموبیل نگه دارید. نداشتن مدارک ثبت و بیمه یا پلاک اتوموبیل باعث جریمه شدن راننده وسیله نقلیه می گردد.

رانندگی در زمستان و مراقبت از سائط نقلیه

رانندگی در شرایط زمستانی (برف و سرما) مستلزم تدارکات مناسب از قبیل موارد زیر می باشد:

- **ایمن رانندگی کردن در شرایط زمستانی را فرا بگیرید.** آهسته تر رانندگی کنید. جاده های یخزده لغزنده می باشند و توقف بر روی این جاده ها از توقف بر روی جاده های غیر یخزده بیشتر طول می کشد. توقف ها و پیچیدنیهای ناگهانی، ترمزهای شدید و شتاب گرفتن سریع، خطرناک می باشند، چرا که ممکن است باعث سر خوردن اتوموبیل و از دست دادن کنترل از جانب شما گردد. برای یافتن راهنماییهای بیشتر در رابطه با رانندگی در زمستان به وب سایت Alberta Traffic (www.saferoads.com) Safety Initiative مراجعه نمائید.
- **کلاسهای رانندگی در شرایط زمستانی را بگذرانید.** بهترین راه برای یاد گیری رانندگی ایمن در شرایط زمستانی، گذراندن کلاس آموزشی رانندگی در زمستان در یکی از آموزشگاههای تعلیم رانندگی می باشد. برای یافتن لیست اینگونه آموزشگاهها در محل زندگیتان به دفترچه تلفن تحت عنوان Driving Instruction ویا به وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm مراجعه نمائید.
- **وسيله نقلیه خود را برای فصل زمستان آماده کنید.** هوای سرد می تواند مشکلات مکانیکی موجود را بدتر سازد، به همین دلیل از درست کارکردن وسیله نقلیه خود مطمئن شوید. مایع شستشوی شیشه و ضد یخ درون سیستم خنک کننده باید مناسب مصرف در هوای سرد باشند. لاستیکها باید در وضعیت مناسب و عاجهای چهار فصل یا زمستانی داشته باشند. وقتی که درجه هوا از -20° سردتر می شود، گرمکن داخل کارتِل را دو یا سه ساعت پیش از روشن کردن اتوموبیل به برق بزنید. این گرمکنها قسمت موتور ماشین را گرم می کنند که باعث سریع استارت زدن ماشین می شود.
- **لباس گرم و لوازم اضطراری در اتوموبیل نگهداری کنید.** اگر در برف بمانید ممکن است مجبور شوید تا رسیدن کمک صبر کنید. در صورت لزوم با بالا زدن کاپوت ، بستن پارچه و یا پرچم به نوک آنتن رادیو و استفاده از دیگر علائم اورژانسی توجه دیگران را جلب نمائید. در طوفان برف بطور مرتب اگزوز اتوموبیل را از برف پاک کرده و تمامی وسایلی را که ممکن است مورد احتیاج باشند از صندوق عقب به داخل ماشین منتقل کنید. اگر رسیدن کمک سریع نیست، داخل وسیله نقلیه بمانید و تا رسیدن کمک خود را گرم نگاه دارید.

رسوم اجتماعی

به خاطر داشته باشید که سنتهای اجتماعی در طی زمان تغییر پیدا کرده و به شرایط مربوطه بستگی دارند. در زیر فهرست تعدادی از رسوم کانادایی که ممکن است برای شما آشنا نباشند آمده است:

- زمانی که به شخصی معرفی می شوید رسم بر این است که بگویید "سلام، حالتان چطور است؟" بعضی از افراد دست راست خود را به جلو دراز می کنند و از شما انتظار دارند که با دست راست به آنها دست بدهید. بعضی از کاناداییها امتناع از دست دادن را امری غیر مؤدبانه می دانند.
- در هنگام سخن گفتن با افراد به فاصله 60 تا 100 سانتیمتری آنها بایستید. بسیاری از کاناداییها از اینکه شخصی که به درستی او را نمی شناسند آنها را لمس کند یا با فاصله کمتر از 60 سانتیمتری از آنها بایستد، راحت نیستند.
- سر وقت به قرار های ملاقات خود بروید. اگر وقت ملاقاتی برای دیدن دکتر، معلم و یا دوستی دارید، سعی کنید که در زمان مقرر با طرفین در محل ملاقات باشید. اگر می دانید که برای قراری دیر خواهید رسید و یا اگر نمی توانید سر قراری حاضر شوید، قبلاً تماس گرفته و طرف مقابل را از این امر آگاه نمائید.
- سیگار کشیدن در اماکن عمومی (نظیر مغازه ها، سینماها، ساختمانهای اداری و بسیاری از رستورانها) بجز در محدوده های معین، غیر قانونی است. این محدوده ها با علائمی خاص مشخص شده اند.
- گرفتن دست همدیگر یا بازو در بازو راه رفتن در معرض عموم از جانب کودکان و یا پدر و مادرشان و یا یک زوج زن و مرد قابل قبول است. البته فرمهای فیزیکی دیگر ابراز احساسات در ملاء عام آنچنان پذیرفته نمی باشد. دست در دست داشتن دو مرد و یا دو زن چندان جا افتاده نیست.
- در اکثر مواقع، پر سروصدا، پر خاشاک و خشن بودن قابل قبول نیست. این شامل بلند حرف زدن در یک مکان عمومی، توهین کردن به افراد و تنبیه کردن یک کودک در یک مغازه می باشد. کتک زدن یا تهدید کردن یک شخص دیگر بر خلاف قانون است. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد قوانین به بخش حقوق و مسئولیتهای تابعیت کانادائی در فصل قوانین و سیستم حقوقی مراجعه کنید.
- پرسیدن بعضی سؤالات شخصی، عملی غیر مؤدبانه محسوب می شود مگر اینکه طرف مقابل را بخوبی بشناسید. به عنوان مثال عموماً پرسیدن سؤالات زیر قابل قبول نمی باشد:

- درآمد شما چقدر است؟

- خانه یا اتوموبیلتان را چند خریده اید؟

- چرا ازدواج نکرده اید؟

- چند سالتان است؟

- وزنتان چقدر است؟

- چرا فرزندی ندارید؟

- اکثر اهالی آلبرتا ریختن آشغال در اماکن عمومی را تأیید نمی کنند. در بعضی مناطق امکان جریمه کردن افراد برای ریختن آشغال طبق قوانین فرعی وجود دارد. سطلهای زباله معمولاً در اماکن عمومی از قبیل مراکز خرید و پارکها موجود می باشند.

مراقبت و نگهداری از کودکان

در کانادا اولیاء بطور قانونی مسئولیت سرپرستی کودکان تا سن هجده سالگی را بر عهده دارند. هم پدر و هم مادر مسئول مراقبت از فرزندانشان می باشند. کودکان بین سنین 6 تا 16 سال باید به مدرسه بروند. آنهایی که کمتر از 12 سال سن دارند بطور معمول در خارج از خانه کار نمی کنند. صدور اجازه برای کار کردن کودک اگر دلیل قابل قبولی برای استخدام وی وجود دارد و کار مذکور برای کودک مناسب بوده و ایمن می باشد، امکان پذیر است.

کودکان کم سن و سال نباید در خانه تنها گذاشته شوند. اگر والدین هر دو خارج از منزل کار می کنند، باید گزینه مناسبی که پاسخگوی نیازهای خود و کودکانشان می باشد برای مراقبت و نگهداری از آنها انتخاب کنند. اینگونه گزینه ها شامل نگهداری غیر رسمی توسط آشنایان و فامیل، مربی کودک (baby sitter) یا دایه (در منزل خودشان یا منزل کودک) و گزینه های رسمی تر می باشد. گزینه های رسمی مراقبت از کودک شامل مهد کودکهای دارای گواهینامه، مهد کودکهای تأیید شده خانگی و مراکز مراقبت خارج از مدرسه می باشند که مؤلف به رعایت استانداردهای دولت بوده و بطور مرتب بازرسی می شوند. مراکز متعدد مراقبت از کودکان به شرح زیر می باشند:

- **مهد کودکها** و مهد کودکهای تأیید شده خانگی نگهداری و آموزش از طریق سرگرمی و بازی برای کودکان زیر 6 سال ارائه می دهند.
 - **مراکز مراقبت تأیید شده خارج از مدرسه** دارای گواهینامه، برای کودکان بین 6 تا 12 سال می باشند اما ممکن است از کودکانی که حد اقل 4.5 سال داشته و در یکی از برنامه های خدمات اوایل کودکی (Early Childhood Services) ثبت نام شده باشند هم نگهداری کنند.
 - **مراکز سر پائی (Drop-in)** برای والدینی که گهگاه نیاز به مراقبت از فرزندان خود دارند خدمات فراهم می کنند.
 - **کودکستانها** برنامه هایی مخصوص کودکان پیش دبستانی ارائه می دهند.
- مهد کودکها و مراکز خارج از مدرسه ممکن است در فرهنگسراها (کامیونیتی سنتر)، مراکز خرید، مدارس، ساختمان های اداری و کلیساها مستقر باشند. مهد های خانگی در منازل قرار دارند. مهد کودکها، مراکز خارج از مدرسه و مهد های خانگی معمولاً از دوشنبه تا جمعه از ساعات اولیه صبح تا 6 یا 7 بعد از ظهر باز می باشند. بعضی از این مراکز در هنگام عصر و شب و در ایام آخر هفته نیز باز

میباشند. مراکز خارج از مدرسه بطور معمول در ساعات قبل و بعد از مدرسه دایر بوده و در روزهایی که مدارس تعطیل است خدمات کامل روزانه ارائه می دهند.

در طول ماههای زمستان از والدین انتظار میرود که پوشاک مناسب برای کودکان فراهم کنند تا آنان بتوانند در فضای آزاد بازی کنند. باید به کودکان تذکر داده شود که هرچیز خیس (شامل پوست) در تماس با سطوح فلزی و آهنی در دمای سرد یخ زده و به این سطوح می چسبد.

کمک هزینه برای مراقبت از کودکان در مراکز نگهداری روزانه معتبر و مهد های خانگی معتبر موجود می باشد. همچنین کمکهای مالی برای آندسته از کودکان که سنشان حداقل 4.5 سال است و در برنامه (Early Childhood Services) ثبت نام شده اند و برای بخشی از روز نیاز به مراقبت دارند وجود دارد. مقادیر این کمکها به درآمد خانواده، علت نیاز به مراقبت و تعداد نفرات موجود در خانواده بستگی دارد. این کمکها قابل پرداخت به مربیان کودک خصوصی نیست. تنها مورد استثناء برنامه Kin Child Care (Kin Child Care Funding program) می باشد که امکان ارائه شدن آن در صورت محدود بودن دیگر گزینه های مراقبت از کودک وجود دارد.

اگر کودک شما دارای احتیاجات ویژه و خاصی (از قبیل مراقبت مداوم پزشکی یا ناتوانی جسمی و یا روانی یا تأخیر در پیشرفت ذهنی) می باشد، خدمات کودکان آلبرتا (Alberta Children Services) برای یافتن سرویسهای مراقبتی مناسب به شما کمک و یاری ارائه می دهد.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت خدمات کودکان آلبرتا (www.child.gov.ab.ca) مراجعه کرده یا با مرکز Child and Family Services Authority در منطقه خودتان تماس بگیرید. (شماره 310-0000 را بگیرید و تلفنچی شما را به مرکز مورد نظر وصل خواهد کرد). یا در کتابچه تلفن (yellow pages)، برای یافتن مهد کودکیها، مراکز مراقبت خارج از مدرسه و یا مهدهای معتبر خانگی، تحت عنوان (Day-Care Centres) جستجو کنید.

ورزش و سرگرمیهای تفریحی

پارکها

آلبرتا دارای تعدادی پارکهای منطقه ای استانی و دو پارک ملی مشهور (Jasper and Banff) می باشد. شما می توانید از مناظر طبیعی گوناگون، از جنگلها و رودخانه های پارکهای کوهستانی گرفته تا زمینهای باتلاقی صحرا گونه ای که در شرق کلگری قرار دارند لذت ببرید. بسته به نوع پارک گردشگران می توانند به فعالیتهای مختلفی از قبیل اسکی، کوهنوردی، دوچرخه سواری، قایقرانی، پیاده روی، ماهیگیری و کمپینگ پرداخته و از حیات وحش لذت ببرند.

در پارکها از حیات وحش چه درخشکی و چه در آب بر طبق قانون محافظت می شود. به همین دلیل قوانینی برای استفاده از پارکها وجود دارد و فعالیتهایی که باعث تخریب و نابودسازی مناطق می شود غیر مجاز می باشد.

مصرف مشروبات الکلی دراماکن عمومی از قبیل پارکهای محلی بر خلاف قانون می باشد.

جهت ورود به پارکهای ملی مبلغ کمی دریافت می شود. برای دریافت اطلاعات بیشتر در مورد پارکهای ملی به وب سایت Parks Canada (www.parkscanada.pch.gc.ca) مراجعه نمایید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد پارکهای استانی به بخش Enjoying Alberta/Parks and Protected Areas در وب سایت Alberta Community Development به آدرس www.cd.gov.ab.ca مراجعه کنید.

ورزش

دانش آموزان به شرکت کردن در فعالیتهای ورزشی در مدارس و تمامی افراد به پیوستن به تیمهای محلی و استفاده از مراکز تفریحی منطقه ای از قبیل استخرهای شنا و سالنهای یخ، تشویق می شوند. اگر قادر به پرداخت هزینه وسایل و شهریه لازم برای فعالیتهای ورزشی و تفریحی مورد علاقه کودک خود نمیباشید با تشکیلاتی که فعالیتهای مربوطه را ارائه میدهند تماس گرفته و در مورد برنامه های کمک مالی برای وسایل و شهریه بپرسید. امکان دریافت و خریداری وسایل دست دوم که هنوز در شرایط کیفی خوب و مناسب میباشند نیز وجود دارد.

بیش از صدها انجمن ورزشی تفریحی استانی در آلبرتا وجود دارند. برای اطلاعات بیشتر به بخش Programs and Services section of the Alberta Sport, Recreation Parks and Wildlife Foundation وب سایت (www.cd.gov.ab.ca/asrpwf) مراجعه کنید یا تحت عنوان شهر یا منطقه خویش (مثل City of Grande Prairie) در صفحات کتابچه تلفن (white or blue pages) یا وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm جستجو کنید.

فرهنگسرای محلی (Community Centre)

افراد برای شرکت در مراسم اجتماعی، ورزشی و یا جمع آوری کمکهای نقدی و غیر نقدی یا گذراندن کلاسهای آموزشی تفریحی (نظیر کلاسهای خیاطی، رقص و غیره) به فرهنگسراهای محلی واقع در محلات خود می روند. تشکیلات مذهبی و قومی نیز مکانهایی برای گرد آمدن و شرکت اعضایشان در فعالیتهای اجتماعی، آموزشی و مذهبی فراهم می کنند.

یادگیری سرگرمیهای تفریحی

مدارس و اتحادیه های منطقه ای اغلب برای افرادی که علاقه مند به فراگیری موضوعات مختلف (از قبیل کیک پزی، رقص، نقاشی، سفالگری، شطرنج، ژیمناستیک و ورزشهای دیگر و همچنین واحدهای ترک سیکار و نوشیدن مشروبات الکلی) می باشند، کلاسهای عصرانه ارائه می دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر به کامیونیتی سنتر (فرهنگسرای محلی)، هیئت مدیره مدارس دولتی، مدارس مجزا، اتحادیه های منطقه ای یا تشکیلات قومی و مذهبی ناحیه خود تماس بگیرید. مراکز انجمن آموزشی بزرگسالان (Community Based Adult Learning Councils) در بخش Alberta Advanced Education وب سایت (www.advancededucation.gov.ab.ca) لیست شده اند.

فعالیتهای فرهنگی

آلبرتا امکانات بسیاری برای استفاده و لذت بردن از فعالیتهای فرهنگی گوناگون نظیر بازدید از موزه ها، اجرای باله، اپرا و سمفونی ها، باغ وحش، تأثیر، گالریهای هنری، اماکن تاریخی، کتابخانه ها و غیره بسته به علایق گروههای قومی مختلف، فراهم می آورد. در طول ماههای تابستان مراسم بسیاری از قبیل نمایش سوارکاری، بازار مکاره، بازار کشاورزان، کنسرت های فضای آزاد و داخل سالن، همراه با فستیوالها و مراسم جشن بیشمار نظیر Calgary Stampede و Edmonton Heritage Days در آلبرتا بر پا می گردد. این مراسم در روزنامه ها، رادیو و تلویزیون تبلیغ می شود. برای اطلاعات بیشتر به Enjoying Alberta section of the Alberta Community Development وب سایت (www.cd.gov.ab.ca) مراجعه کنید.

پول و امور بانکی

راههای موجود برای پرداختن مبلغ خرید

اکثر مراکز دادوستد در کانادا پول نقد، کارتهای Debit و کارتهای اعتباری را به عنوان روشهای مختلف برای پرداختن مبلغ خرید ها می پذیرند. پول نقد (اسکناس و سکه) بیشتر برای پرداخت مبالغ خریدهایی پایین استفاده می شود. کارتهای Debit و اعتباری بیشتر برای پرداخت خریدی های گرانقیمت تر استفاده می شوند. امکان قبول نکردن چکهای شخصی برای پرداخت هزینه کالاها و خدمات وجود دارد.

پول نقد

پول رایج در کانادا شامل دلار و سنت می باشد. دلار معادل 100 سنت است. سکه های موجود در پول رایج کانادا عبارتند از:

penny پنی (1 سنت) quarter کوآرتر (25 سنت)

Nickel نیکل (5 سنت) loonie لونی (1 دلار)

Dime دایم (10 سنت) toonie تونی (2 دلار)

اسکناسها نیز در مقادیر معمول: 5، 10، 20، 50 و 100 دلار می باشند.

کارت‌های Debit

کارت‌های Debit بعضی اوقات کارت بانکی یا کارت‌های مشتری نیز خوانده می‌شوند. این کارت‌ها از طریق مؤسسه مالی شما (بانک، credit union or Alberta Treasury Branch) قابل حصول می‌باشند. این کارت‌های کوچک پلاستیکی به شما امکان استفاده از ماشین‌های بانکی اتوماتیک (ABM و ATM) به شکلهای مختلف) برای دریافت پول از حساب بانکی تان را می‌بخشند. امکان سپردن پول و انجام دیگر معاملات مربوط به حساب بانکی (مثل پرداخت صورتحساب) در ماشین‌هایی که توسط مؤسسه بانکی شما اداره می‌شوند نیز وجود دارد. غالباً استفاده از ABM های مؤسسات بانکی دیگر مستلزم به پرداخت مبلغ کمی از حساب بانکی تان می‌باشد.

