BC सीनियर्स गाइड

BRITISH COLUMBIA | Ministry of Health

12वां संस्करण

स्वास्थ्य मंत्री का संदेश

B.C. में, हम बढ़ती हुई संख्या में बुज़ुर्गों को उनके घरों में स्वतंत्र तौर पर यथासंभव अधिक से अधिक दिनों तक रहने में मदद करना चाहते हैं, ताकि वे स्वस्थ सक्रिय जीवन शैली जी सकें। साथ ही, जरुरत अनुसार उन्हें बेहतरीन सेवा और सहायता मुहैया कराई जा सके। ध्यान रहे कि बुज़ुर्गों, उनके परिवारों और उनके देखभालकर्ताओं के पास सेवा से जुड़ी जानकारी और संसाधन हमेशा उपलब्ध हो, जिससे वे जानकार संसाधनों की मदद से वे अपने स्वास्थ्य से जुड़े ज़रूरी फैसले ले सकते हैं।

BC सीनियर्स की गाइड एक व्यापक टूल है, जो ब्रिटिश कोलंबियन को वह जानकारी देने में मदद कर सकती है, जिनकी उन्हें बढ़ती उम्र के साथ ज़रूरत होती है। इसमें प्रादेशिक और संघीय प्रोग्रामों की जानकारी शामिल होती है, जिसमें लाभ, स्वास्थ्य, जीवन शैली, आवास, परिवहन, वित्त, बचाव और सुरक्षा और अन्य महत्वपूर्ण सेवाओं की श्रेणी है। यह अंग्रेजी, फ्रेंच, पंजाबी, चीनी, कोरियाई, वियतनामी और फारसी में मौजूद है। यह गाइड किताबी फॉर्मैट में या ऑनलाइन उपलब्ध है। BC एल्डर्स गाइड इंडिजिनस, फर्स्ट नेशंस और मेटिस के बुज़ुर्ग वयस्कों के लिए डिज़ाइन किए गए संसाधन के समान है। इसे B.C. सरकार और फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी के बीच साझेदारी की मदद से बनाया गया है। आप *BC सीनियर्स गाइड* और BC एल्डर्स गाइड दोनों को www.gov.bc.ca/seniorsguide पर ऑनलाइन हासिल देख सकते हैं।

हम भाग्यशाली हैं कि हमारी बढ़ती उम्र के साथ हमारी मदद करने के लिए ब्रिटिश कोलंबिया में कई अच्छी सेवाएं उपलब्ध हैं। यह *BC सीनियर्स गाइड* लोगों को इन संसाधनों की खोज करने में मदद कर सकता है। इस टूल का यथासंभव सुलभ होना महत्वपूर्ण है, इसलिए हमने पहले से कहीं अधिक भाषाओं में इसका अनुवाद किया है। मैं आपको इलेक्ट्रॉनिक या कागज की एक कापी प्राप्त करने के लिए प्रोत्साहित करता हूं, और आप ऐसे लोगों के साथ इसे साझा करें जिन्हें इससे लाभ हो सकता है।

भवदीय,

एड्रियन डिक्स
स्वास्थ्य मंत्री

ब्रिटिश कोलंबिया सीनियर्स गाइड का 12वां संस्करण सन 2020 में छापा गया था।

प्रकाशन के समय से जानकारी में बदलाव हो सकती है। इस गाइड के सामयिक अपडेट, और साथ ही चीनी, फ्रेंच, पंजाबी, वियतनामी, कोरियाई और फारसी में उपलब्ध अनुवादित संस्करण के लिए www.gov.bc.ca/seniorsguide पर जाएं।

BC सीनियर्स गाइड

स्वास्थ्य मंत्री का संदेश ii

प्रमुख संसाधन 1

जीवन शैली 7

SeniorsBC.ca 9
एजिंग वेल 9
हेल्थलिंक BC 9
चूज़ टू मूव 9
हेल्थलिंक BC में शारीरिक गतिविधि सेवाएं 10
BC सीनियर्स सामुदायिक पार्क्स 10
जीवन के लिए कदम! DVD 10
सीनियर्स के लिए स्वस्थ खान-पान 11
रजिस्टर्ड डाइअटिशन से संपर्क करें 12
फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी – स्वस्थ खान-पान और क्रियाशील रहना 12
सक्रिय और स्वस्थ मस्तिष्क 12
अल्जाइमर सोसायटी B.C. 13
पार्किंसंन सोसायटी BC 13
स्वास्थ्य संवर्धन कार्यशालाएं 13