فروشنده‌گان پرداخت مستقیم از طریق Debit را می‌پذیرند، امکان استفاده از کارت Debit برای خرید کردن وجود دارد. مبلغ خرید از حساب شما کسر شده و به حساب فروشنده واریز می‌گردد.

کارت‌های اعتباری

این کارت‌های کوچک پلاستیکی امکان خرید کردن و بعداً پرداختن مبلغ خرید را به شما می‌بخشند. هر کسی توانایی درخواست دریافت این کارت‌ها به شکل مجانی را دارا می‌باشد. مؤسسات مالی و بازرگانان معمولاً تقاضای دریافت کارت اعتباری آندسته افرادی را که دارای رده بندی اعتباری (سابقه پرداخت مبالغ قرض گرفته شده) قابل قبول می‌باشند را می‌پذیرند.

استفاده از کارت‌های اعتباری راحت و مناسب بوده اما اگر به خرید بدون اینکه قادر به پرداختن مبالغ مربوطه باشید، بپردازید، استفاده از آنها می‌تواند مشکل ساز باشد. آن مقدار مبلغی که تا قبل از موعد پرداخت، ذکر شده در صورتحساب کارت اعتباری، پرداخت نشده است، شامل دریافت بهره می‌شود. این قبیل بهره معمولاً بسیار سنگینتر از نرخ بهره انواع دیگر وامها می‌باشد. از آنجا که بعضی از کارت‌های اعتباری نرخ بهره کمتری در مقایسه با دیگر کارت‌ها ارائه می‌دهند، خواندن اطلاعات مربوط به نرخهای بهره قبل از استفاده از کارت اعتباری مهم می‌باشد.

چک

چک شخصی قطعه کاغذی است که از یک مؤسسه مالی (بانک، credit union or Alberta Treasury Branch) درخواست دریافت مبلغ ذکر شده بر روی چک از حساب مربوطه و پرداخت آن به شخص یا سازمان نامبرده شده بر روی چک را می‌نماید.

در زمان باز کردن حساب نزد یک مؤسسه مالی، دفترچه چک و یک دفتر ثبت چک دریافت می‌کنید. برای نوشتن چک، تاریخ، نام شخص یا سازمان دریافت کننده مبلغ، مقدار مبلغ به عدد و حروف و امضاء خود را در جاهای خالی معین شده بنویسید.

سه نکته مهم که به یاد داشتن آنها در هنگام نوشتن چک ضروری است:

1. اطلاعات مربوط به هر چکی را که می نویسد در دفتر ثبت چک یادداشت کنید. این به شما کمک خواهد کرد که مبلغ باقیمانده در حسابتان را از یاد نبرید.
2. حساب شما باید حاوی مقدار پول کافی برای پرداخت کلیه چکهایی که می نویسد باشد. در صورت عدم وجود پول کافی در حسابتان، ملزم به پرداخت مبلغی به عنوان (خالی بودن موجودی) به مؤسسه مالی خود می باشید. نوشتن چکی که حاوی مبلغی بیشتر از آنچه درون حسابتان وجود دارد بطور عمدی، امری خلاف قانون بوده و امکان دستگیری شما به عنوان کلاهبردار وجود دارد.
3. هرگز چکی را بدون نوشتن نام شخص یا سازمان دریافت کننده پول و مقدار آن امضاء نکنید. می توان از چک سفید (چک خالی ولی امضاء شده) برای دزدیدن پول از حساب شما استفاده کرد. هرگز چکی که قابل پرداخت به صورت "Cash" می باشد ننویسد مگر در یک مؤسسه مالی باشید، چرا که هر کسی می تواند اینگونه چک را وصول کند.

اگر از چک برای پرداختن مبلغ خرید استفاده کنید، احتمالاً از شما درخواست خواهد شد که دو قطعه مدرک شناسائی (مانند کارت اعتباری، گواهینامه رانندگی یا هر مدرک دیگری که عکس و امضای شما را دارا می باشد) ارائه دهید.

مؤسسات مالی

امکان گم شدن، دزدیده شدن و از بین رفتن پول نقد وجود دارد. در آلبرتا می توان پول را با امنیت خاطر در یک مؤسسه مالی از قبیل بانک و credit union or Alberta Treasury Branch نگهداری کرد.

مؤسسات مالی خدمات زیر را ارائه می دهند:

- مبادلات ارزی
- حسابهای جاری، پس انداز و دیگر انواع حسابها
- حواله ها و چکههای مسافرتی
- صندوقهای امانت
- خدمات پرداخت صورتحسابهای آب و برق، تلفن و کارتهای اعتباری از طریق تلفن و اینترنت
- کارت دبیت و اعتباری
- وامها.

این مؤسسات در قبال مبلغ پولی که در نزد آنها نگه می دارید به شما بهره می پردازند. نرخ بهره و چگونگی محاسبه آن به نوع حساب بستگی دارد. در صورت قرض گرفتن از یک مؤسسه مالی، شما موظف به پرداخت بهره تا زمان پرداخت کل مبلغ وام می باشید.

برای مطمئن شدن از زمان شروع بازپرداخت وام و مبلغ لازم برای پرداخت بهره مدارک وام را با دقت زیاد بخوانید.

نرخ بهره و هزینه های خدمات مؤسسات مختلف متفاوت می باشد. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات و هزینه با مؤسسات بانکی نزدیکتان تماس حضوری یا تلفنی گرفته یا به وب سایتشان مراجعه کنید.

انواع حسابهای بانکی

اکثر بانکها، credit union ها و Albert Treasury ها سه نوع اصلی حساب ارائه می دهند: جاری، پس انداز و ترکیبی از جاری و پس انداز. با نمایندگان خدمات درچندین مؤسسه مالی در مورد انواع حسابهایی که ارائه می دهند، صحبت کنید. بدین شکل می توانید هزینه خدمات و نرخ بهره های متفاوت را با یکدیگر مقایسه کرده و در مورد بهترین معامله ای که در قبال خدمات مورد نیازتان می توانید دریافت کنید تصمیم بگیرید.

در هنگام افتتاح حساب می توانید تقاضای دریافت کارت دبیت بنمایید. این کارت همراه با یک رمز (PIN) به شما داده می شود. برای استفاده از بانکهای ماشینی (ATM, ABM) یا پرداخت مستقیم با کارت دبیت به این کارت و رمز نیاز دارید. شماره رمزی انتخاب کنید که بر راحتی قابل حدس زدن نباشد (مثلاً از آدرس خود استفاده نکنید) و شماره رمز خود را بر روی کارتهای ننویسید و آن را به کسی دیگر ندهید. هر کس که به کارت و شماره رمز شما دسترسی پیدا کند می تواند بدون اطلاع شما از حسابتان پول برداشت کند. در صورت گم کردن کارت خویش فوراً به مؤسسه مالی که کارت را صادر کرده است اطلاع دهید. برای کسب اطلاعات کلی در مورد خدمات بانکی و راهنماییهای مختلف برای مصرف کنندگان به وب سایت انجمن بانکداران کانادایی www.cba.ca مراجعه کنید.

سرقت هویت (Identity Theft)

سرقت هویت زمانی اتفاق می افتد که شخص دیگری از اطلاعات شخصی شما برای کلاهبرداری استفاده می کند. به عنوان مثال سارقان هویت ممکن است به اسم شما کالا سفارش داده، از حساب بانکیتان پول برداشت کنند و یا با نام شما تقاضای دریافت کارت اعتباری کرده و از اسم شما برای گمراه کردن پلیس استفاده کنند.

- با پیروی از راهنماییهای زیر می توانید ریسک قربانی سرقت هویت شدن را کاهش دهید :
- شماره رمز حساب بانکی خود را نزد هیچ کس فاش نکنید. به عنوان مثال هنگام استفاده از بانکهای ماشینی ABM یا پرداخت مستقیم با کارت دبیت، طوری بایستید که دیدن شماره هایی که وارد دستگاه می کنید، برای دیگران براحتی امکانپذیر نباشد.
 - اطلاعات شخصی خود را پشت تلفن، از طریق پست یا بر روی اینترنت به دیگران ندهید مگر اینکه در ابتدا شما با شخص دیگر تماس گرفته باشید و می دانید که با چه کسی سروکار دارید.
 - قبل از اظهار اطلاعات شخصی خود، در مورد چگونگی استفاده یا فاش کردن آن سؤال کنید.
 - برای حسابهایی که از طریق تلفن یا اینترنت مورد دسترسی قرار می گیرند از رمز عبورهایی (password) که براحتی حدس زده می شوند (مانند نام خانوادگی مادرتان، تاریخ تولدتان و چهار رقم آخر شماره تلفنتان) استفاده نکنید.
 - نامه ها و بسته های پستی را سریعاً از صندوق پستی تان خارج کنید. در صورت تغییر آدرس از پست کانادا بخواهید که نامه هایتان را به آدرس جدید بفرستد و نامه های ارسالی خود را در صندوقهای پستی پستخانه بیندازید.
 - به زمانی که صورتحسابها را بطور معمول دریافت می کنید توجه کرده و در صورت عدم دریافت به موقع آنها پیگیری های لازم را انجام دهید.
 - اقلام حاوی اطلاعات شخصی خود را (مانند صورتحسابها، فرمهای مالیاتی و رسید ها) در مکانی مطمئن نگاه داشته و اگر به آنها احتیاج ندارید آنها را پاره کرده و دور بریزید.
 - فرمهای تقاضای کارت اعتباری را که در پست دریافت کرده اید و نمی خواهید پاره کرده و دور بریزید.
 - تعداد کارتهای هویت و اعتباری همراه خود را به حداقل کاهش دهید.
 - کارت شماره بیمه اجتماعی (SIN) خود را در مکان امنی نگهداری کنید. این شماره را تنها در زمان نیاز (مثل زمان پرکردن فرمهای مالیات و هنگام شروع کار جدید) ارائه دهید. برای اطلاعات بیشتر به بخش (SIN) در فصل استخدام مراجعه کنید.
- برای اطلاعات بیشتر در رابطه با سرقت هویت به بخش Information For Consumers، وب سایت Government Services به آدرس www.governmentsservices.gov.ab.ca مراجعه کنید و بر روی Tipsheets و بعد Identity Theft کلیک کنید.

چکهای پرداخت حقوق

برطبق قانون، کارفرماها باید حداقل یکبار در ماه به کارمندانشان حقوق بدهند. اکثر کارفرمایان هر دو هفته یکبار یا دو بار در ماه از طریق چک یا واریز مستقیم مبلغ، این امر را انجام می دهند. می توانید چک حقوقی را در بانک یا مؤسسه مالی که نزد آن حساب دارید تبدیل به پول نقد کنید. اگر گزینه واریز مستقیم را انتخاب کنید حقوقتان به شکل الکترونیکی در روزهای عادی پرداخت حقوق به حسابتان واریز می گردد.

قانون استاندارد استخدام آلبرتا کسر مقادیر زیر از حقوق کارمندان را روا می دارد:

- پرداختهای مالیات بر درآمد
- طرح پس انداز بازنشستگی
- طرح بیمه بیکاری
- حق بیمه خدمات درمانی آلبرتا.

برای کسر کردن مبلغ طرح پس انداز بازنشستگی کارمندی، حق بیمه دندانپزشکی و استفاده از پارکینگ از حقوقتان، کارفرما احتیاج به اجازه کتبی شما دارد. معمولاً تا قبل از شروع بکار کارفرمایان اطلاعات لازم در رابطه با این مبالغ را با شما درمیان گذاشته و اجازه کسر آنها را از شما کسب می کنند.

اطلاعات بیشتری در مورد مبالغ کسری دیگر و ملزومات دیگری از قانون استانداردهای استخدام بر روی وب سایت www.hre.gov.ab.ca/employmentstandards متعلق به اداره نیروی انسانی و کارگزینی آلبرتا، موجود می باشد. همچنین می توانید به سرویس کمکی آنها با شماره: (780)427-3731 در ادمونتون ویا خط مجانی 310-0000 از بقیه نقاط در استان با گرفتن شماره و وارد کردن (780)427-3731 تماس بگیرید. (نخست باید شماره 310-0000 را بگیرید، بعد (780)427-3731 را وارد کنید).

اطلاعات بیشتری در مورد حقوق و استانداردهای استخدام در نشر *A Guide to Rights and Responsibilities in Alberta Workplaces* produced by Alberta Human Resources and Employment یافت میشود. برای سفارش کپی مجانی خویش با خط مستقیم مرکز اطلاعات شغلی آلبرتا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون یا شماره مجانی 1-800-661-3753 در دیگر نقاط آلبرتا تماس بگیرید. همچنین می توانید کپی خود را از وب سایت اداره خدمات آموزشی آلبرتا (www.alis.gov.ab.ca/careershop) دانلود کرده یا سفارش بدهید.

خرید کردن

سیستم اندازه گیری در کانادا از سیستم امپریال به متریک تغییر یافته است. قیمت اجناس فروخته شده بر حسب وزن یا حجم (مانند گوشت، سبزیجات، بنزین) ممکن است با واحد های متریک یا با هر دوی واحد ها (متریک و امپریال) نشان داده شوند.

متریک	امپریال
طول 1 متر	1.1 یارد
وزن 1 کیلوگرم	2.2 پوند
حجم 1 لیتر	0.88 کوارت یا 0.22 گالن

اکثر مغازه ها و فروشگاهها در آلبرتا قیمت های ثابت داشته که جای چانه زنی ندارند. در هنگام خرید در مراکز تجاری مطمئن باشید که مبلغ اشیاء و محصولات را که با خود برداشته اید قبل از ترک هر مغازه پردازید، در غیر این صورت به دزدی متهم می شوید. صاحبان مغازه ها دوربین های مدار بسته در فروشگاههایشان نصب کرده و افرادی را برای گرفتن مشتریانی که جنس می دزدند، استخدام می کنند. دزدی از مغازه ها در کانادا خلافی جنایی قلمداد شده و می تواند پی آمدهای جدی داشته باشد (برای اطلاعات بیشتر به بخش سیستم حقوقی کانادا (The Canadian Legal System) مراجعه کنید.

تعویض و پس دادن اجناس

اگر جنسی را خریداری کرده اید و پس از مدتی تصمیم بگیرید که آن را برگردانید، مغازه مربوطه ملزم به پس دادن پول شما نمی باشد. سیاست های مغازه های مختلف در قبال باز پس گیری اجناس معمولاً در نزدیکی صندوق پرداخت پول نصب شده است. اگر رسید خرید جنس را با خود داشته و آنرا در ظرف محدوده زمانی مشخص باز گردانید، مغازه مربوطه ممکن است پولتان را به شما باز گرداند، به شما اجازه تعویض با جنس دیگری دهد یا اینکه رسیدی دهد مبنی بر اینکه بتوانید با آن مبلغ خرید دیگری در آینده از آن فروشگاه انجام دهید. لباس زیر، مایو شنا یا پوشاکی که پوشیده شده یا آسیب دیده اند قابل بازگرداندن نمی باشند.

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت www.governmentservices.gov.ab.ca مراجعه کنید. در بخش For Consumers Information گزینه Reality Choices را انتخاب کرده و به دنبال موضوع Shopping for Satisfaction بگردید.

هوشمندانه پول خرج کردن

راههای زیادی برای صرفه جویی در خرید های ضروری وجود دارد:

- خریدن مواد خوراکی اساسی از قبیل گوشت، آرد، شکر و غیره و آماده کردن وعده های غذایی در خانه، معمولاً ارزانتر از خریدن غذاهای از پیش آماده شده است.

- مغازه ها اغلب حراجهایی دارند که در روزنامه ها و تلویزیون تبلیغ میشود. قیمتها در حراج ممکن است تا 50 درصد کاهش پیدا کنند.
- مغازه های فروش لوازم دست دوم، انواع مختلفی اجناس با قیمتهای بسیار کاهش یافته ای برای فروش دارند. این مغازه ها بعضی اوقات اجازه چانه زنی به مشتریان می دهند ولی ممکن است که تنها پول نقد در قبال اجناس تقاضا کنند.
- مراکز مزایده، اجناس دست دوم را در حراجهای از پیش تبلیغ شده می فروشند. معمولاً می توانید اجناس را پیش از شروع حراج بازرسی کنید. در هنگام حراج، اجناس به شخصی که بالاترین قیمت را پیشنهاد کند فروخته می شوند. برای خودداری از پیشنهاد مبلغی بیش از توانایی خود، بهتر است که پیش از شروع حراج در مورد حداکثر مبلغ پیشنهادی خود برای جنس مربوطه تصمیم بگیرید.
- صاحبان خانه ها بعضی اوقات حراجهایی موسوم به garage sales or yard sales برای فروش لوازمی که دیگر به آنها احتیاج ندارند ترتیب میدهند. بدنبال تبلیغات و علائم این نوع حراجها در روزنامه ها و نزدیک چهارراههای محلاتان بگردید. امکان چانه زنی در yard sales نیز وجود دارد.

برای اطلاعات بیشتر به بخش Information For: Consumers وب سایت

www.governmentsservices.gov.ab.ca مراجعه کنید. بر لینک Reality Choices کلیک کرده و به

بخش You and Your Money بروید. می توانید پیشنهادات و کمکهای دیگری را در نشریه *Stretch*

your Dollars: Budgeting basics منتشر شده توسط Credit Counselling Services of Alberta

بیباید. برای سفارش کپی مجانی خود به وب سایت (www.alis.gov.ab.ca/careershop) مراجعه

کرده یا با خط مستقیم اطلاعات شغلی آلبرتا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون و شماره رایگان 1-

800-661-3753 در دیگر مناطق آلبرتا تماس بگیرید.

مالیات

دولتها برای فراهم آوردن بودجه لازم برای اداره و ارائه خدماتی مانند امور درمانی، تحصیل و امور اتوبانها به جمع آوری مالیات می پردازند. دولتهای استانی و فدرال مالیات بر درآمد و فروش و شهرها و شهرکها مالیات بر دارائی را دریافت می کنند.

مالیات بر درآمد

مقدار مالیات بر درآمدی که شما ملزم به پرداخت می باشید به مبلغ درآمدهای بستگی دارد. تمامی منابع درآمدها باید در فرم مالیاتی شما گزارش بشوند.

افراد دارای شغل آزاد و آنهایی که صاحب تجارت می باشند باید ترتیب پرداخت مستقیم مالیات بر درآمد خود را به اداره دارائی دولت کانادا (Canada Revenue Agency (CRA را بدهند. آندسته از

افرادی که برای دیگران کار می کنند باید اجازه کسر مالیات بر درآمد از حقوق خود را به کارفرمایان بدهند. کارفرمایان همه ساله در آخر ماه فوریه فرمهای T4 Statement of Remuneration را برای کارمندان خود می فرستند. این فرمها حاوی اطلاعاتی در رابطه با درآمد استخدامی شما در طی سال گذشته و مبالغ کسر شده برای مالیات بر درآمد و بیمه بیکاری میباشد.

بطور معمول، شما مؤلف به ارائه فرم تکمیل شده اعاده مالیات بر درآمد شخصی خود برای هر سال تقویمی قبل از 30 آوریل سال بعد می باشید. ممکن است موعد ارائه مدارک برای افراد دارای شغل آزاد متفاوت باشد. امکان ارائه جلسات اطلاع رسانی درباره چگونگی پر کردن فرمهای اعاده مالیات از سوی دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین و تشکیلات دیگر در طی ماههای فوریه، مارچ و آوریل وجود دارد. دفتر نمایندگی CRA اقدام به برگزاری برنامه های داوطلبانه ای که امکان تکمیل فرمهای اعاده مالیات افرادی که دارای شرایطی خاص می باشند را فراهم می آورند می کند.

در آخر هر سال، دفتر CRA برای افرادی که قبلاً مالیات بر درآمد پرداخته اند بسته ای مالیاتی پست می کند. هر بسته مالیاتی شامل راهنمای عمومی و کتابچه فرمهای اعاده مالیات بر درآمد و فهرست برنامه ها می باشد. اگر تا بحال به عنوان ساکن کانادا مالیات بر درآمد نپرداخته اید، می توانید از طریق یکی از راههای زیر بسته مالیاتی خود را دریافت کنید:

- فرمها و فهرست برنامه ها را از وب سایت www.cra.gc.ca/forms CRA دانلود کنید.
- بین ماههای فوریه و مه از یکی از دفاتر پستی بسته مالیاتی دریافت کنید.
- بین ساعات محلی 8:15 صبح و 5:00 عصر با شماره رایگان 1-800-959-2221 تماس بگیرید.

پس از تکمیل فرم اعاده مالیات بر درآمد، مشخص می شود که آیا به دولت پول بدهکارید یا طلبکارید. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت (www.cra.gc.ca) مراجعه کرده یا با شماره رایگانی که در بالا ذکر شده تماس بگیرید. منابع اطلاعاتی دیگر در رابطه با مالیات از قرار زیر می باشد:

- جزوه شماره T4055, *Newcomers to Canada* و برگه اطلاعات T4133, *Are you a newcomer to Canada?* اطلاعاتی در رابطه با سیستم مالیاتی کانادا و نحوه تکمیل کردن فرم اعاده مالیات بر درآمد برای اولین بار ارائه می کند.
- دوره آموزشی آنلاین (www.cra.gc.ca/tax/individuals) Learning About Taxes نیز اطلاعاتی درباره سیستم مالیاتی کانادا و چگونگی پر کردن فرم مالیاتی اولیه ارائه می دهد.
- آدرسها و شماره تلفنهای دفاتر خدمات مالیاتی در بخش دولت government دفترچه تلفن و در صفحه Contact Us وب سایت (www.cra.gc.ca) CRA موجود می باشد.

مالیات کالاها و خدمات (GST)

دولت فدرال مالیات فروش شش درصدی به نام مالیات کالاها و خدمات (GST) نیز دریافت می کند. (GST) به مبلغ تمامی خریدها به غیر از خرید خواربار اولیه و اجناس دست دوم، اجاره و برخی خدمات (مانند بسیاری از خدمات درمانی و تحصیلی) اضافه می گردد. خواربار اولیه آندسته از خوراکی هایی می باشند که باید قبل از مصرف آماده سازی شوند. (GST) باید به مبلغ بقیه انواع محصولات غذایی اضافه گردد.

اگر درآمد شما پایین می باشد، ممکن است مستحق دریافت اعتبار Goods and Services Tax (GST) باشید. برای دریافت هرچه سریعترین اعتبار فرم RC151, GST/HST Credit Application for *Individuals Who Become Residents of Canada* را تکمیل کنید. برای ادامه دریافت این اعتبار شما (و همسر یا شریک عرفی تان) باید فرم اعاده مالیات بر درآمد برای هر سالی که ساکن کانادا هستید پر کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد اعتبار GST/HST به وب سایت (www.cra.gc.ca) مراجعه کرده و یا با شماره 1-800-959-1953 تماس بگیرید. برای دریافت فرم وب سایت را بازدید کنید یا با شماره 1-800-959-2221 تماس بگیرید.

مزایای مالیات کودک کانادا

اگر فرزندی کوچکتر از 18 سال دارید، ممکن است واجد شرایط دریافت مزایای مالیات کودک کانادا باشید. این برنامه به منظور کمک کردن به هزینه های بزرگ کردن فرزندان، مبالغ ماهیانه که به آن مالیات تعلق نمی گیرد، فراهم می نماید. مقدار مبلغ دریافتی بر مبنای کل درآمد خالص شما بعلاوه درآمد خاص همسران و تعداد فرزندان زیر 18 سال شما قرار دارد. برای دریافت آن می توانید فرم RC66, *Canada Child Tax Benefit Application* را تکمیل کرده و آن را به همراه تمامی مدارک لازم به دفتر اداره دارائی کانادا Canada Revenue Agency بفرستید. همچنین ممکن است نیاز به ارائه فرم تکمیل شده برنامه RC66 Schedule, *Status in Canada/Statement of Income* داشته باشید. جزوه T4114, *Your Canada Child Tax Benefit* اطلاعات بیشتری فراهم می آورد. برای دریافت نسخه مجانی این جزوه و یا سفارش فرمها به سایت Canada Revenue Agency website (www.cra.gc.ca) مراجعه کنید و یا با شماره مجانی 1-800-959-2221 تماس بگیرید.

مالیات دارائی

اگر صاحب خانه، ساختمان یا زمین باشید، مؤظف به پرداختن مالیات دارائی به دولت محلی (شهر، شهرک یا شهرستان) می باشید. مقدار این مالیات به ارزش دارائی شما و محل زندگیتان بستگی دارد. برآوردهای مالیات دارائی سالی یکبار به صاحبین ابلاغ می شود. مستأجرین مؤظف به پرداخت مالیات دارائی نمی باشند.

استخدام

جامعه کانادا ارزش بسیاری برای کارکردن قائل است. مردان یا زنان (حتی نوجوانان) به صورت تمام وقت یا پاره وقت یا در تجارت شخصی خود کار می کنند.

شماره بیمه اجتماعی

شماره بیمه اجتماعی (SIN) شماره ای 9 رقمی بوده که برای اداره کردن برنامه های دولت کانادا استفاده میشود. برای کارکردن در کانادا یا دریافت مزایای دولتی نیازمند دریافت این شماره می باشید. برای دریافت شماره بیمه اجتماعی خود به یکی از مراکز خدماتی آلبرتا - کانادا (CASC - مرکزی که از طریق همکاری دولتهای آلبرتا و کانادا اداره می شود) یا یک مرکز سرویس کانادا Service Canada Center- (SC - مرکزی که تنها توسط دولت کانادا اداره میشود) رفته و درخواست دریافت این شماره را به شکل کتبی ارائه کنید. برای این امر به دوقطعه مدرک شناسائی اولیه (مثل گواهی تولد یا کارت بیمه درمانی آلبرتا) نیاز خواهید داشت. برای یافتن نشانی نزدیکترین دفتر CASC یا SC می توانید:

- با خط مستقیم مرکز اطلاعاتی شغلی آلبرتا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون یا شماره بدون هزینه 1-800-661-3753 در اقصی نقاط آلبرتا تماس بگیرید.
 - به وب سایت Alberta Learning Information Services www.alis.gov.ab.ca مراجعه کنید و بر Career Services Near You کلیک کنید و نزدیکترین مرکز به محلتان را پیدا کنید.
 - به وب سایت سرویس کانادا www.servicecanada.gc.ca مراجعه کنید و بر روی Find Services Where You Live کلیک کنید.
 - با شماره 1-800-622-6232 (1-800-O-CANADA) تماس بگیرید.
 - تحت عنوان Government of Alberta or Government of Canada در دفترچه تلفن (white pages or blue pages) جستجو کنید.
- در صورت گم یا دزدیده شدن کارت بیمه اجتماعی تان درخواست دریافت کارت جدیدی را به نزدیکترین دفتر CASC یا SC ارائه دهید. هزینه اندکی برای صدور کارت مجدد، اخذ می شود.

کاریابی

پیدا کردن کار در بازار کار و پررقابت آلبرتا نیازمند به اختصاص وقت کافی و داشتن عزم، انرژی، اعتماد به نفس، دانش و مهارتهای لازم می باشند. دانستن نکات زیر الزامی است:

- صلاحیت انجام چه نوع کارهایی را در آلبرتا دارید.
 - برای یافتن فرصتهای کاری مناسب در کجا جستجو کنید.
 - چگونه صلاحیت های خود را به کارفرمایان ارائه دهید.
- منابع و خدمات بسیاری برای کمک به افراد در رابطه با کاریابی وجود دارد:
- برای شروع، با خط کمکی اطلاعات شغلی آلبرتا (1-800-661-3753) از دیگر نقاط وب شماره 422-4266(780) در ادمونتون از استان آلبرتا تماس بگیرید.
 - به یکی از مراکز خدماتی اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا Human Resources and Skills که در سراسر استان مستقر می باشند مراجعه کنید. این مراکز و همچنین مراکز خدماتی آلبرتا-کانادا فهرست آگهی های استخدامی جدید را ارائه داده و مطالب اطلاعاتی مختلف در رابطه با برنامه ریزی شغلی و چگونگی کاریابی مهیا ساخته و اقدام به ارائه سمینارها و کارگاههای عملی در زمینه این موضوعات می نمایند. آدرس و شماره تلفن هر دو گروه این مراکز (خدمات استخدام و منابع انسانی آلبرتا و خدمات آلبرتا – کانادا) در دفترچه تلفن (white or blue pages) تحت عنوان Government of Alberta لیست شده اند. همچنین برای یافتن نزدیکترین مرکز به شما می توانید با خط مستقیم مرکز اطلاعات شغلی آلبرتا با شماره مجانی 1-800-661-3753 در تمامی آلبرتا یا شماره (780) 422-4266 در ادمونتون تماس بگیرید.
 - وب سایت خدمات استخدام و منابع انسانی آلبرتا www.hre.gov.ab.ca به مهاجرین برای یافتن کار کمک می کند، در وب سایت، Working in Albert و سپس Immigration را انتخاب کنید.
 - اداره Human Resources and Skills نشریه مجانی به عنوان *Working in Alberta: A Guide for Internationally Trained and Educated Immigrants* ارائه می دهد. با تماس با یکی از مراکز ذکر شده در بالا این نشریه قابل دستیابی می باشد.
 - وب سایت ALIS (Alberta Learning Information Service) به آدرس www.alis.gov.ab.ca اطلاعات بسیاری در مورد برنامه ریزی شغلی، استخدام و آموزش فراهم می آورد.
 - امکان کسب اطلاعات در رابطه با کاریابی و کارفرمایان محلی از کتابخانه های عمومی موجود است.
 - دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین اغلب دارای کارکنانی مسلط به چندین زبان بوده و تجربه کمک به دیگران برای کاریابی را دارا می باشند.

کارکردن در آلبرتا: راهنمایی برای مهاجرین بین المللی تحصیلکرده

آیا قصد جستجو برای کاری مربوط به حرفه آموزش دیده خود را دارید؟ آیا می دانید که چگونه تجربه کار بین المللی خود را به کارفرمایان آلبرتا ارائه دهید؟ کارکردن در آلبرتا دارای اطلاعات و ابزار کمکی برای جستجوی فرصتهای شغلی و حرفه ای شما، در نظر گرفتن گزینه های استخدامی دیگر و آشناسدن با محیط کاری می باشد. برای دریافت نسخه مجانی این نشریه با خط مستقیم مرکز اطلاعات شغلی آلبرتا Alberta Career Information به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون یا شماره مجانی 1-800-661-3753 در دیگر نقاط آلبرتا تماس گرفته یا از طریق وب سایت www.alis.gov.ab.ca/careershop نسخه ای سفارش دهید.

دفاتر نمایندگی بسیاری در سراسر آلبرتا وجود دارند که آماده یاری مهاجرین در تلاشهای کارایی شان می باشند:

دفاتر خدمات مهاجرین (immigrant-serving agencies) لیست شده در این بخش تنها شامل دفاتری که بطور مشترک از سوی دولتهای فدرال و آلبرتا از طریق برنامه خدمات ادغامی Integrated Services Program (ISP) آن دریافت بودجه می کنند می باشند. این دفاتر به قصد وارد کردن مستقیم مهاجرین به نیروی کار به آنان کمک و یاری ارائه می دهند. دفاتر خدمات مهاجرین دیگر که در اینجا لیست نشده اند نیز ممکن است خدمات و برنامه های مربوطه از قبیل خدمات سکنی گزینی، فراگیری انگلیسی قبل از استخدام و دیگر آموزشها ارائه نمایند. برای پی بردن به نحوه دستیابی به این برنامه ها و سایر خدمات مهاجرین:

- به بخش Alberta Human Resources and Employment در وب سایت www.gov.ab.ca/hre/immigration تحت عنوان Immigration مراجعه کنید.
- با خط مستقیم مرکز اطلاعات مشاغل آلبرتا Alberta Career Information به شماره 1-800-661-3753 در محدوده آلبرتا یا شماره 422-4266 (780) در ادمونتون تماس بگیرید.
- به مرکز خدمات Alberta Human Resources and Employment در محل زندگی خود مراجعه کنید. نشانی این مراکز خدماتی را می توان با تماس با خط مستقیم یا مراجعه به وب سایت ALIS www.alis.gov.ab.ca و انتخاب گزینه Career Services Near You در ستون سمت چپ پیدا کرد.

Edmonton

Edmonton Mennonite Centre for Newcomers
101, 10010-107A Avenue
Edmonton, AB T5H 4H8

Telephone: (780) 424-7709
Fax: (780) 424-7736
E-mail: mcnedm@emcn.ab.ca
Website: www.emcn.ab.ca

Calgary

Calgary Catholic Immigration Society
3rd Floor, 120-17 Avenue SW
Calgary, AB T2S 2T2
Telephone: (403) 262-2006
Fax: (403) 262-2033
E-mail: contact@ccis-calgary.ab.ca
Website: www.ccis-calgary.ab.ca

Calgary Immigrant Women's Association
#200, 138-4th Avenue SE
Calgary, AB T2G 4Z6
Telephone: (403) 263-4414
Fax: (403) 264-3914
E-mail: general@ciwa-online.com
Website: www.ciwa-online.com

Centre for Newcomers
#125, 920-36th Street NE
Calgary, AB T2A 6L8
Telephone: (403) 569-3325
Fax: (403) 248-5041
Website www.centrefornewcomers.ca

اکثر این خدمات رایگان می باشند. جهت استفاده بهینه از آنها نیازمند درک روند جستجوی کار می باشید.
چهار مرحله در این روند وجود دارند:

1. مهارتهایی که در اختیار دارید و مهارتهایی که ممکن است بخواهید بیشتر پرورش دهید را شناسایی کنید.

- کارفرمایان بدنبال مهارتهای شخصی و قابل انتقال از قبیل نحوه برخورد، توانایی کنار آمدن با دیگر کارمندان، قابلیت اعتماد و اطمینان، مهارتهای مربوط به حل مسائل و سازمان بخشی، در کنار مهارتهای فنی لازمه برای انجام شغلهای ویژه و معین می گردند.

- اگر دارای صلاحیت‌های پیشه‌وری یا تجارت می‌باشید، تحقیق کنید که آیا گواهینامه هایتان در آلبرتا به رسمیت شناخته می‌شوند یا خیر (برای اطلاعات بیشتر به بخش Evaluating Your Work Options در این فصل مراجعه کنید).
 - اگر انگلیسی را سلیس و روان صحبت نمی‌کنید، برای گذراندن کلاسهای English as a Second Language (ESL) اقدام نمائید (برای اطلاعات بیشتر به بخش English as a Second Language در فصل تحصیل مراجعه کنید).
2. کارفرمایی که محتاج به افرادی با مهارت‌های شما می‌باشند را شناسائی کنید. اکثر آگهی‌های استخدام در مراکز خدماتی Alberta Human Resources and Employment لیست نمی‌شوند.
- در حین زندگی روزمره با افراد دیگر در مورد نوع کاری که می‌جوئید گفتگو کنید. بعنوان مثال روند کاریابی خود را با مشاوران در دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین یا همکلاسیه‌هایتان در کلاس‌های ESL و همینطور آشنایان، دوستان و همسایگان درمیان بگذارید. اگر این افراد از مکان‌هایی که میتوان فرصتهای شغلی مناسب پیدا کرد آگاه نیستند، از آنان بخواهید که شمارا به اشخاص دیگری که ممکن است این اطلاعات را داشته باشند رجوع دهند.
 - در مورد صنایع آلبرتا و رشته‌های استخدامی در کتابخانه محلی یا وب سایت ALIS www.alis.gov.ab.ca یا یکی از مراکز خدماتی Alberta Human Resources and Employment اطلاعات بیشتر کسب کنید.
 - در بخشهای Classified and Careers روزنامه‌های محلی بدنال آگهی‌های استخدام بگردید.
 - برای یافتن کارفرمایان بالقوه در رشته شغلی خود از دفترچه تلفن (yellow pages) نسخه چاپی یا اینترنتی در آدرس www.mytelus.com/phonebook/index.vm استفاده کنید.
3. اطلاعات لازم برای تقاضای کار موردنظر را جمع‌آوری نمائید. کارفرمایان از شما انتظار پرکردن فرم تقاضا و یا ارائه رزومه از پیش تهیه شده را خواهند داشت. رزومه خلاصه‌ای کوتاه و تایپ شده از صلاحیتها و تجارب کاری شما می‌باشد.
4. صلاحیت‌های خود را به کارفرما ارائه دهید. در موقع پاسخ دادن به آگهی استخدام، از راهنمایی‌های ارائه شده پیروی کنید. معمولاً کارفرمایان تنها از متقاضیان دارای بیشترین صلاحیت برای انجام مصاحبه دعوت به عمل می‌آورند. در طی مصاحبه، از متقاضیان انتظار ارائه اطلاعات بیشتر در رابطه با چگونگی ارتباط صلاحیتها و تجاربشان با الزامات کار مربوطه می‌رود.
- برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد تکمیل فرمهای تقاضا، آماده کردن رزومه، و تأثیر مثبت گذاشتن در مصاحبه‌ها:
- با خط مستقیم مرکز اطلاعات مشاغل آلبرتا Alberta Career Information به شماره

1-800-661-3753 در محدوده آلبرتا یا شماره 422-4266 (780) در ادمونتون تماس بگیرید.

- اطلاعات مربوط به استخدام، فراهم شده در وب سایت ALIS Alberta Learning Information www.alis.gov.ab.ca را مطالعه کنید.
- با یکی از مشاوران در یکی از دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین یا یکی از مراکز خدمات Alberta Human Resources and Employment صحبت کنید.