धूम्रपान छोड़ने में कभी देर नहीं होती है 14

QuitNow 14
BC धूम्रपान निवारण प्रोग्राम 14
शराब और बुढ़ापा 14
भांग 15
गिरने से बचाना 15
B.C. मस्तिष्क आघात संघ 16
B.C. सरकार पहुंच प्राप्ति वेबसाइट 16
बढ़ती उम्र के साथ विकासात्मक विकलांगता 17

डिजिटल साक्षरता 17

प्रौद्योगिकी से जुड़ना (कनाडाई नेत्रहीन संस्थान) 17
माता-पिता को पढ़ाएं (ABC लाइफ लिटरेसी कनाडा) 17
ग्लू डिजिटल कोचिंग नेटवर्क 18

स्वस्थ समुदाय और परिवार 18

उम्र के अनुकूल BC 18
घर पर बेहतर 18
BC स्वस्थ समुदाय सोसायटी 19
BC211 19

COVID-19 19
स्वस्थ समुदाय 19
सर्विस BC 20
सीनियर्स परिवहन प्रोग्राम 21
WelcomeBC.ca 21
आप्रवासी सेवाएं 22
विदेशी संपर्क 22
दादा-दादियों द्वारा पोते-पोतियों की परवरिश 23
दादा-दादियों द्वारा पोते-पोतियों की परवरिश सहायता लाइन 23
किफायती बाल देखभाल संबंधी लाभ 23
वालंटियर करना 24
वालंटियर BC 24
वालंटियर कनाडा 24
रोज़गार 24
WorkBC.ca – परिपक्व श्रमिक 24
बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम 24
शिक्षा 25
पोस्ट-सैकंडरी शिक्षण 25
अंग्रेज़ी भाषा प्रशिक्षण 25
मनोरंजन और संस्कृति 26
55+ BC गेम्स 26
बुज़ुर्गों के लिए शिकार करने और मछली मारने (पकड़ने) संबंधी लाइसेंस 26
BC पार्क्स – कैंपसाइट शुल्क छूट 27
रॉयल BC म्युज़ियम 27
Ability411 27

आपका स्वास्थ्य 29
ब्रिटिश कोलंबिया की स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली 31
ब्रिटिश कोलंबिया में स्वास्थ्य प्राधिकरण 31
फ़्रेज़र हेल्थ 31
इंटीरियर हेल्थ 31
आइलैंड हेल्थ 31
नॉर्दर्न हेल्थ 32
वैंकूवर कोस्टल हेल्थ 32
प्रोविंशियल हेल्थ सर्विसेज़ अथॉरिटी (PHSA) 32
फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी (FNHA) 32
FNHA इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल इनफार्मेशन लाइन 32

हेल्थलिंक BC 33
हेल्थलिंक BC 8-1-1 33
क्या यह एक आपातकालीन स्थिति है? 33
HealthLinkBC.ca 33
BC हेल्थ सर्विस लोकेटर ऐप 33
ब्रिटिश कोलंबिया की चिकित्सा सेवा योजना (Msp) 34
चिकित्सा लाभ 34
अनुपूरक लाभ 34
स्वास्थ्य बीमा BC क्या है? 35
BC सर्विस कार्ड 35
केवल चिकित्सीय सेवाएं 36
दांत संबंधी देखभाल 36
मैडिकाल अपॉइंटमेंट के लिए यात्रा करना 36
यात्रा सहायता प्रोग्राम (TAP) 36
स्वास्थ्य संबंधी संपर्क 37
नॉर्दर्न हेल्थ 37
इंटीरियर हेल्थ 38
आइलैंड हेल्थ 38
वैंकूवर कोस्टल हेल्थ 38
फार्माकियर 38
फ़ेयर फार्माकियर योजना 38
फ़ेयर फार्माकियर के लिए पंजीकरण 39
बढ़ाई गई सहायता 39
फार्माकियर की अन्य योजनाएं 40
क्या शामिल किया गया है? 40
मासिक कटौती योग्य भुगतान विकल्प 40
चिकित्सा सेवा योजना (MSP) और फार्माकियर: क्या अंतर है? 41
फार्माकियर योजनाओं के बारे में अधिक जानकारी के लिए 41
BC आपातकालीन स्वास्थ्य सेवाएं 42
गहन, घरेलू और सामुदायिक देखभाल सेवाएं 43
गहन देखभाल (अस्पताल में देखभाल) 43
घरेलू और सामुदायिक देखभाल 44
कौन इसके पात्र हैं? 44
सेवाएं प्राप्त करना 45
देखभाल प्रबंधन और देखभाल समन्वय 45
घरेलू सहायता 45
स्वावलंबी जीवन के लिए सहायता का विकल्प 46

सामुदायिक नर्सिंग और सामुदायिक पुनर्वास 46
एडल्ट डे सर्विसेज़ 46
देखभालकर्ता सहायता/राहत 46
असिस्टेड लिविंग 47
असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्रार 47
लॉन्ग टर्म केयर होम्स 48
ग्रुप होम्स 48
फ़ैमिली केयर होम्स 49
आजीवन देखभाल 49
आश्रम और आश्रम प्रशामक देखभाल 49
BC प्रशामक देखभाल लाभ 49
रोगी देखभाल की गुणवत्ता का कार्यालय 50
फ़्रेज़र हेल्थ रोगी देखभाल की गुणवत्ता का कार्यालय 50
इंटीरियर हेल्थ रोगी देखभाल गुणवत्ता का कार्यालय 50
आइलैंड हेल्थ रोगी देखभाल गुणवत्ता का कार्यालय 50
नॉर्दर्न हेल्थ रोगी देखभाल गुणवत्ता का कार्यालय 51
वैंकूवर कोस्टल हेल्थ रोगी देखभाल गुणवत्ता का कार्यालय 51
प्रांतीय स्वास्थ्य सेवा प्राधिकरण रोगी देखभाल गुणवत्ता का कार्यालय 51
रोगी देखभाल गुणवत्ता समीक्षा बोर्ड 51
पुरानी बिमारियों के साथ स्वस्थ जीवन जीना 52
सेल्फ मैनेजमेंट BC, विक्टोरिया यूनिवर्सिटी 52
ब्रिटिश कोलंबिया के पारिवारिक देखभालकर्ता 53
ब्रिटिश कोलंबिया यूनिवर्सिटी, फैकल्टी ऑफ इंटरकल्चरल ऑनलाइन हेल्थ नेटवर्क (iCON) 53
पेन (Pain) BC 53
रोगी आवाज नेटवर्क 54
सांस्कृतिक सुरक्षा 55
इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल रिज़ॉल्यूशन हेल्थ सपोर्ट प्रोग्राम 55
नेशनल इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल क्राइसिस लाइन 55
मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के उपयोग संबंधी सेवाएं 55
बाउंस बैक: रीक्लेम यॉर हेल्थ 56
खुल कर जीवन जीना 57
क्राइसेस लाइन एसोसिएशन BC 57
BC अल्कोहल और ड्रग संबंधी सूचना और रेफरल सर्विसेज़ 57
मानसिक स्वास्थ्य और व्यसनों की जानकारी के लिए BC साझेदार 58
प्रॉब्लम गैंबलिंग 58

सार्वजनिक स्वास्थ्य 58
टीकाकरण संबंधी सेवाएं 58
डिमेंशिया संबंधी सहायता और सेवाएं 59
B.C. की अल्ज़ाइमर सोसायटी 59
फर्स्ट लिंक® डिमेंशिया सपोर्ट 59
LGBTQ2S 60
ट्रांस केयर BC (PHSA) 60
प्राइडलाइन BC 60
ट्रांस लाइफलाइन 60
BC के लेस्बियन और गे लोगों के माता-पिता और परिवार 60
QMUNITY 60
मेडिकल असिस्टेंस इन डाईंग (Maid) 61
मृत्यु के बाद: जब किसी की मृत्यु हो जाए तो क्या करें 61