ارزیابی گزینه های مختلف کاری

بسیاری از مهاجرین تازه وارد یافتن شغلی که بطور مستقیم مربوط به تعلیمات و سابقه کاریشان می باشد را کاری سخت و دشوار می یابند. شاید لازم باشد که برای مدتی در مورد نوع کاری که قصد به انجام آن دارید انعطاف پذیر باشید. پذیرفتن کاری انتقالی (کاری که ابتدا بمنظور کسب درآمد در حین جستجو برای فرصتهای دیگر اختیار می شود) شانس کسب تجربه کاری کانادائی، بهبود زبان انگلیسی و ترفیع دادن دیگر صلاحیتهایتان را فراهم می آورد.

امکان به رسمیت شناختن صلاحیتهای کسب شده در دیگر کشورها در آلبرتا وجود دارد. اگر دارای صلاحیتهای پیشه وری و تجارت می باشید با سازمان استانی مربوطه تماس حاصل نمائید. بعضی از مشاغل نیازمند ثبت شدن در سازمانهای حرفه ای مربوطه و یا دولت استانی، پیش از شروع بکار می باشند.

قابل ذکر است که همه مشاغل یا تجارتها دارای انجمنهایی که به ثبت افراد و نظارت بر عملکرد کارکنانشان می پردازند، نمی باشند. برای فهمیدن اینکه آیا شغل یا تجارت شما دارای سازمانی حرفه ای در آلبرتا می باشد یا خیر به وب سایت www.alis.gov.ab.ca/certinfo (Certification and Registration Requirements for Employment in Alberta) مراجعه کنید. در بعضی موارد این تشکیلات می توانند اطلاعات بیشتر و یا کمکهای دیگر برای یافتن کار در زمینه تعلیمات و تجارب شما در خارج از استان فراهم آورند.

در موارد عدم وجود انجمن یا تشکیلات مربوط به رشته کاری شما، یکی از دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین در نزدیکی محل سکونتتان ممکن است قادر به ارائه کمک و یاری بیشتر باشد. گزینه دیگر یافتن اسامی شرکتهایی که در رشته کاری شما فعالیت می کنند در دفترچه تلفن (yellow pages) و تماس مستقیم با آنها می باشد.

برای پیدا کردن کار در حرفه یا تجارت خود ممکن است مجبور به ارتقاء بخشیدن صلاحیتهایتان بشوید.

ارتقاء دادن صلاحیت‌هایتان

ممکن است راه‌های متعددی برای افزایش شانس استخدامتان در آلبرتا وجود داشته باشد. در رابطه با خدمات ارزیابی صلاحیت با یکی از دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین تماس بگیرید، چرا که ایشان می‌توانند شما را در تصمیم گرفتن برای ارزیابی اعتبار نامه‌هایتان یاری کرده و بسوی سازمان‌های مربوطه راهنمایی‌تان نمایند. همچنین ممکن است بخواهید که:

- با ثبت نام در یکی از برنامه‌های انگلیسی بعنوان زبان دوم، انگلیسی خود را تقویت کنید (برای اطلاعات بیشتر به بخش English as a Second Language مراجعه کنید)

- تعلیمات و تحصیلات بیشتری در زمینه رشته کاریتان کسب کنید. (در صورتی که تحصیلات و تجارب شغلیتان صلاحیت کافی برای کارکردن در آلبرتا برایتان فراهم نمی‌آورند). برای اطلاعات بیشتر در مورد برنامه‌های ارتقائی با یکی از مشاوران در یکی از دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین صحبت کرده یا به بخش Language وب سایت www.alis.gov.ab.ca ALIS مراجعه نمائید. Alberta Works می‌تواند برای کسب ارتقاء آکادمیک، شرکت در کلاسهای ESL یا کسب مهارتهای لازم برای یافتن و نگهداشتن شغل مناسب به شما کمک کند. ممکن است واجد شرایط برای دریافت کمک هزینه شهری و مخارج کتاب و وسایل خود نیز باشید. اگر در حال تحصیل به شکل تمام وقت می‌باشید، ممکن است صلاحیت دریافت کمک درآمد برای هزینه‌های اساسی و پوشش درمانی را نیز داشته باشید. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد حائز شرایط بودن خویش با Alberta Works با شماره تلفن 1-866-644-5135 یا 644-513 (780) در ادمونتون تماس بگیرید یا به وب سایت www.gov.ab.ca/hre/albertaworks مراجعه کنید.

- کارهای داوطلبانه که برایتان تجربه کاری کانادایی به‌مراه آورده و فرصتی برای تمرین زبان و آشنایی با افرادی که توانایی فراهم کردن مرجع و کمک در روند جستجوی کارتان خواهند داشت انجام دهید.

- برای کسب اطلاعات بیشتر نسخه رایگان *Volunteering: How to Build Your Career by Helping Others – کار داوطلبانه: چگونه با کمک به دیگران زمینه شغلی خود را ایجاد کنید*، با تماس با شماره اطلاعات شغلی آلبرتا 422-4266 (780) در ادمونتون و یا شماره رایگان 1-800-661-3753 سفارش دهید. همچنان می‌توانید از طریق سایت Alberta Learning Information Service (ALIS) به آدرس www.alis.gov.ab.ca/careershop آنرا دان‌لود کنید یا سفارش دهید.

- اگر تشکیلات یا انجمن حرفه‌ای در زمینه پیشه و حرفه شما در آلبرتا وجود دارد، با آنها تماس گرفته و در مورد خدمات ارزیابی صلاحیت‌های بین‌المللی از ایشان پرسید. ارزیابی چگونه سنجیده شدن اعتبارات شما در مقایسه با اعتبارات کسب شده در آلبرتا می‌تواند تأثیر بسزایی در اطمینان دادن به کارفرمایان بالقوه و اینکه دارای صلاحیت‌های مورد نظر می‌باشید، داشته باشد. بعضی انجمن‌ها خود مسئول کارهایی می‌باشند. انجمن‌های دیگر افراد را به خدمات ارزیابی صلاحیت بین‌المللی تحصیلات

عالیه آبرتا (IQAS) که مدارک تحصیلی بین المللی را ارزیابی کرده و یا آنها را با اعتبارات تحصیلی در کانادا مقایسه می کند، رجوع می دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت IQAS (www.advancededucation.gov.ab.ca/iqas) مراجعه یا با شماره تلفن 427-2655 (780) در ادمونتون تماس بگیرید، و یا می توانید به شکل بدون هزینه از دیگر نقاط استان با شماره 310-0000 تماس گرفته و شماره 427-2655 (780) را پس از شنیدن دستورات مربوطه وارد کنید.

- برای کسب صلاحیت ثبت و گواهینامه های حرفه ای و تجارت در آبرتا، در امتحانهای مربوطه شرکت کنید. اگر انجمن حرفه ای مربوط به شغلان در آبرتا وجود دارد به وب سایتشان مراجعه کرده یا مستقیماً با این تشکیلات تماس بگیرید. برای اطلاعات بیشتر در مورد گواهینامه های حرفه ای به وب سایت آموزش صنعتی و کار آموزی تحصیلات عالی آبرتا (www.tradesecrets.org) مراجعه نمایید.

اگر این تدابیر جوابگوی شرایط خاص شما نمی باشند و توانایی پیدا کردن کار در رشته شغلی خود را ندارید، می توانید گزینه تغییر شغل را در نظر بگیرید.

تعویض شغل

در طی زندگی کاری خویش اکثر اهالی کانادا چندین بار اقدام به تعویض شغل خود می نمایند. اگر قادر به پیدا کردن کار در زمینه شغلی خود نبوده یا اگر ارتقاء صلاحیتها/پتان در این مقطع زمانی گزینه قابل انجامی نیست، شاید مجبور به یافتن کار در رشته حرفه ای دیگری هستید. به طور مثال اگر به کسب در آمد فوری احتیاج دارید، ممکن است مجبور به اختیار کاری انتقالی که حقوق پرداختی آن کمتر از آنچه عادت به دریافت دارید می باشد، شوید.

اگر قصد تعویض شغل دارید، موقعیت خود را با یکی از مشاورین در یکی از دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین در میان گذاشته و یا با خط مستقیم اطلاعات شغلی آبرتا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون و شماره 1-800-661-3753 برای بقیه نقاط آبرتا تماس گرفته یا با یکی از مشاورین مراکز خدمات استخدام و منابع انسانی صحبت کنید (برای پیدا کردن نزدیکترین مرکز به محل زندگیتان با خط مستقیم اطلاعات شغلی آبرتا تماس بگیرید). شاید این منابع گزینه هایی که تا بحال در نظر نگرفته اید را به شما پیشنهاد کنند.

معیارها و استانداردهای استخدام

قوانین و استانداردهای استخدامی آلبرتا التزامات و وظایف کارفرمایان و کارمندان را تعیین می کنند. قوانین موجود در رابطه با موارد زیر می باشند:

- پرداخت درآمد و حقوق
- حداقل کارمزد
- ساعات کاری و اضافه کار
- روزهای استراحت و مقاطع زمانی استراحت روزانه
- تعطیلات و حقوق دوران تعطیلات
- تعطیلات رسمی و عمومی
- مرخصی زایمان و parental
- استخدام افراد زیر 18 سال
- بیانیه درآمد و کسریات (Statement of earnings and deductions)
- کشاورزان و کارکنان در مزارع
- ختم استخدام.

برای اطلاعات بیشتر به بخش Employment Standards وب سایت Alberta Human Resources and Employment به آدرس www.hre.gov.ab.ca/employmentstandards مراجعه کرده یا با شماره تلفن 427-3731 (780) در ادمونتون و یا شماره 310-0000 (و وارد کردن 427-3731 (780) پس از راهنمایی های مربوطه) در دیگر نقاط آلبرتا تماس حاصل نمایید.

اگر بیزنس شخصی داشته و دیگران را استخدام می کنید، دانستن و رعایت کردن قوانین کاری آلبرتا مسئولیت و وظیفه شما می باشد.

ایمنی و سلامت در محیط کار

قوانین دیگری برای حفاظت کارمندان در مقابل شرایط کاری خطرناک و مخاطره آمیز نیز در آلبرتا وجود دارند. اگر فکر می کنید که امری در محل کارتان برای شما و یا شخص دیگری خطرناک می باشد، این مشکل را با کارفرما و یا سرپرست خویش مطرح کنید. اگر مشکل مربوطه همچنان ادامه پیدا کرد، با اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا تماس گرفته و از آنها بخواهید که به این موضوع رسیدگی کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با مرکز تماس ایمنی و سلامت در محیط کار به شماره 415-8690 (780) در ادمونتون و شماره toll-free 1-866-415-8690 در دیگر نقاط آلبرتا تماس گرفته یا به وب سایت (www.whs.gov.ab.ca) مراجعه نمایید.

انتظارات کار فرما

در آلبرتا و دیگر نقاط کانادا، کارفرمایان از کارمندان انتظار موارد زیر را دارند:

- **به موقع سر کار آمدن و انجام کارها** پیش از ضرب العجله‌های موجود، حتی در زمانهایی که سرپرست حاضر نمی باشد.
 - **دوستانه، مؤدبانه و محترمانه** برخورد کردن با مشتریان، سرپرستان و همکاران. از افراد با پیش زمینه های نژادی، قومی و مذهبی متعدد انتظار کار کردن با یکدیگر و با احترام به یکدیگر برخورد کردن، بدون در نظر گرفتن پست و مقامشان در شرکت، انتظار می رود.
 - **مسئولیت پذیر بودن.** اگر نمی دانید چگونه امر خاصی را انجام دهید از کسی در این مورد سؤال کنید. اگر راهنماییها را نمی فهمید بیشتر سؤال کنید. اگر به کمک احتیاج دارید، از دیگران کمک بخواهید. اگر امری را اشتباه انجام داده اید در قبال عمل خود مسئولیت بپذیرید.
 - **همکاری کردن و مفید بودن.** کار فرمایان ترجیح به استخدام و حفظ کردن افرادی که از خود علاقه مندی به کار نشان داده و با همکاران و سرپرستان اطلاعات در میان می گذارند می دهند. آنها به دنبال کارمندانی که با دیگران به راحتی کار می کنند (که غالباً Team Player خوانده می شوند) می باشند پس بهتر است که اگر می توانید، هنگامی که همکارانتان نیاز به یاری دارند، به آنها کمک کنید.
 - **کار آمد و فعال بودن.** کارفرمایان از شما انتظار دارند که کارهایتان را به موقع انجام دهید. اگر می بینید که کاری نیاز به انجام شدن دارد، آنرا انجام داده بدون اینکه صبر کنید تا شخص دیگری از شما بخواهد که آنرا انجام دهید. اگر از انجام دادن امر مذکور مطمئن نیستید، درباره آن از کسی بپرسید.
 - **انعطاف پذیر و سازگار بودن.** دنیای کار در حال تغییر دائم می باشد. بهترین راه برای کنار آمدن با تغییر فراگیری دائم مهارتهای جدید می باشد.
 - **درستکار و قابل اعتماد بودن.** کارفرمایان باید به کارمندان خود ایمان داشته باشند و بدانند که افرادی که استخدام می کنند قابل اطمینان می باشند.
- برای اطلاعات بیشتر به نشر *Job Smart: Tips for staying employed* منتشر شده توسط اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا مراجعه کنید. برای سفارش نسخه مجانی خود، با خط مستقیم اطلاعات

شغلی کانادا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون یا toll-free 1-800-661-3753 در دیگر نقاط آلبرتا تماس بگیرید. همچنین می توانید نسخه ای از وب سایت (ALIS) (www.alis.gov.ab.ca/careershop) دانلود کرده و یا سفارش دهید.

بیمه بیکاری

بیمه بیکاری یا استخدامی (Employment Insurance (EI)) کمک مالی برای آن دسته کاناداییهای بیکاری که در حال جستجو برای کار یا ارتقاء مهارتهای خویش می باشند فراهم می آورد. برای دریافت EI باید ناچند شرایط زیر باشید:

- برای EI درخواست تقاضا کرده باشید
- هزینه EI را پرداخت کرده باشید
- برای حداقل 7 روز پشت سر هم بیکار و بی حقوق بوده باشید
- به تعداد ساعتهای قابل دریافت بیمه (بر حسب محل زندگی و نرخ بیکاری در ناحیه اقتصادیان در زمان اظهار مطالبه تان) کار کرده باشید.

در هنگام ترک شغلی تمام وقت، کارفرمایان باید تاریخچه استخدامی، تعداد ساعتهایی که کار کرده اید، دستمزد و دلیل اینکه دیگر برای آن کار فرما کار نمی کنید را ذکر میکند برای شما فراهم کند. برای تقاضا باید تاریخچه استخدامی تمامی کارفرمایان در طول 52 هفته قبل را، داشته باشید.

اگر کارفرمایان تاریخچه استخدام برایتان فراهم نمی آورند، به شعبه استانداردهای استخدام اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا خبر دهید. با شماره 427-3731 (780) در ادمونتون یا در دیگر نقاط آلبرتا با شماره 310-0000 تماس بگیرید و بعد 427-3731 (780) را وارد کنید. حتی اگر نسخه تاریخچه استخدام خود را اختیار ندارید، باید به بخش بیمه استخدام سرویس کانادا تماس گرفته، به آنها بگویید که قادر به دریافت تاریخچه استخدام خود نبوده و درخواست تقاضای بیمه استخدام نمایید. می توانید با شماره رایگان 1-800-561-3992 نیز تماس بگیرید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد تعداد ساعات قابل دریافت بیمه لازم برای واجر شرایط دریافت مزایای عادی شدن در ناحیه محل سکونت خود، مزایای بیمه استخدام یا برای درخواست تقاضا به شکل آنلاین (Online)، به بخش Employment Insurance وب سایت سرویس کانادا www.servicecanada.gc.ca مراجعه کرده یا با تلفن toll-free 1-800-206-7218 تماس حاصل نمایید یا به نزدیکترین مرکز خدمات آلبرتا-کانادا مراجعه کنید (برای یافتن نزدیکترین مرکز با خط مستقیم اطلاعات شغلی آلبرتا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون یا شماره toll-free 1-800-661-3753 تماس بگیرید.

جبران خسارات کارگران و کارمندان

اگر در محل کار دچار حادثه شوید، ممکن است حائز شرایط برای دریافت مزایا از طریق Workers' Compensation باشید. اگر این سانحه باعث غیبت از کار می شود، برای یافتن اطلاعات بیشتر در رابطه با چگونگی روند مطالبه نمودن به وب سایت Workers' Compensation Board (WCB) (www.wcb.ab.ca) مراجعه کرده یا با این مرکز به شماره 498-3999 (780) در ادمونتون یا شماره 1-866-922-9221 (toll-free) در دیگر نقاط آلبرتا تماس بگیرید.

اگر بیزنس شخصی یا شغل آزاد دارید و دیگران را استخدام می کنید، مسئولیت ثبت با Workers' Compensation Board بر عهده شما می باشد.

شغل آزاد یا بیزنس شخصی

تعداد زیادی از مهاجرین در کانادا شغل آزاد دارند. یک مرکز خدماتی حمایت شده توسط دولتهای کانادا و آلبرتا، دارای کتابخانه ای از نشریات داد و ستد بوده و کمکهایی در زمینه موضوعات زیر فراهم می سازد:

- شروع
- تهیه بودجه مالی
- عرضه کالا
- اداره و گرداندن
- مسائل حقوقی و قانونی
- مالیات بندی
- ابداع و نوآوری
- مسائل مربوط به واردات و صادرات
- e-business (تجارت اینترنتی).

راهنمایی های مربوط به دادوستد ارائه شده توسط کارکنان و مشاورین مهمان موجود می باشد. همچنین، سمینارهای متعددی در رابطه با موضوعات گسترده ای برگزار می نماید.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت www.cbcs.org/alberta مراجعه کرده یا با شماره 422-7722 (780) در ادمونتون یا شماره 1-800-272-9675 toll-free در دیگر نقاط آلبرتا تماس بگیرید.

یکی دیگر از منابع اطلاعاتی برای صاحبان بیزنسهای کوچکتر وب سایت Alberta First (www.albertafirst.com) می باشد. برای اطلاعات در مورد چگونگی شروع کسب و کار به بخش در این وب سایت (www.alberta-canada.com/startbus) مراجعه کنید.

راهنمایی های بیزنسهای (Businesses) کوچک و همچنین اطلاعات در مورد موارد زیر نیز در بخش Business Information (www.albertafirst.com/businfo) این وب سایت وجود دارد:

- صنایع موجود در آلبرتا
 - مناطق و نواحی آلبرتا
 - بیزنسهای فروشی، املاک و دارایی های تجارتي و صنعتی برای فروش و دیگر شانسیها و فرصتها.
- برای کسب اطلاعات بیشتر با نزدیکترین دفتر Alberta Economic Development تماس بگیرید (تحت عنوان Government of Alberta در صفحات آبی یا سفید بگردید).