आवास 63
बुज़ुर्ग गृहपति 65
बुज़ुर्गों के लिए गृहपति अनुदान 65
बुज़ुर्गों के लिए कम आय अनुदान अनुपूरक 65
संपत्ति का आंकलन 66
संपत्ति कर आस्थगन 66
घर का रूपांतरण 67
बुज़ुर्गों और विकलांग व्यक्तियों के लिए होम रेनोवेशन टैक्स क्रेडिट 67
होम ऐडैप्टेशन फॉर इंडिपेंडेंस (HAFI) प्रोग्राम 67
बुज़ुर्गों के लिए आवास के विकल्प 68
शैलटर ऐड फॉर एल्डर्ली रेंटर्स (SAFER) प्रोग्राम 68
बुज़ुर्गों के लिए किफ़ायती आवास 69
सीनियर्स सपोर्टिव हाउसिंग 69
सब्सिडाइज़्ड असिस्टेड लिविंग 70
सीनियर्स सर्विसेस सोसायटी 70
मकान मालिक और किराएदार 71
अपने अधिकारों और ज़िम्मेदारियों को जानें 71

एक जगह से दूसरी जगह जाना 73
ड्राइविंग विकल्प 74
ट्रांज़िट पर सीनियर्स के भाड़े पर छूट 74
बस पास प्रोग्राम 75
BC बस पास प्रोग्राम 76
सामुदायिक यात्रा प्रशिक्षण प्रोग्राम: BC ट्रांज़िट 76

सुलभ ट्रांजिट 76
हैंडीडार्ट सेवा 76
हैंडीकार्ड प्रोग्राम (Translink) 77
एक परिचारक के लिए रियायत किराया और निःशुल्क यात्रा 77
टैक्सी सेवर प्रोग्राम 77
टैक्सी बिल ऑफ राइट्स 78
फेरी से सफर करने का किराया 78
BC फेरीज़ 78
इनलैंड फेरीज़ 79
बुज़ुर्ग ड्राइवर 80
सीनियर्स वीइकल इंश्योरेंस सेविंग्स 80
ड्राइवर का लाइसेंस 80
बुज़ुर्ग ड्राइवर का टूलकिट 81
ड्राइवर का चिकित्सा परीक्षण रिपोर्ट और उन्नत सड़क आंकलन 81
वेट्रन्स के लिए लाइसेंस प्लेट 82
DriveBC.ca 83

आपके वित्तीय साधन 85
आपकी सेवानिवृत्ति के लिए अनुदान 87
ओल्ड एज सिक्योरिटी पेंशन 87
गारंटीड इनकम सप्लीमेंट 87
ओल्ड एज सिक्योरिटी पेंशन प्राप्त नहीं करने वाले बुज़ुर्गों के लिए आय सहायता 88
अलाउंस/अलाउंस फॉर द सर्वाइवर 88
कनाडा पेंशन योजना 89
वेट्रन्स अफेयर्स कनाडा 90
सीनियर्स सप्लीमेंट 90
पंजीकृत सेवानिवृत्ति बचत योजनाएं 90
कामकाजी बुज़ुर्ग 91
रोज़गार संबंधी बीमा लाभ 91
CPP पेंशन और लाभ प्राप्त करने वाले कार्यरत बुज़ुर्ग 92
टैक्स क्रेडिट 92
उम्र संबंधी राशि 92
पेंशन आय राशि 92
जीवनसाथी से ट्रांस्फर हुई राशि 93
पेंशन आय का विभाजन 93
अन्य राशियां 93
विकलांगता टैक्स क्रेडिट 93
गुड्स एंड सर्विसेज़ टैक्स (GST) क्रेडिट 94

सेल्स टैक्स क्रेडिट 94
ब्रिटिश कोलंबिया क्लाइमेट एक्शन टैक्स क्रेडिट 95
अगर आप मूव होते हैं 95
व्यक्तिगत आयकर और ट्रस्ट पूछताछ –कनाडा रेवेन्यू एजेंसी 95
वर्चुअल टैक्स क्लिनिक फाइंडर 96
पॉवर ऑफ अटॉर्नी 96