تحصیل

اکثر کارها در آلبرتا نیازمند حداقل تحصیلات دبیرستان، و بسیاری از آنها نیازمند تعلیمات دانشگاهی می باشند. بسیاری از افراد بزرگسال به منظور ارتقاء تحصیلات خود یا فراگیری دربارهٔ تکنولوژی در حال تغییر به تحصیل مجدد می پردازند. مهاجرین غالباً نیاز به بهبود بخشیدن زبان انگلیسی خود یا ارتقاء دادن صلاحیتهای کاری خویش قبل از پیدا کردن کار در آلبرتا دارند.

سیستم تحصیلی آلبرتا

هر استان کانادا سیستم تحصیلی خاص خود را دارا می باشد. اطلاعات زیر مربوط به سیستم تحصیلی آلبرتا می باشد.

طبق قانون کودکان بین سنین 6 تا 16 سال ملزم به مدرسه رفتن می باشند. تحصیلات عمومی مجانی برای کودکان و جوانان زیر 20 سال فراهم می باشد. اطلاعات بیشتر در مورد کلاسها و سنین مختلف در زیر آمده است:

- **مهدکودک (Kindergarten)** برنامه ای آموزشی برای کودکانی که قبل از اول سپتامبر زیر 6 سال می باشند، است. اکثر کودکان یک سال قبل از شروع کلاس اول به مهدکودک می روند. انتخاب فرستادن کودکان به مهدکودک بر عهدهٔ والدین می باشد. خدمات ابتدای کودکی Early Childhood Services (ECS) نام دیگر برنامه های موجود برای کودکان قبل از ورود به سال اول می باشد. برای کسب اطلاعات در مورد دیگر برنامه های ECS به اطلاعات مراقبت از کودک (Childcare) در فصل زندگی در آلبرتا مراجعه کنید.

- کودکان **دبستان** (Elementary School) را از کلاس اول و حدود 6 سال شروع می کنند. بعضی از هیأت‌های اجرایی مدارس به کودکان پنج سال و نیم نیز اجازه ثبت نام در کلاس اول را می دهند. دوران دبستان معمولاً پس از کلاس ششم پایان می یابد.
- **دبیرستان مقدماتی** (Junior High School) از کلاس هفتم آغاز شده و پس از کلاس نهم به اتمام می رسد. اکثر دانش آموزان این دوره بین سنین 11 تا 15 سال می باشند.
- دانش آموزان **دبیرستان متوسطه** (Senior High School) بین سنین 16 تا 18 سال می باشند. این دوران از کلاس دهم شروع شده و تا کلاس دوازدهم ادامه می یابد.

پس از تکمیل دروس لازمه دبیرستان، برای واجد شرایط دریافت دیپلم دبیرستان آلبرتا شدن، دانش آموزان باید در یک سلسله امتحانات که شامل امتحانات استانی می باشند قبول شوند. از دانش آموزان انتظار می رود به فهرست دروس لازمه برای ورود به مؤسسات عالیّه مورد نظرشان پی برده و دروس دبیرستان خود را بر حسب این فهرست انتخاب کنند.

انواع مختلف مدارس که همگی جزئی از سیستم تحصیلی عمومی می باشند وجود دارند. در زیر برخی ویژگیهای اساسی این مدارس آمده است:

- **مدارس عمومی** (Public Schools) تحصیلات اساسی و کلی ارائه می دهند.
- اکثر **مدارس مجزا** (Separate Schools) رومن کاتولیک (Roman Catholic) می باشند. در برخی نواحی استان، این مدارس پروتستان (Protestant) می باشند. این مدارس برای دانش آموزان رومن کاتولیک یا پروتستان تحصیلات پایه ای فراهم می کنند.
- **آندسته والدینی که زبان اصلی شان فرانسه بوده و می خواهند که فرزندان شان تحصیلات خور را به این زبان بگذرانند مدارس فرانسه زبان (Francophone Schools) را اداره می کنند.**
- **مدارس چارتر** (Charter Schools) در مقایسه با مدارس عادی گزینه های متنوع تری در برنامه های تحصیلی، روشهای تحصیلی، روشهای تدریس یا محیطهای آموزشی ارائه می دهند. این مدارس از برنامه های تدریسی آلبرتا پیروی کرده و دانش آموزان مؤظف به شرکت در امتحانات استانی پیشرفته و همچنین امتحانات دیپلم کلاس 12 می باشند.

مخارج مالی این مدارس از طریق بخشی از مالیات پرداخت شده به دولتهای محلی توسط صاحبان خانه و سود دولت استانی تأمین می شود تا والدین ملزم به پرداختن شهریه نباشند. البته امکان اینکه والدین

مجبور به پرداختن هزینه چیزهایی مانند حمل و نقل، اجاره کتب درسی یا لوازم طراحی و نقاشی بشوند وجود دارد. برخی از این مبالغ باید در هنگام ثبت نام کودک پرداخت شوند. برای آندسته خانوادگانی که قادر به پرداختن این هزینه ها نیستند، روند درخواست بازنگری در حوزه های مدارس وجود دارد که از طریق آن والدین می توانند در خواست مشمول پرداختن این هزینه های نبودن خود را ارائه نمایند. به شرط رعایت موارد لازمه موجود در قانون مدرسه و قوانین تحصیل در خانه، والدین اجازهٔ تعلیم و تربیت کلی یا جزئی فرزندان خود را در خانه دارند.

اگر تصمیم به فرستادن فرزند خود به مدارس خصوصی بگیرید، ملزم به پرداختن بخشی یا کل هزینه های حاصله خواهید بود. پی بردن به مبلغ هزینه ها و اینکه آیا دانش آموزان مدرسهٔ خصوصی می توانند در راه کسب دیپلم دبیرستان آلبرتا کردیت (Credit) در یافت کنند، پیش از ثبت نام فرزند خود در یک مدرسهٔ خصوصی امری مهم می باشد. مدارس خصوصی استانداردهای نام نویسی خود را غالباً بر حسب پیروی از اعتقادی در مذهبی خاص یا فلسفهٔ تعلیمی بخصوصی تعیین می کنند.

برای نشان دادن روند یادگیری هر کودک، حداقل 2 بار در سال مدارس اقدام به فرستادن کارنامه به اولیای کودک مذکور می نمایند. ملاقاتهای اولیاء-مربیان، جشنها و جلسات شورای مدرسه به والدین فرصت ملاقات با معلمین و کسب اطلاعات بیشتر در مورد فعالیتهای داخل مدرسه، تکالیف و انتظارات معلمان را می دهند. حل مشکلات و مسائل بسیاری با دانستن هر چه بیشتر در بارهٔ مدرسهٔ فرزندان امکان پذیر می باشد.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد سیستم تحصیلی در آلبرتا به وب سایت Alberta Education (www.education.gov.ab.ca) مراجعه کنید.

روزهای درسی

در اکثر مدارس آلبرتا سال تحصیلی از اواخر ماه آگوست یا اوایل ماه سپتامبر شروع شده و در اواخر ماه ژوئن پایان می یابند. بعضی از مدارس در طی کل سال باز هستند. برخی دیگر از ویژگیهای روند دایر بودن مدارس عبارتند از:

- روز درسی معمولاً بین ساعات 8 تا 9 صبح شروع می شوند و بین ساعات 3 تا 4 پایان می گردد.
- مدارس طی روزهای آخر هفته تعطیل رسمی و روزهای بین کریسمس (Christmas) و سال نو میلادی و همچنین به مدت یک هفته به عنوان تعطیلات بهاری در مارچ یا آوریل تعطیل می باشند.
- در طی سال تحصیلی، هر مدرسه حدوداً دو روز را به عنوان ایام توسعهٔ حرفه ای تعیین می کند. به دلیل اینکه معلمین مشغول انجام فعالیتهایی برای تقویت مهارتهای تدریسی شان می باشند، دانش آموزان در این روزها به مدرسه نمی روند.

در جریان طوفانهای برفی، برای دریافتن درباره تعطیلی مدارس یا تغییرات برنامه اتوبوسهای مدرسه به رادیوهای محلی گوش دهید.

ثبت نام فرزندان

والدین می توانند نوع مدرسهٔ کودکانشان را انتخاب کنند. در موقع انتخاب مدرسه ای خارج از منطقهٔ محلی تان، گزینه های شما به وجود جای خالی در برنامهٔ مورد نظر، خدمات و حمل و نقل بستگی خواهند داشت. برای فهمیدن اینکه کدام مدارس خدمات و برنامه هایی که مورد نظر شما می باشند را ارائه می دهند (مثلاً کلاسهای انگلیسی به عنوان زبان دوم یا تدریس به زبانهای غیر انگلیسی) به هیئت مدیره مدارس محلی خود مداجعه کنید.

برنامه های انگلیسی به عنوان زبان دوم (English as a Second Language (ESL)) به کودکان کمک کرده تا انگلیسی را سریعتر فراگرفته و خود را با رسم و رسوم کانادایی و انتظارات اجتماعی تطبیق بدهند. برای کسب اطلاعات عمومی در مورد برنامه های ESL به بخش
Alberta Education Information for Parents in the Kindergarten to Grade 12 در وب سایت www.education.gov.ab.ca مراجعه کنید.

برای ثبت نام فرزندان، مترجم (در صورت نیاز) و مدارک زیر (در صورتی که آنها را در اختیار دارید) را با خود به مدرسه ببرید:

- مدارک شناسایی (مثل گذرنامه فرزندان، گواهی تولد، یا مدارک اقامت دائم)
- مدارک تحصیلی کشور محل اقامتتان (از قبیل کارنامه ها، رتوس مطالب درسی، نمونه های کارهای درسی که فرزندان انجام داده است).
- کارت واکسیناسیون فرزندان

مدیر مدرسه احتمالاً سؤالاتی در مورد فرزندان می پرسد و او را در کلاس مناسب ثبت نام می کنند.

انگلیسی به عنوان زبان دوم (ESL)

بسیاری از مدارس و دفاتر نمایندگی درمبحث انگلیسی به عنوان زبان دوم برای بزرگسالان ارائه می دهند. این کلاسها ممکن است به شکل تمام وقت (5 ساعت در روز) یا پاره وقت ارائه بشوند. ممکن است مجبور به پرداخت هزینه ای برای برداشتن کلاسهای ESL شوید و یا ممکن است شرایط لازم را برای برنامه یادگیری زبان حمایت شده از طرف دولت از طریق آموزش زبان برای تازه واردین به کانادا (Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC)) یا برنامهٔ دیگری نظیر Alberta Works که از طریق دولت آلبرتا حمایت می شود را داشته باشید.

اگر علاقه مند به شرکت در کلاسهای ESL می باشید، مراکز ارزیابی و مراجعه زیر می توانند اطلاعات معتبری در رابطه با مکانهای کلاسها و برنامه های کمک مالی در کلگری و ادمونتون فراهم آورند. این خدمات مجانی و محرمانه می باشند.

Calgary Immigrant Aid Society
Immigrant Language and Vocational Assessment—
Referral Centre
1401, 910-7th Avenue SW
Calgary, Alberta T2P 3N8
Telephone: (403) 262-2656

Catholic Social Services
Language Assessment,
Referral and Counselling Centre
10709-105 Street
Edmonton, Alberta T5H 2X3
Telephone: (780) 424-3545

مشاوران این مراکز ممکن است که خدمات مورد نظر را به زبان اصلی شما ارائه کنند. در مورد تحصیلات، تجارب، نیازها و علائق خود با آنها صحبت کنید. آنها شما را به کلاسهای ESL مناسب یا دیگر برنامه های تحصیلی رجوع می دهند. اگر خارج کلگری یا ادمونتون زندگی می کنید، با یکی از دفاتر نمایندگان خدمات مهاجرین یا یکی از دفاتر اداره مهاجرت و تابعیت کانادا تماس گرفته و اطلاعات دفاتر نمایندگان ارزیابی و مراجعه محلی را درخواست نمایید.

تحصیلات عالی

بزرگسالان، پیر و جوان، به منظور ارتقاء دانش و مهارتهای خویش برنامه های عالی را می گذرانند. این برنامه ها از طریق دانشگاهها، کالجهای عمومی، کالجهای خصوصی، مؤسسات فنی، مدارس حرفه ای خصوصی و شوراهای محلی آموزش بزرگسالان ارائه می شوند. انتخاب برنامه مناسب باید توسط دانش و فنونی که می خواهید به دست آورید تعیین می شود.

دانشگاهها دوره های مدرک لیسانس و فوق لیسانسی که افراد را برای کارهای تئوری و کار در رشته هایی نظیر بیزنس (Business)، حقوق و پزشکی آماده می سازند ارائه می دهند. چهار دانشگاه در آلبرتا وجود دارد:

- دانشگاه آلبرتا (در ادمونتون)
- دانشگاه کلگری
- دانشگاه لتبریج (Lethbridge)

• دانشگاه آتابسکا (Athabasca)

دانشگاه آتابسکا مؤسسه آموزش راه دور می باشد. دانشجویان دروس کتبی یا صوتی-تصویری را مطالعه کرده و تکالیف خود را از طریق پست یا اینترنت تحویل می دهند.

کالجهای عمومی برنامه های گواهینامه ای، دیپلم، ارتقاء آکادمیک، انتقال به دانشگاه، کارآموزی، تحصیلات پیوسته و مدارک کاربردی ارائه می دهند.

کالجهای خصوصی برنامه های گواهینامه ای، دیپلم، ارتقاء آکادمیک، انتقال به دانشگاه، کارآموزی، تحصیلات پیوسته و مدارک اعتبارنامه ای در سطح دانشگاهی ارائه داده و غالباً وابسته به تشکیلات مذهبی می باشند.

مؤسسات فنی برنامه های گواهینامه ای، دیپلم، کارآموزی، تحصیلات پیوسته و مدارک کاربردی ارائه می دهند. اکثر دروس مربوط به حرفه و کارهای فنی می شوند. دو مؤسسه فنی در آلبرتا وجود دارد: NAIT (مؤسسه فنی شمالی آلبرتا) در ادمونتون و SAIT (مؤسسه فنی جنوبی آلبرتا) در کلگری.

مدارس حرفه ای خصوصی تحت قانون دارای جواز می باشند. این مدارس برای شغل های خاصی نظیر دلال حراج، متصدی بار، مدل یا متخصص نقشه کشی کامپیوتری آموزش فراهم می نمایند.

تعلیمات کارآموزی ترکیبی از تدریس در کلاس و آموزش عملی در یک شغل می باشد. بیش از 50 حرفه (آشپز، نانوا، آرایشگر مو، لوله کش، مکانیک لوازم کشاورزی، ماشین کار و غیره) در آلبرتا دارای برنامه های تعلیمات کارآموزی می باشند. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد کارآموزی به وب سایت تعلیمات صنعتی و کارآموزی تحصیلات عالی آلبرتا (www.tradesecrets.org) مراجعه کنید.

شوراهای محلی آموزش بزرگسالان فرصتهای پاره وقت و غیر اعتباری شامل کلاسهای انگلیسی به عنوان زبان دوم ارائه می دهند. برای اطلاعات بیشتر به بخش Community Based Adult Learning وب سایت (www.advancededucation.gov.ab.ca) تحصیلات عالی آلبرتا مراجعه نموده و یا با شماره تلفن 427-5624 (780) در ادمونتون و شماره 310-0000 در دیگر نقاط آلبرتا (پس از شنیدن دستورات شماره 427-5624 (780) را وارد کنید) تماس حاصل نمایید.

پیش از ثبت نام در برنامه های تحصیلات عالی، تحقیق نکات زیر مهم می باشد:

- نظر کارفرمایان آلبرتا در مورد برنامه مذکور
- شرایط ورود به برنامه
- خرج و هزینه های برنامه (شهریه، کتب درسی و لوازم)
- مدت زمان برنامه.

مؤسسات و برنامه های مختلف شرایط ورودی و هزینه های متفاوت دارند. برای پذیرفته شدن در برخی برنامه ها باید دارای دیپلم دبیرستان (یا ترکیبی معادل از تحصیلات و تجربه) بوده و معدل حداقلی در درس دبیرستانی معینی داشته باشید. شرایط ورودی برنامه های مشابهی که در مؤسسات مختلف ارائه می شوند لزوماً یکی نمی باشند.

برای اطلاعات بیشتر در مورد برنامه ها و مؤسسات عالی:

- به بخش آموزش (Learning) وب سایت ALIS (www.alis.gov.ab.ca) مراجعه کنید.
- به وب سایت تحصیلات عالی آلبرتا (www.advancededucation.gov.ab.ca) مراجعه کنید.
- با خط مستقیم اطلاعات شغلی آلبرتا به شماره 422-4266 (780) در ادمونتون و شماره 1-800-661-3753 در خارج از ادمونتون تماس بگیرید.
- به یکی از مراکز خدمات اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا مراجعه کنید. برای پیدا کردن نزدیکترین مرکز به محل زندگیتان با خط مستقیم اطلاعات شغلی آلبرتا تماس بگیرید.
- با یکی از کتابداران در کتابخانه محلی تان صحبت کنید.

کمکهای مالی برای دانشجویان

برنامه های کمک مالی دانشجویی در آلبرتا به دانشجویان نیازمند در پرداخت هزینه تحصیلشان کمک می کند و بر اساس این اندیشه که هزینه تحصیلات عالی مسئولیتی مشترک میان دانشجویان، والدین، همسران و دولت می باشد پایه گذاری شده است. برای واجد شرایط دریافت کمک مالی بودن باید:

- ساکن آلبرتا باشید
 - نیاز مالی خود را اثبات کنید
 - به عنوان دانشجوی تمام وقت در مدارس و مؤسسات معین و تأیید شده ثبت نام کرده باشید
 - در دروسی که می گذرانید نمره قبولی بگیرید.
- مبلغ کمک مالی که دریافت می کنید از طریق کسر کردن مخارج معقول از منابع مالی تان محاسبه شده و مقدار آن نمی تواند از حداکثر مبلغی معین در هر سال تحصیلی فراتر رود. وامهای دانشجویی باید پس از فارغ التحصیلی دانشجو پرداخته شوند. نیازی به بازپردازی کمکهای بخششی (Grants) وجود ندارد.
- برای اطلاعات بیشتر به بخش Students Finance وب سایت ALIS (www.alis.gov.ab.ca/studentsfinance) مراجعه کرده یا با Student Funding Contact Centre به شماره 427-3722 (780) در ادمونتون یا شماره toll-free 1-800-222-6485 در اقصی نقاط کانادا تماس بگیرید.

امور درمانی

آلبرتا دارای سیستم درمانی بسیار خوبی می باشد. در هنگام مریضی یا مصدومیت باید هرچه سریعتر به دنبال مداوای خود بگردید.

Health Link

این تشکیلات به صورت مجانی اطلاعات و اندرزهایی مربوط به امور بهداشتی و درمانی در اختیار همگان می گذارند. در تمامی ساعات شب و روز امکان صحبت با پرستاران ثبت شده از طریق تلفن یا پیدا کردن اطلاعات بر روی وب سایت Health Link وجود دارد. اگر سؤالی درمانی داشته یا می خواهید که در مورد مشکلی پزشکی با یک پرستار رسمی صحبت بکنید، به شماره 943-5465 (403) در کلگری، شماره 408-5465 (780) در ادمونتون یا شماره toll-free 1-866-408-5465 در دیگر نقاط آلبرتا تماس بگیرید. این خدمات تلفنی مجانی و محرمانه می باشند. در صورت لزوم، Health Link می تواند ترتیب اختیار مترجمی محرمانه را نیز بدهد.

سه وب سایت برای این سرویس موجود می باشد:

- وب سایت استانی (www.healthlinkalberta.ca)
- وب سایت جنوب (www.calgaryhealthregion.ca/healthlink)
- وب سایت شمال (www.capitalhealth.ca/YourHealth/CHLink).

این وب سایتها خدمات زیر را ارائه می نمایند:

- اطلاعات در زمینه موضوعات وسیع بهداشتی درمانی
- اطلاعات در مورد خدمات و برنامه های بهداشتی درمانی در آلبرتا
- لینک به راهنماهای خدمات و پزشکان در آلبرتا.

خدمات درمانی اورژانس

در مواقع اورژانس باید افراد مریض یا مصدوم را فوراً به بخش اورژانس بیمارستانی منتقل کرد. موارد اورژانس شامل مشکلات سلامتی که نیاز به مراقبت فوری دارند (نظیر شکستگی دست یا حمله قلبی) می باشند. برنامه بیمه درمانی آلبرتا (AHCIP) هزینه مداوا در مراکز اورژانس را می پردازد. اگر برای انتقال شخص مریض یا مصدومی احتیاج به آمبولانس دارید، با شماره تلفن اورژانس در محل زندگی خود (911 در اکثر نقاط استان) تماس بگیرید. هزینه آمبولانس توسط AHCIP پرداخت نمی شود و می تواند بسیار گران باشد. البته در بعضی از موارد امکان پوشش یافتن این هزینه وجود دارد:

- ممکن است برنامه های بیمه خصوصی نظیر Alberta Blue Cross, قسمتی یا کل هزینه آمبولانس را پرداخت نمایند.
 - اگر در تصادفی درگیر شوید، برنامه های بیمه و سائط نقلیه ممکن است هزینه آمبولانس را بپردازند.
 - اگر کمک در آمد دریافت می کنید اداره استخدام و منابع انسانی آلبرتا این هزینه را می پردازد.
 - برخی برنامه های مزایای کارمندی هزینه آمبولانس را پوشش می دهند.
 - AHCIP برای شهروندان کهنسال (افراد پیرتر از 65 سال) پوشش Alberta Blue Cross را فراهم می کند.
- پرداختن هزینه در هنگام استفاده از آمبولانس الزامی نمی باشد. هیچکس از دریافت خدمات آمبولانس بخاطر اینکه اینک قادر به پرداختن هزینه آن نمی باشند محروم نخواهد شد. مدتی پس از دریافت این خدمات، صورت حسابی به نزد افراد مربوطه فرستاده می شود و امکان ترتیب پرداخت این هزینه ها برای افرادی که در انجام این امر مشکل دارند وجود دارد.

تمامی بیمارستانها دارای بخش اورژانس نبوده و همه بخشهای اورژانس 24 ساعته نمی باشند. بدنسیت که محل نزدیکترین بخشهای اورژانس را یافته و این اطلاعات را در نزدیک تلفن خود قرار دهید تا در مواقع اضطراری آنرا راحت تر و سریعتر پیدا کنید.

اگر محل و ساعات کار بخشهای اورژانس نزدیک سکونت خود را ندانسته و درگیر سانحه و یا موارد اورژانسی شوید، کارکنان آمبولانس، جوابگویان تلفن 911 یا می توانند شما را به بخش اورژانس بیمارستانی در نزدیکیتان راهنمایی کنند.

بیمارستانها

افراد تنها در صورت رجوع داده شدن توسط یک پزشک، نظیر دکتر خانوادگی، متخصص یا پزشک بخش اورژانس در بیمارستان بستری می شوند. اگر چه لباسهای بیمارستان به شکل مجانی برای استفاده بیماران فراهم می باشند، اکثر بیمارها لباس خواب، دمپایی و کتبهای شخصی خود را به همراه می آورند. هزینه های درمانی لازم بیمارستان، از قبیل وعده های غذایی و تخت در یک اتاق، توسط بیمه درمانی آلبرتا (AHCIP) پرداخته می شوند. امکان پوشش هزینه های اضافی برای اتاقهای خصوصی و نیمه خصوصی توسط برنامه های بیمه خصوصی وجود دارد.

اکثر بیمارستانها قواعد و قوانینی در رابطه با ساعات ملاقات و تعداد افرادی که در آن واحد اجازه ملاقات می باشند دارند. برای حفظ سلامتی شان کودکان خردسال اجازه ملاقات در برخی نواحی بیمارستان را ندارند.

تمامی بیمارستانها دارای کارکنان خدمات اجتماعی که به بیماران برای رسیدگی به مشکلات غیر درمانی کمک می کنند (مثل ترتیب مراقبت از اعضای خانواده که در منزل رها شده اند یا مراقبت پیگیرانه پس از اینکه از بیمارستان مرخص شده اید) می باشند. در صورت نیاز این کارکنان می توانند برایتان ترتیب حضور مترجم را بدهند.

خدمات درمانی دیگر

پزشکان

پزشکان در آلبرتا بر دودسته اند: دکترهای فامیلی یا متخصصین. دکترهای فامیلی اکثر مشکلات درمانی را مداوا می کنند. متخصصین انواع خاصی از مسائل درمانی را درمان می کنند. برای رفتن نزد یک متخصص، معمولاً باید توسط یک پزشک فامیلی به متخصص مربوطه رجوع داده شوید. ممکن است قادر به یافتن پزشک خانوادگی که به زبان اصلی شما صحبت می کند باشید. راههای بسیاری برای یافتن یک پزشک مناسب وجود دارد:

- با همسایه ها یا دیگر افراد در محلتان و مشاوران در دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین صحبت کنید.
- از راهنمای پزشکان در بخش Find a Physician وب سایت کالج پزشکان و جراحان (www.cpsa.ab.ca) استفاده کنید. می توانید برای نام پزشک، زبانهای صحبت شده، محل، صلاحیتها و علایق جستجو کنید.
- با Health Link تماس گرفته و نام پزشکانی را که در محل زندگیتان بیماران جدید می پذیرند را در خواست کنید.
- از راهنمای های پزشکان وب سایت منطقه درمانی خود استفاده کنید. برای یافتن وب سایت منطقه درمانی خود به بخش Health Regions/Map وب سایت اداره سلامتی و درمانی آلبرتا (www.health.gov.ab.ca) مراجعه کنید.
- تحت عنوان پزشکان و جراحان در صفحات زرد (Yellow Pages) بگردید. قبل از ملاقات پزشک، برای گرفتن وقت با دفتر وی تماس بگیرید. برای اطمینان حاصل کردن از اینکه پزشک صورت حساب را به برنامه بیمه درمانی آلبرتا می فرستد کارت درمان شخصی آلبرتای خود را زمان مراجعه به دکتر همراه خود داشته باشید. مسئولیت پرداختن هزینه خدماتی که توسط پوشش داده نمی شود بر عهده شما می باشد. در طی زمان ملاقات از شما انتظار جواب دادن به به سؤالیهای پزشک و تشریح مشکلات مزاجی تان خواهد رفت. اگر پزشک به زبان اول شما صحبت نمی کند ممکن بخواهید مترجمی را به همراه خود ببرید. اکثر پزشکها پیش از تجویز نسخه یا درمان معاینه بدنی انجام خواهند داد.

بیشتر افراد دیدن مجدد یک پزشک در هنگام نیاز درمانی دوباره را امری مفید می دانند. به این شکل پزشک با سابقه درمانی و نیازهای فرد آشنا تر می شود.

اگر دچار سانحه یا مشکل سلامتی که جانتان را به خطر انداخته شدید، برای دریافت درمان فوری به بخش اورژانس نزدیکترین بیمارستان مراجعه کنید (اطلاعات بیشتر در بخش بیمارستانهای همین فصل). اگر قادر به بیمارستان رفتن نمی باشید، با شماره تلفن اورژانس منطقه خود (911 در اکثر نقاط استان) تماس گرفته و درخواست آمبولانس کنید (اطلاعات بیشتر در بخش خدمات اورژانس همین فصل).

بعضی شهرها دارای کلینیکهایی بوده که بیماران را مستلزم به داشتن وقت برای دیدن پزشک نمی سازند (Walk-in Clinics). اگر دچار مشکل سلامتی هستید که نیاز به مراقبت فوری داشته باشد، اما خطر جانی ندارد می توانید به جای رفتن به بخش اورژانس بیمارستان به نزدیکترین Walk-in کلینیک مراجعه کنید. با وجود اینکه ساعات کار این نوع کلینیکها معمولاً از ساعات کار دیگر کلینیکها طولانی تر می باشد، این کلینیکها شبانه روزی نیستند. شماره تلفن و آدرس کلینیکهای درمانی تحت عنوان Clinics در صفحات زرد yellow pages و بر روی وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm فهرست شده اند.

اگر پزشکی برایتان دارو تجویز کرده است، نسخه مذکور را به داروخانه مغازه دیگری که دارای بخش داروسازی می باشد ببرید. داروسازان داروها را آماده کرده و زمان و چگونگی مصرف آنها را به شما توضیح می دهند. داروهای تجویز شده باید فقط توسط فردی که نسخه به نامش نوشته شده است مصرف شوند. در صورت نداشتن پوشش بیمه خصوصی، مؤلف به پرداختن هزینه دارو می باشید.

چشم پزشکان

اگر چشمتان باعث ناراحتیتان می شود، قرارداتی برای دیدن پزشک فامیلی بگیرید. در صورت نیاز وی شما را به متخصص چشم (چشم پزشک) رجوع می دهد.

اگر به انجام آزمایش دید یا کمک برای تصمیم گرفتن در رابطه با استفاده از عینک نیاز دارید، وقتی برای ملاقات با عینک ساز (optometrist) بگیرید. برای پیدا کردن عینک سزای در نزدیکی محل زندگیتان به بخش Find an Optometrist وب سایت کالج عینک سازان آلبرتا (www.collegeofoptometrists.ab.ca) مراجعه کرده یا تحت عنوان Optometrists در صفحات زرد بگردید.

امور درمانی آلبرتا تنها هزینه تعداد محدودی معاینه چشم برای کودکان زیر 19 سال و شهروندان کهنسال (افراد بالای 65 سال) را پرداخته و هزینه معاینات عادی چشم و عینک را پوشش نمی دهد.

دندانپزشکان

راههای بسیاری برای یافتن دندانپزشک وجود دارد:

- با دوستان یا مشاوران در دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین صحبت کنید.
- از بخش Dentist Locator وب سایت کالج و انجمن دندانپزشکی آلبرتا (www.abda.ab.ca) استفاده کنید.
- تحت عنوان Dentists در صفحات زرد (Yellow Pages) بگردید.

بیمه درمانی آلبرتا تنها پوشش محدودی برای ساکنین و وابستگان حائز شرایطشان که کمک درآمد دریافت می کنند فراهم می آورد و هزینه مراقبتهای عادی دندانپزشکی را نمی پردازد.

اگر برای تشکیلاتی که دارای بیمه دندانپزشکی کارمندی می باشد کار نمی کنید، احتمالاً ملزم به پرداختن تمامی هزینه های دندانپزشکی خویش می باشید. برخی از مراکز درمانی منطقه ای برای کودکان خدمات دندانپزشکی مجانی ارائه می دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر با مرکز درمانی منطقه ای خویش تماس بگیرید.

خدمات سلامت روانی

نقل مکان به کشوری جدید تجربه ای احساسی می باشد: هیجان انگیز ولی غالباً توأم با سردرگمی و بعضی اوقات هراس انگیز است. حتی پس از یافتن کار و مکانی برای زندگی عادت کردن به زندگی جدیدتان در کانادا زمان می برد. بهترین راه برای تطبیق پیدا کردن، شرکت کردن در فعالیت های محلی می باشد. با دیگران صحبت کنید حتی اگر در هنگام انگلیسی صحبت کردن اشتباه می کنید. سؤال پرسید. هرچه بیشتر در مورد موطن جدیدتان بیاموزید، احساس آرامش خاطر بیشتری می کنید اگر کسی را می شناسید که با تطبیق یافتن با زندگی در کانادا مشکل دارد، راههای بسیاری جهت کمک وجود دارد:

- با خط کمک رسانی مجمع سلامتی روان آلبرتا (Alberta Mental Health Board) به شماره رایگان 1-877-303-2642 تماس بگیرید. شما می توانید در تمامی ساعات شبانه روز با یکی از متخصصین روان درمانی بدون نیاز به ارائه نام خود صحبت کنید.
- برای صحبت با پرستار با Health Link تماس بگیرید. این سرویس نیز شبانه روزی، رایگان و محرمانه می باشد.
- برای پیدا کردن شماره تلفن خدمات تلفنی Distress Line در محل زندگیتان به کتابچه تلفن مراجعه کنید. این شماره تلفن معمولاً در ابتدای white pages لیست شده اند.

- با دکتر خانوادگی یا پرستار Public Health صحبت کنید. متخصصین درمان مسئله و مشکل شما را بدون اجازه تان با کسی در میان نمی گذارند.
- از یکی از مشاوران دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین تقاضا کنید که شما را به مرکز یا شخص مناسب رجوع دهد.

خدمات ترک اعتیاد

اگر قماربازی، مشروبات الکلی، سیگار کشیدن و استفاده از دیگر مواد مخدر باعث بروز مسائل و مشکلات برای شما، عضوی از خانواده تان و یا یکی از دوستانتان می شود، با دکتر فامیلی یا Alberta Alcohol and Drug Abuse Commission (AADAC) تماس بگیرید. خدمات مشاوره این مرکز رایگان و محرمانه می باشد. برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت AADAC (www.aadac.com) مراجعه کرده یا با خط کمک رسانی رایگان این مرکز به شماره 1-866-332-2322 تماس بگیرید.

پرداخت هزینه مراقبت و تجهیزات

بیمه امور درمانی آلبرتا

بیمه امور درمانی آلبرتا هزینه بسیاری از خدمات درمانی اساسی ساکنین آلبرتا را مورد پوشش قرار می دهد. یک مقیم کسی است که قانوناً می تواند در کانادا اقامت کند، در آلبرتا سکنی گزیند و برای مدت زمانی زندگی کند.

بسیاری از ساکنین آلبرتا حق بیمه ماهانه را از طریق کارفرمایان یا مستقیماً به (AHCIP) پرداخت می کنند. شما باید در فاصله سه ماه بعد از ورودتان نام خود را نزد (AHCIP) ثبت کنید. اگر تصمیم به عدم استفاده از بیمه درمانی آلبرتا بگیرید مؤظف به پرداخت هزینه کامل تمامی خدمات درمانی و بیمارستانی که استفاده می کنید، می باشید. از آنجا که این هزینه ها می توانند بسیار بالا باشند، اکثر ساکنین آلبرتا تصمیم به استفاده از بیمه درمانی آلبرتا می گیرند.

برای ثبت نام کردن باید فرم تقاضای تکمیل شده و کپی اجازه ورود به کانادا Canada Entry Permit را ارائه دهید. فرمهای تقاضای از طرق زیر قابل دسترس می باشند:

- بشکل on-line در بخش Alberta Health and Wellness website وب سایت اداره Alberta Health Care Insurance Plan www.health.gov.ab.ca.

- با تماس تلفنی از 8:15 صبح الی 4:30 بعد از ظهر و از دوشنبه تا جمعه، در ادمونتون با شماره (780) 427-1432 تماس بگیرید و در دیگر نقاط استان با شماره 310-0000 تماس گرفته و پس از شنیدن راهنماییها شماره (780) 427-1432 را وارد کنید.

- از طریق پست با مکاتبه به آدرس زیر:

Alberta Health Care Insurance Plan
Box 1360, Station Main
Edmonton, Alberta T5J 2N3

- از طریق فکس به شماره 422-0102 (780)
- از طریق مراجعه حضوری به یکی از دفاتر (AHCIP) از 8:15 صبح الی 4:30 بعد از ظهر و از دوشنبه تا جمعه در ادمونتون و کلگری با مراجعه به آدرسهای :

Edmonton: 10025 Jasper Avenue
Calgary: 727-7th Avenue SW

پوشش (AHCIP) از اولین روز ورودتان به آلبرتا برقرار می باشد به شرط اینکه مدارک ورودتان به کانادا معتبر بوده و به فاصله سه ماه پس از ورودتان برای دریافت این بیمه اقدام نمائید. کارتهای درمانی شخصی آلبرتا بطور جداگانه برای هریک از اعضای خانواده صادر می شود. این کارتها باید در هنگام مراجعه به مطب دکتر، آزمایشگاهها، بیمارستانها و کلینیکهای درمانی ارائه شود و تنها شخصی که کارت به نام او صادر شده حق استفاده از آن را دارد.

(AHCIP) هزینه خدمات درمانی ضروری که توسط پزشکان در بیمارستانها یا مطبهایشان ارائه می شود را می پردازد. ممکن است بخشی از هزینه بعضی از درمانهای انجام شده توسط کایروپراکتیکها، متخصصین درمان ناراحتیهای پا و پزشکان متخصص تعیین نمره عینک توسط (AHCIP) پرداخت شود. (AHCIP) هزینه دارو، خدمات آمبولانس، خدمات درمانی ارائه شده توسط طب سوزنی و دندانپزشکان را پوشش نمی دهد. در هنگام ارائه تقاضای دریافت بیمه، لیست کاملی از خدمات تحت پوشش به شما ارائه می شود.

اگر قادر به پرداخت هزینه بیمه (AHCIP) نبوده و به مدت 12 ماه پیاپی ساکن آلبرتا بوده اید، می توانید درخواست دریافت یارانه بنمائید. دریافت یارانه اجازه پرداخت حق بیمه کمتری را به شما می دهد. برای اطلاعات بیشتر در مورد (AHCIP) به بخش Alberta Health and Wellness website وب سایت اداره Alberta Health Care Insurance Plan www.health.gov.ab.ca مراجعه کرده یا با یکی از دفاتر (AHCIP) تماس بگیرید.

مزایای خدمات درمانی کودکان آلبرتا

اگر خانواده شما درآمد پایینی دارد، ممکن است حائز شرایط برای دریافت مزایای درمانی کودکان آلبرتا (ACHB) باشید. این بیمه درمانی هزینه خدمات اساسی دندانپزشکی، چشم پزشکی، آمبولانس و اورژانس، داروهای تجویزی و لوازم ضروری دیابتی کودکان زیر 18 سال خانواده های کم درآمد و کودکان 18 و 19 سالگی که به دبیرستان می روند و همراه با والدین یا قیم خویش زندگی می کنند را پرداخت می نماید. ثبت نام در این بیمه هیچ هزینه ای ندارد. جدول زیر نشان می دهد که چگونه درآمد خانواده و تعداد فرزندان در شمول این بیمه تأثیر می گذارد:

مقدار درآمد مشمول بیمه	تعداد فرزندان حائز شرایط
\$24,397 یا کمتر	1
\$26,397 یا کمتر	2
\$28,397 یا کمتر	3
\$30,397 یا کمتر	4
2000 دلار برای هر فرزند بیشتر اضافه کنید	بیشتر از 4

کودکانی که والدینشان ساکن دائمی آلبرتا نیستند، از جمله Family Class Immigrants حائز شرایط برای دریافت مزایای درمانی کودکان آلبرتا نیستند.

جهت دریافت اطلاعات بیشتر به بخش Financial, Child Support and Health Benefits وب سایت www.hre.gov.ab.ca مراجعه کرده و بر Health Benefits و سپس Alberta Child Health Benefit کلیک کنید یا با شماره تلفن 427-6848 (780) در ادمونتون یا شماره 1-877-4MY-KIDS 877-469-5437 از دیگر نقاط استان تماس بگیرید.

کمکهای آلبرتا برای زندگی روزمره

این برنامه برای افرادی که دارای ناتوانی درازمدت یا مریضی مادام العمر می باشند کمک مالی فراهم می نماید. این کمکها برای تهیه وسایل و لوازم اساسی تأیید شده بمنظور مستقل عمل کردن افراد در خانه هایشان می باشد. مزایا شامل وسائلی از قبیل صندلی چرخدار، کپسول اکسیژن، سمک و دست و پای مصنوعی می باشد. برای حائز شرایط بودن در این برنامه باید:

- دارای ناتوانی بلند مدتی که بیش از شش ماه طول کشیده، یا مریضی مزمن و یا بیماری مادام العمر باشید
- ساکن آلبرتا باشید
- شماره درمان شخصی معتبر آلبرتا داشته باشید.

Click on Health Care Insurance Plan and select Forms; then go www.health.gov.ab.ca(to Optional Health Plans

اگر فکر می کنید که می توانید از مزایای این برنامه استفاده کنید با دفتر مراقبت خانگی در منطقه درمانی خود تماس گرفته و تقاضای ارزیابی نمائید. برای یافتن منطقه درمانی خود به وب سایت Alberta Health and Wellness www.health.gov.ab.ca مراجعه کرده برگزیده Health Care Insurance Plan کلیک کنید، سپس فرمها / Forms و Optional Health Plans را انتخاب کنید یا تحت عنوان نام ناحیه خود در صفحات آبی white pages دفترچه تلفنتان جستجو کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در رابطه با کمک‌های آلبرتا به زندگی روزمره به بخش Alberta Aids to Daily Living وب سایت Alberta Seniors and Community Supports www.seniors.gov.ab.ca مراجعه کرده یا با مرکز درمان منطقه خود تماس بگیرید.

بیمه درمانی خصوصی

افراد زیادی پوشش بیمه درمانی آلبرتا را با پوشش بیمه درمانی خصوصی تکمیل می‌کنند. بیمه‌های درمانی خصوصی هزینه برخی خدماتی که توسط (AHCIP) پوشش نمی‌یابند را می‌پردازند. بعنوان مثال، این بیمه‌ها ممکن است هزینه‌های خدمات آمبولانس، داروهای تجویزی، پرستار خانگی، مراقبت دندانپزشکی لازم در اثر تصادف، سمک و دیگر لوازم کمک شنوایی و یا هزینه اتاق‌های شخصی و نیمه شخصی در بیمارستانها را بپردازند.

اکثر شرکت‌های بیمه خصوصی، بیمه درمانی را بشکل گروهی و نه فردی ارائه می‌دهند. مثلاً ممکن است کارمندان شرکت خاصی از طریق کارفرمای خود تحت پوشش بیمه قرار گیرند. افراد می‌توانند پوشش بیمه تکمیلی Alberta Blue Cross را از طریق (AHCIP) خریداری کنند. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت اداره Alberta Health and Wellness www.health.gov.ab.ca مراجعه کرده، روی Health Care Insurance Plan کلیک کنید سپس Forms و بعد Optional Health Plans را انتخاب کنید و یا با نزدیکترین دفتر (AHCIP) تماس بگیرید. برای یافتن دفاتر منطقه‌ای تحت عنوان ناحیه خود در صفحات آبی یا سفید دفترچه تلفن خود جستجو کنید.

خدمات بهداشت عمومی

خدمات بهداشت عمومی از طریق دفاتر بهداشت عمومی و مراکز بهداشت ناحیه‌ای برای کمک به **جلوگیری** از مشکلات درمانی و سلامتی ارائه می‌شوند.

پرستاران بهداشت عمومی و دیگر کارکنان دفاتر بهداشت عمومی و مراکز بهداشت ناحیه‌ای اطلاعات درمانی مجانی در رابطه با موضوعات بسیار گسترده‌ای از قبیل مراقبت از کودکان، تغذیه، سلامت دندان، جلوگیری از صدمه دیدن، جلوگیری از شیوع بیماری‌های مسری (مثل سل و بیماری‌های جنسی)، برنامه ریزی و تنظیم خانواده ارائه می‌دهند. این مراکز همچنین برنامه‌هایی برای زنان باردار، نوزادان و کودکان ارائه می‌دهند. در صورت نیاز، این مراکز برای شما مترجم فراهم می‌کنند.

برای یافتن یکی از دفاتر بهداشت عمومی یا مرکز بهداشت منطقه‌ای با Health Link تماس گرفته، با یکی از کارکنان دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین صحبت کرده یا در صفحات آبی white pages دفترچه تلفن جستجو کنید.

مصونیت

تمام افرادی که از کشوری دیگر به آلبرتا می آیند باید برای محافظت در مقابل بیماریهای خاصی مصون شوند. تازه واردین پیش از ورودشان اغلب در مقابل برخی از بیماریها مصون گشته اند ولی ممکن است در مقابل تمامی بیماریهای جدی مصون نشده باشند. اگر سوابق واکسیناسیون خود از کشور محل سکونت خود را همراه دارید، آنها را به پزشک یا پرستار در یکی از دفاتر بهداشت عمومی و یا مراکز بهداشت منطقه ای نشان دهید.

تمامی کودکان در آلبرتا بدون هزینه در دفاتر بهداشت عمومی یا مراکز بهداشت منطقه ای یا توسط پرستاران سیار در مدارس واکسینه می شوند. از والدین برای واکسینه کردن فرزندانشان اجازه گرفته می شود.

قوانین و سیستم حقوقی

حقوق و مسئولیتها

شما به عنوان مقیم آلبرتا ممکن است دارای حقوق و آزادیهای تازه ای که قبلاً نداشته اید باشید. البته، مسئولیت آموختن و پیروی از قوانین اینجا را نیز بر عهده دارید. در صورت تخطی از قانون، نمی توانید از مشکلات تکلم زبان و ندانستن قانون بعنوان دفاعی قابل قبول استفاده کنید.

سیستم حقوقی کانادا

قوانین کانادا برای حفاظت از حقوق و آزادیهای فردی، رفع نزاع و جدالها و حفاظت از جامعه بطور کل طراحی شده اند. بجز استان کبک، سیستم حقوقی کانادا بر اساس سیستم حقوقی بریتانیا پایه ریزی شده است و با سیستم های طراحی شده بر اساس قانون ناپلئونی که منبع قوانین موجود در قانون مدنی کبک می باشد تفاوت بسیاری دارد. هر کس که متهم به ارتکاب جرم شود تا اثبات جرم در دادگاه قانونی بیگناه فرض می شود.

دو نوع قانون در کانادا وجود دارند. قانون جزائی و قانون مدنی.

قوانین جزائی از افراد و جامعه کانادا بطور کلی محافظت می کنند:

- پلیس در مورد خلافهای جزائی و جنائی تحقیق می کند.
- قوانین جزائی بسیاری از رفتارها از قبیل حمله، قتل، دزدی از مغازه، کلاهبرداری و دیگر انواع دزدی، قاچاق، حمل و نگهداری ماری جوانا و دیگر مواد مخدر را شامل می شود.

بطور مثال: اگر مردی به همسر و فرزندانش حمله کند وی از قانون جزائی تخطی کرده است و این عمل او می تواند منجر به دستگیری وی توسط پلیس و محاکمه او در دادگاه جزائی بشود. اگر گناهکار شناخته شود، دادگاه ممکن است رأی به زندانی کردن وی بدهد.

- افراد می توانند بدلیل متهم به ارتکاب جرم بودن، شاهد جرم بودن یا قربانی جنایت بودن به دادگاه احضار شوند. مدرکی که زمان و مکان دادگاه را معین می کند به آنها داده می شود. حاضر نشدن در دادگاه در زمان مربوطه قانون شکنی محسوب می شود.

- دولت هزینه پیگیری اتهامات جنائی در دادگاه می پردازد. این هزینه شامل استخدام مترجم در صورت نیاز نیز می باشد.

قوانین مدنی برای رفع اختلافات شخصی یا دعوای میان افراد با شرکتها و سازمانها طراحی شده اند. بعنوان مثال اگر اشخاصی بر سر مالکیت ملک یا دارائی اختلاف نظر دارند می توانند برای حل مشکل به دادگاه مدنی مراجعه نمایند. دادگاه از قوانین مالکیت برای صدور حکم استفاده می کند. اگر مالک و مستأجر بر سر ودیعه دعوا دارند، قوانین مدنی تعیین می نمایند که حق با چه کسی است. نکات دیگری در مورد قوانین مدنی که باید بخاطر داشت:

- این قوانین از طریق اختیارات دادگاهها اجرا می شوند.
- ممکن است افراد برای حل مشکلات با افراد، شرکتها و سازمانهای دیگر به دادگاه مراجعه کنند. اگرچه این امر معمولاً از طریق وکلی انجام می شود، اما امکان رفتن به دادگاه بدون وکیل نیز وجود دارد.
- هزینه دادگاههای مدنی توسط اشخاص پرداخت می شود. اگر به مترجم نیاز باشد، پرداخت هزینه آن برعهده شخصی است که نیازمند به مترجم است.

شیوه عمل پلیس

در هنگام دستگیری افراد، مأمورین پلیس باید:

- هویت خود را بعنوان افسر پلیس مشخص کنند
- به افراد بگویند که تحت بازداشت هستند
- دلیل بازداشت را ارائه بدهند
- به افراد بگویند که آنها حق صحبت فوری با یک وکیل را دارا می باشند
- کتابچه تلفن برای یافتن شماره تلفن وکلا را ارائه نمایند.

در هنگام بازداشت مؤظف به همراهی افسر پلیس هستید. حمله به مأمورین پلیس جرم بزرگی است. پیشنهاد رشوه به یک افسر پلیس نیز جرم بزرگی محسوب می شود.

پس از گفتن اینکه شما تحت بازداشت هستید و اطلاع دادن به شما در مورد حقوقتان، افسر پلیس احتمالاً به شما دستبند زده و شما را به اداره پلیس خواهد برد. امکان جستجوی مضمونین توسط مأمورین پلیس برای یافتن اسلحه یا مدرک جرم وجود دارد. شما حق تماس تلفنی و گفتگو با یک وکیل را دارید.

شما مؤظف به پاسخ دادن به سؤالات پلیس نمی باشید. اگر به خاطر ارتکاب جرمی دستگیر شده اید، پلیس حق گرفتن عکس و انگشت نگاری از شما را دارد. همچنین اگر مأمورین پلیس اعتقاد دارند که شما تحت تأثیر مشروبات الکلی یا مواد مخدر رانندگی کرده اید، حق درخواست گرفتن نمونه نفس یا خون شما را دارند.

آزادی شما بستگی به پلیس یا تصمیم دادگاه دارد. اگر مأمورین قصد زندانی کردن شما را دارند، ایشان مؤظف به دریافت دستور دادگاه می باشند (معمولاً به فاصله 24 ساعت پس از دستگیری). اگر دادگاه تصمیم به آزاد سازی شما بگیرد، باید به شرایط اعمال شده توسط دادگاه عمل بنمائید. بعنوان مثال، ممکن است ملزم به تحویل گذرنامه خود یا پرداخت قید کفالت (مبلغی که پس از برآوردن شرایط دادگاه به شما باز گردانده می شود) باشید.

اگر فکر می کنید که پلیس با شما بدرفتاری کرده است، می توانید به Police یا Police Chief Commission در شهر خود (در صفحات آبی یا سفید دفترچه تلفنانتان جستجو کنید) یا Commission for Public Complaints Against the RCMP (به شماره تلفن مجانی 1-800-665-6878 در وب سایت www.cpc.gc.ca شکایت کرده و این افراد تحقیقات لازم را انجام می دهند.

وکیلان

بسیاری از افرادی که مؤظف به حضور در دادگاه می باشند وکیلی برای راهنمایی و نمایندگی خود استخدام می کنند. برای اختیار کردن یک وکیل، با دفتر نمایندگی خدمات مهاجرین Law Society of Alberta's Lawyer Referral Service با شماره 228-1722 (403) در Calgary یا شماره مجانی 1-800-661-1095 از سایر نقاط آلبرتا تماس بگیرید. دفاتر وکلا در صفحات زرد دفترچه تلفن یا بروی وب سایت www.mytelus.com/phonebook/index.vm لیست شده اند.

خدمات وکالت می تواند بسیار پر هزینه باشد. اگر قادر به پرداخت این هزینه نیستید، Legal Aid یا دانشجویان حقوق می توانند تحت شرایطی خاص به شما کمک کنند.:

- **Legal Aid** برای اشخاص کم درآمد وکیل فراهم می کند. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت Legal Aid Society of Alberta www.legalaid.ab.ca یا صفحات سفید دفترچه تلفن خویش مراجعه کنید.

- **دانشجویان حقوق** خدمات مشاوره قانونی رایگان و یا نمایندگی در موضوعات نسبتاً ساده قانونی را ارائه می دهند. برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت University of Alberta Student Legal Services www.slsedmonton.com مراجعه کرده یا در صفحات سفید دفترچه تلفن ادمونتون تحت عنوان Student Legal Services یا در صفحات سفید دفترچه تلفن کلگری تحت عنوان Calgary Legal Guidance www.clg.ab.ca جستجو کنید.

حائز شرایط بودن برای این خدمات به نیاز مالی بستگی دارد. اگر درآمد مالی تان خیلی زیاد است، ملزم به پرداخت و استخدام وکیل می باشید.

حقوق انسانی

فرمان آزادی و حقوق کانادا (*Canadian Charter of Rights and Freedoms*) رعایت شدن حقوق و آزادیهای اساسی انسانی در تصویب و اجرای عدالت را ضمانت می کند. این فرمان به حقوق و آزادیهای زیر متعهد می شود:

- **آزادیهای بنیادی** نظیر آزادی گفتار، عقیده و مذهب (بعنوان مثال آزادی مطبوعات، آزادی گردآمدن با دیگر افراد و بحث در مورد هر موضوع ممکنه)

- **حق تساوی** که از حفاظت و سرویس دهی مساوی به افراد از طریق قانون اطمینان حاصل می کند. حقوق تساوی بطور خاص افراد را از مورد تبعیض قرار گرفتن برحسب نژاد، کشور محل تولد، مذهب، رنگ پوست، جنس، سن ناتوانی جسمی یا ذهنی حفاظت می کند. این همچنین بدین معنی است که شخصی که انگلیسی حرف نمی زند یا انگلیسی نمی فهمد حق داشتن مترجم در هنگام جریانات قانونی را دارا می باشد.

- **حق قانونی** که شامل حق بیگناه شناخته شدن تا زمان اثبات جرم در دادگاه، حق تماس با وکیل در صورت دستگیری توسط پلیس، حق محاکمه عادلانه و حق محافظت در مقابل ورود غیر قانونی پلیس به محل زندگیتان می باشد.

- **حق جابجا شدن** که شامل حق مسافرت، زندگی و جستجو برای کار در اقصی نقاط می باشد.

اگر احساس می کنید که حقتان نقض شده است با وکیلی صحبت کنید یا با Court Challenges Program (CCPC) of Canada تماس بگیرید. CCPC برای پرونده های دادگاهی مهمی که باعث ترقی حق زبان و تساوی تضمین شده تحت قانون اساسی کانادا می شوند، کمک مالی فراهم می سازد. برای اطلاعات

بیشتر به وب سایت CCPC www.ccppcj.ca مراجعه کرده یا با شماره تلفن 942-0022 (204) تماس بگیرید.

هر دو دولت کانادا (فدرال و استانی) دارای کمیسیونهایی می باشند که به شکایات مربوط به تبعیض رسیدگی می کنند. این کمیسیونها حوزه های مسؤلیتی متفاوتی دارند، از قبیل:

- **قانون حقوق بشر کانادا** مشمول کارفرمایان تحت قوانین دولت فدرال ، اتحادیه های صنفی و مراکز خدماتی که کالاها، تسهیلات، خدمات یا امکانات به عموم مردم ارائه می دهند می باشد. این قانون تبعیض بر اساس نژاد، اصلیت قومی یا ملی، رنگ پوست، مذهب، سن، جنس، وضعیت ازدواج، ناتوانی و محکومیتی که شامل عفو شده است را منع می کند. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت کمیسیون حقوق بشر کانادا Canadian Human Rights Commission (www.chrc-ccdp.ca) مراجعه کرده یا با یکی از تلفنهای زیر تماس بگیرید.

The Canadian Human Rights Commission
308, 10010-106 Street
Edmonton, Alberta T5J 3L8
Telephone: (780) 495-4040 in Edmonton
1-800-999-6899 toll-free
1-888-643-3304 (toll-free TTY line for deaf and hard of hearing persons)
E-mail: info.com@chrc-ccdp.ca

- **قانون حقوق بشر، تابعیت و چند فرهنگی آلبرتا** شامل مراکز خدمات و کارفرمایان تحت قوانین دولت استانی می گردد. این قانون تبعیض بر اساس نژاد، اصلیت قومی ، رنگ پوست، مذهب، سن، جنس، وضعیت ازدواج، منبع درآمد و ناتوانی جسمی و روحی را منع می کند. برای اطلاعات بیشتر به وب سایت Alberta Human Rights and Citizenship Commission به آدرس www.albertahumanrights.ab.ca مراجعه کنید. یا با یکی از دفاتر زیر تماس بگیرید:

Edmonton
800, 10405 Jasper Avenue
Edmonton, Alberta T5J 4R7
Telephone: (780) 427-7661
To call toll-free from elsewhere in Alberta,

برای تماس رایگان از دیگر نقاط آلبرتا با شماره تلفن 310-0000 تماس بگیرید و پس از شنیدن راهنمایی پیش شماره و شماره تلفن مورد نظر را وارد کنید.

Calgary
310, 525-11 Avenue SW
Calgary, Alberta T2R 0C9
Telephone: (403) 297-6571
To call toll-free from elsewhere in Alberta

برای تماس رایگان از دیگر نقاط آلبرتا با شماره تلفن 310-0000 تماس بگیرید و پس از شنیدن راهنمایی پیش شماره و شماره تلفن مورد نظر را وارد کنید.

TTY service for persons who are
deaf or hard of hearing
Edmonton: (780) 427-1597
Calgary: (403) 297-5639
Toll-free: 1-800-232-7215
E-mail: humanrights@gov.ab.ca

اگر معتقدید که به خاطر نژاد، عقاید مذهبی، رنگ پوست، جنس و یا هر خصوصیت شخصی که در بالا ذکر شده است مورد تبعیض قرار گرفته اید می توانید برای درخواست تحقیق محرمانه با کمیسیون حقوق بشر و تابعیت آلبرتا و یا کمیسیون حقوق بشر کانادا تماس بگیرید. اگر جهت شکایت تماس می گیرید، هرچه سریعتر پس از وقوع حادثه این کار را انجام دهید. اگر 12 ماه از وقوع حادثه گذشته باشد، ممکن است هیچ یک از این کمیسیونها قادر به قبول شکایت شما نباشند.

ارائه شکایت در صورت نیاز می تواند با حضور و کمک یک مترجم انجام شود. دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین ممکن است قادر به کمک در این مورد باشند.

در صورت قبول شکایت، کمیسیون مربوطه سعی در جلب توافق طرفین بر سر خاتمه دعوی می کند. این خاتمه دعوی می تواند شامل نامه عذرخواهی و جلسه آموزشی برای کارفرما یا پرداخت مبلغی جهت جبران حقوق از دست رفته و درد و رنج حاصله باشد. اگر توافقی حاصل نشود، کمیسیون در مورد شکایت تحقیق بیشتری کرده و تصمیم میگیرد که مشمول بررسی قضائی بوده (مورد فدرال) یا می تواند مورد استیناف قرار گیرد (مورد استانی).

قانون خانواده

در کانادا استفاده از خشونت بر علیه دیگر افراد از جمله اعضای خانواده جرم می باشد. قانون تمامی اعضای خانواده از جمله کودکان، همسران و افراد مسن تر را درمقابل بد رفتاری و اهمال کاری (مثلاً عضوی را بدون داشتن مراقبت مناسب تنها رها کردن) محافظت می کند. بد رفتاری می تواند به یکی از فرمهای زیر باشد:

- **بد رفتاری جسمی** (مثل کتک زدن، سیلی زدن، مشت زدن، کسی را از خانه بیرون انداختن) جرمی جنائی است.

- **بد رفتاری جنسی** (مثل سکس اجباری جرمی جنائی است).

- **بد رفتاری احساسی** (مثل انتقاد دائم، تهدید به آسیب رساندن یا کشتن عضوی از خانواده، ندادن اجازه دوست یابی به یکی از اعضای خانواده، تهدید به فرستادن یکی از اعضای خانواده به کشور محل زندگی قبلی، از بین بردن و آسیب رساندن به دارائیه‌ها) جرم جنائی نیست ولی می‌تواند تبدیل به پایه و اساسی برای طلاق یا دیگر اقدامات قانونی گردد.
- **بد رفتاری اقتصادی** (مثل ندادن اجازه به همسر جهت ارتقاء در آمد و فرصتهای شغلی) جرم جنائی نیست ولی می‌تواند تبدیل به پایه و اساسی برای طلاق یا دیگر اقدامات قانونی گردد.

خانواده‌ها حق گرفتن اکثر تصمیمات برای بزرگ کردن فرزندانشان را دارا می‌باشند. ولی قانون بهبود وضعیت کودک، جوان و خانواده *Child, Youth and Family Enhancement Act* از کودکان در قبال کوتاهی، بد رفتاری جسمی و جنسی و صدمات احساسی محافظت می‌کند. بعنوان مثال تنها رها کردن کودکان زیر 12 سال در خانه را می‌توان اهمال و کوتاهی بحساب آورد. برای اطلاعات بیشتر به بخش *Enhancement Act* وب سایت Alberta Children's Services به آدرس www.child.gov.ab.ca مراجعه کنید.

کارکنان خدمات کودکان آلبرتا Alberta Children's Services سعی در حفظ خانواده‌ها با یکدیگر دارند. این کارکنان زمانی مجبور به دخالت می‌شوند که اعضای خانواده بدلیل مشکل در زمینه حفاظت یا مراقبت از کودک تقاضای کمک کرده یا هنگامی که یکی از اعضای محل (نظیر همسایه، معلم یا افسر پلیس) نگرانی نسبت به ایمنی یا سلامت کودک را گزارش می‌دهد. کارمندی با خانواده ملاقات کرده، نیازهای کودک و خانواده را بررسی کرده و پیشنهادهای ارائه می‌دهد. اگر قوانین حفاظت از کودک نقض شده باشند، سرپرستی کودکان از یک یا هر دو والدین بطور دائم یا تا زمانی که شرایط و محیط منزل عوض شود سلب می‌شود.

برای صحبت با یکی از کارکنان رفاه کودک، با مرکز خدمات خانواده و کودک منطقه خود تماس بگیرید. (به بخش Regional Authorities وب سایت Alberta Children's Services www.child.gov.ab.ca) مراجعه کرده یا تحت عنوان Government of Alberta در صفحات آبی (White Pages) کتابچه تلفن جستجو کنید).

اگر فکر می‌کنید که کودکی مورد بد رفتاری قرار می‌گیرد، مسئولیت شماست که با خط مستقیم Child Abuse به شماره تلفن 1-800-387-5437 تماس بگیرید. نام تمام اشخاصی که مسائل بد رفتاری با کودکان را گزارش می‌دهند مخفی نگاه داشته می‌شود.

اگر کسی را می شناسید که مورد بد رفتاری قرار می گیرد، با پزشک فامیلی، پلیس یا پرستار بهداشت منطقه در یکی از دفاتر بهداشت عمومی یا مراکز بهداشت منطقه ای صحبت کنید. در مورد زنی که مورد بد رفتاری قرار گرفته است، با پناهگاه اضطراری زنان (Women's Emergency Shelter) تماس بگیرید. برای یافتن شماره تلفن یکی از این مراکز در محل زندگیتان به بخش What we do وب سایت Alberta Children's Services (www.child.gov.ab.ca) مراجعه کرده و برگزیده Prevention of Family Violence and Bullying و سپس برای کمک به کجا برویم - Where to Go for Help کلیک کنید و یا به صفحه داخلی جلد کتابچه تلفن برای شماره های تماس مراجعه کنید. همچنین می توانید با شماره 422-5196 (780) در ادمونتون و شماره 310-0000 برای امکان تماس مجانی در آلبرتا تماس بگیرید.

از طریق قانون حفاظت از خشونت خانوادگی (*Protection Against Family Violence Act*), پلیس می تواند به قربانیان خشونت خانوادگی برای دریافت حفاظت اضطراری موقت که شخص بد رفتار را از اعضای خانواده و محل زندگیشان دور می دارد کمک کند این امر به قربانی و اعضای خانواده و نه به شخص بد رفتار، اجازه اقامت در خانه را در صورت ایمن بودن می دهد. همچنین قربانی می تواند به دادگاه مراجعه کرده و تقاضای دریافت دستور طولانی مدت بنماید، که در صورت نیاز به پلیس اجازه ورود به خانه و کمک به قربانیان خشونت خانوادگی را می دهد.

ازدواج، جدایی و طلاق

وقتی مشکلات جدی در ازدواج دو نفر بوجود می آید، خدمات مشاوره با بهبود بخشیدن به رابطه طرفین، به ادامه زندگی، یا در صورت لزوم ختم آن به شکلی مسالمت آمیز کمک می نماید. دفاتر نمایندگی خدمات مهاجرین، پرستاران بهداشت منطقه ای و دکتر های فامیلی می توانند شما را به دفاتر مشاوره مراجعه دهند.

شوهر یا زنی که از طریق همسرش به عنوان مهاجر تحت کفالت قرار گرفته است، به دلیل جدایی از همسر از کشور اخراج نمی شود. آن دسته از افرادی که تحت Visitor's Record, Minister's Permit or Work Permit می باشند، می بایست جهت دریافت کمک قانونی با یکی از مأموران اداره مهاجرت در یکی از دفاتر اداره مهاجرت و تابعیت کانادا صحبت کنند.

در صورت عدم موفقیت امر ازدواج، دادگاه با حکم طلاق موافقت می کند. قانون، شکست ازدواج را به صورتهای زیر تعریف میکند:

- زن و شوهر به مدت یکسال و با درک اینکه ازدواجشان پایان یافته است دور از یکدیگر زندگی کرده اند.

- یکی از آنها با کسی دیگر ارتباط جنسی داشته و نفر دیگر او را نبخشیده است.
- یکی از آنها نسبت به دیگری مرتکب بیرحمی جسمی یا روحی شده و ادامهٔ رابطه را برای او غیر قابل تحمل نموده است.

اشخاص متقاضی طلاق می بایست با وکیل تماس بگیرند. در برخی موارد، انجمن کمکهای قانونی آلبرتا برای اشخاصی که قادر به پرداختن هزینه وکیل نیستند وکیل فراهم می آورد.

حکم طلاق صادره از دادگاه بطور قانونی ازدواج را ختم می کند. بعضی اوقات زن و شوهر سابق هنوز نسبت به یکدیگر مسئولیتهای قانونی و مالی دارند. بعنوان مثال، یکی از آنها ملزم به پرداخت کمک مالی به دیگری باشد.

والدین همیشه نسبت به فرزندانشان مسئولیت قانونی و مالی دارند. اگر آنها نمی توانند بر سر نحوه تقسیم این مسئولیتها با یکدیگر به توافق برسند، می توانند به دادگاه رفته و از دادگاه تقاضای حکمیت در مورد این امر بنمایند. مثلاً، اگر والدین نمی توانند بر سر سرپرستی فرزندان به توافق برسند، قانون طلاق اصول اساسی را که می تواند توسط قاضیان به هنگام تصمیم گیری مورد توجه قرار گیرد، ارائه می دهد. علائق و نیازهای اساسی کودکان بر دیگر مسائل مقدم هستند. دادگاه رفتار گذشته زن و یا شوهر را مد نظر نخواهد داشت مگر اینکه این رفتار تأثیر منفی بر توانایی فرد برای ایفای نقش ولی داشته باشد.

روابط وابسته به هم بزرگسالان

آلبرتا دارای قوانینی است برای حل و فصل مسئولیت های مالی و دارائی افرادی که ازدواج نکرده اند ولی رابطه اقتصادی و احساسی با یکدیگر دارند. این قوانین شامل روابط عرفی (ازدواج نکرده اند ولی با یکدیگر زندگی می کنند) و روابط تعهدی افلاطونی (غیر جنسی) که در آنها دو نفر بر سر تقسیم مسئولیتهای اقتصادی و احساسی توافق می کنند می باشند. شما عضوی در یک رابطه بزرگسالانه هستید اگر:

- شما و شخص دیگر به مدت حداقل سه سال رابطه ای متعهدانه داشته باشید.
- دارای فرزندی با شخص دیگر باشید.
- دارای توافقنامه رابطه وابسته به هم بزرگسالانه کتبی می باشید.

افرادی که در این دسته روابط شرکت می کنند می بایست همدیگر را از لحاظ مالی حمایت کرده و در موارد خشونت خانوادگی (که در بالا اشاره شد)، می توانند تقاضای حفاظت اضطراری کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد قوانین خانوادگی، به وب سایت Family Law Information Centre www.albertacourts.ab.ca/familylaw مراجعه کرده یا با یکی از دفاتر زیر تماس بگیرید:

Edmonton

Main Floor, Law Courts Building
1A Sir Winston Churchill Square
Edmonton, AB T5J 0R2
Telephone: (780) 415-0404
Fax: (780) 415-0403

Calgary

604 J.J. Bowlen Building
620-7th Avenue SW
Calgary, AB T2P 0Y8
Telephone: (403) 297-6600
Fax: (403) 297-6605

تابعیت کانادا

قوانین مهاجرت و تابعیت کانادا پیچیده هستند و امکان تغییر در آنها وجود دارد. پیش از اتخاذ تصمیم‌های مهم، شرایط خود را با مأمورین مهاجرت و تابعیت (citizenship and immigration) و یا یکی از نمایندگان اداره مهاجرت در میان بگذارید. برای اطلاعات بیشتر در مورد نمایندگان اداره مهاجرت به لینک About the Department section of the Citizenship Immigration Representatives در بخش Immigration Representatives and Canada website مراجعه کنید. www.cic.gc.ca/english/department/consultants

بسیاری از مهاجران پس از سه سال یا بیشتر زندگی در کانادا بعنوان ساکنین دائم (Landed Immigrant) برای دریافت تابعیت کانادا اقدام می‌کنند. مهاجرینی که تبعه کانادا می‌شوند با آندسته از شهروندانی که متولد کانادا می‌باشند حقوق یکسان دارند. ایشان می‌توانند در انتخابات رأی دهند، گذرنامه کانادایی داشته باشند و امکان اخراجشان از کانادا وجود ندارد. طبق قوانین کانادا تابعیت دوگانه (تبعه دو کشور بودن) مجاز می‌باشد.

اگر دریافت تابعیت بخاطر ممنوعیت‌های جنایی یا دستور اخراج یا ایجاد خطرات امنیتی منع نشده‌اید، می‌توانید برای تبعه کانادا شدن تقاضا نمائید. برای این امر باید:

- ساکن دائم (Landed Immigrant) کانادا بوده و حداقل سه سال از چهار سال پیش از تقاضای دریافت تابعیت را در کانادا گذرانده باشید.
- برای مستقل تقاضا کردن حداقل 18 سال سن داشته باشید.

- فرم تقاضا را تکمیل کرده و آنرا همراه با اسناد لازم، عکس و هزینه لازم به آدرس زیر بفرستید:

Case Processing Centre
Citizenship and Immigration Canada
P.O. Box 7000
Sydney, Nova Scotia B1P 6V6

- دانش و درک مناسبی از زبان انگلیسی یا فرانسه، کشور کانادا و حقوق و مسؤلیتهای تابعیت کانادا داشته باشید.

- مراسم سوگند تابعیت را انجام دهید.

برای تقاضای تابعیت کانادا، کودکان زیر 18 سال می بایست ساکن دائم کانادا باشند. جهت تقاضا کردن از جانب فرزندان، باید قبلاً تبعه بوده یا همگی با هم بعنوان یک خانواده تقاضای تابعیت بنمایند. برای تقاضا نمودن، کودکان نیاز به زندگی در کانادا بمدت سه سال پیش از انجام این امر را ندارند.

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت (www.cic.gc.ca) Citizenship and Immigration Canada مراجعه کرده یا با شماره تلفن 1-888-242-2100 تماس بگیرید.

کارت اقامت دائم

از تاریخ 31 دسامبر 2003 افراد مقیم دائم که از کانادا خارج شده اند و با وسیله نقلیه ای تجاری (هواپیما، قایق، قطار یا اتوبوس) به کانادا بر می گردند ملزم به ارائه کارت اقامت دائم بعنوان سند اثبات وضعیت خود می باشند. برای اطلاعات بیشتر به Permanent Resident Card section of the Citizenship and Immigration Canada وب سایت www.cic.gc.ca مراجعه کنید یا با شماره تلفن 1-800-255-4541 تماس بگیرید.

اخراج از کشور

بسته به وضعیت شخص در کانادا، طبیعت جرم و مدت محکومیت، امکان اخراج افرادی که به ارتکاب جرمی در کانادا گناهکار شناخته شده اند وجود دارد. زن یا شوهری که بطور قانونی ساکن دائم کانادا بوده و کفالت وی توسط همسرش تقبل شده است را نمی توان بواسطه شکست درامر ازدواج از کانادا اخراج نمود. برای اطلاعات بیشتر، به برگه اطلاعاتی *Criminal Justice and the Immigration and Refugee Protection Act* در وب سایت www.cic.gc.ca/english/pub/justice.html مراجعه نمایید.

مقیمان دائم ممکن است از کانادا اخراج شوند. بعنوان مثال، تحت شرایط زیر امکان اخراج شما وجود دارد:

- محکوم به ارتکاب به جرائم خاص پیش از آمدن به کانادا شده باشید.

- شرایط و موارد لازم اقامتتان را برآورده نکنید.
- در کانادا محکوم به ارتکاب جرمی شوید که منجر به محکومیت زندان بیش از 6 ماه شود یا امکان محکومیت 5 سال یا بیشتر از آن وجود داشته باشد.
- برای پذیرفته شدن و ورود به کانادا دروغ گفته یا از مدارک جعلی استفاده کرده اید.

شما ممکن است حق درخواست استیناف نسبت به تصمیمی که منجر به اخراجتان از کانادا شده را داشته باشید. اگر نگران می باشید، بهتر است اطلاعات مربوط به قوانین مهاجرت را مستقیماً از مرکز تماس مهاجرت و تابعیت گرفته یا با وکیلی متخصص در زمینه قوانین مهاجرت مشورت نمائید.

ممکن است حق ارائه استیناف حکمی که منجر به اخراجتان از کانادا شود را داشته باشید. اگر نگران هستید، بهتر است اطلاعات مربوط قوانین مهاجرت مستقیماً از مرکز تماس مهاجرت و تابعیت (1-888-242-2100 toll-free) گرفته یا با وکیلی که متخصص قوانین مهاجرت می باشد مشورت نمائید.

کفالت

مقیمان دائم می توانند تقاضای تکفل بستگان نزدیک برای مهاجرت به کانادا نمایند. هنگامی که تکفل خویشاوندی را قبول می کنید می بایست برای حمایت از آن شخص و اعضای خانواده همراه وی برای مدت سه الی ده سال، بسته به سن آنها و نسبتشان با شما، تعهد بدهید. برای اطلاعات بیشتر به بخش اسپانسرشیپ وب سایت اداره مهاجرت کانادا www.cic.gc.ca مراجعه کرده یا با مرکز اطلاعات این اداره به شماره 1-888-242-2100 تماس بگیرید.