बचाव और सुरक्षा 97
बड़ों के साथ दुर्व्यवहार और उपेक्षा निवारण 99
सीनियर्स फर्स्ट BC सोसायटी 99
विक्टिम सर्विसेज प्रोग्राम 99
BC एसोसिएशन ऑफ एबोरिजिनल फ्रेंडशिप सेंटर्स 99
लीगल प्रोग्राम 100
एल्डर लॉ क्लिनिक (ELC) 100
लीगल एडवोकेसी प्रोग्राम (LAP) 100
एजुकेशन एण्ड आउटरीच प्रोग्राम 100
सीनियर्स एब्यूज एंड इंफॉर्मेशन लाइन (SAIL) 100
विक्टिमलिंकबीसी 101
नामित एजेंसियां 101
ब्रिटिश कोलंबिया के पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी 102
असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री 102
BC एसोसिएशन ऑफ कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क्स 103
स्वास्थ्य मंत्रालय 103
हेल्थलिंक बीसी 103
बुज़ुर्गों के अधिवक्ता का कार्यालय (Office of the Seniors Advocate) 104
अक्षमता संबंधी अग्रिम योजना 104
एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी 105
प्रतिनिधित्व अनुबंध 105
एडवांस डिरेक्टिव 106
अगर आपने अक्षमता से पहले योजना नहीं बनाई है 106
टेम्परेरी सब्स्टिट्यूट डिसिज़न मेकर 106
गार्डीअन्शिप (कमिटी शिप) 106
निडस पर्सनल प्लानिंग रिसोर्स सेंटर एंड रजिस्ट्री 107
पीपल्ज़ लॉ स्कूल 107
ब्रिटिश कोलंबिया के पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी 108
दुर्व्यवहार की रिपोर्ट पर प्रतिक्रिया देना 108
स्वास्थ्य देखभाल निर्णयों के लिए टेम्परेरी सब्स्टिट्यूट डिसिज़न मेकर के रूप में अधिकृत करना या कार्य करना 109

स्थानापन्न वित्तीय निर्णय लेने के लिए समिति के रूप में कार्य करना 109
इस्टेट और व्यक्तिगत ट्रस्ट सेवाएं 110
पीड़ित सेवाएं और अपराध रोकथाम 110
व्यक्तिगत सुरक्षा सुझाव 111
करदाता अधिकार 112
लीगल सर्विसेज़ सोसायटी 112
उपभोक्ता संरक्षण 113
उपभोक्ता संरक्षण BC 113
ब्रिटिश कोलंबिया के वाहन बिक्री प्राधिकरण 113
निवेशक शिक्षा बुज़ुर्गों को घोटालों से बचने में मदद करती है –BC सेक्युरिटीज़ कमीशन 114
आपातकालीन और आपदाकालीन तैयारी 115
आपातकालीन प्रबंधन BC 117
विकलांग लोगों के लिए आपातकालीन तैयारियों के बारे में जानकारी 117
आपातकालीन जानकारी BC 117
शेकआउट बीसी (ShakeOut BC) 118
तैयार हो जाएं (संघीय सरकार) 118

डिरेक्टरी 119

प्रमुख संसाधन

निजी रिकॉर्ड और आपातकालीन नंबर

मेरी निजी जानकारी

नाम	
पता	
शहर	
पोस्टल कोड	
टेलीफोन	
मोबाइल फोन	
BC सर्विसिज़ कार्ड नंबर	
ओल्ड एज सिक्योरिटी नंबर	
वसीयत की जगह	
कोई एलर्जियाँ	

प्रमुख नाम और टेलीफोन नंबर

	नाम	टेलीफोन #
आपातकालीन संपर्क		
रिश्तेदार		
दोस्त		
पुरोहित		
वकील		
बीमा एजेंट		
डॉक्टर		
वॉक-इन क्लिनिक		
फार्मेसी		
अस्पताल		
एम्बुलेंस		
फायर विभाग		
पुलिस		
विष नियंत्रण		
BC हाइड्रो		
फोर्टिस गैस		
नगर पालिका		
24/7 बीमा कॉल		

प्रमुख संसाधन

निम्नलिखित प्रमुख संसाधन B.C. सीनियर्स को स्वस्थ रहने, स्वास्थ्य की देखभाल करने और सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी देते हैं।

हेल्थलिंक बीसी (HEALTHLINK BC)

HealthLink BC के प्रतिनिधि स्वास्थ्य सेवाओं को एक्सेस कराने के बारे में जानकारी और सहायता मुहैया करने के लिए प्रति दिन 24 घंटे उपलब्ध हैं और साथ ही आपको नर्स, आहार विशेषज्ञ या फार्मासिस्ट से संपर्क करवा सकते हैं। 8-1-1 डायल करके या HealthLink BC वेबसाइट के माध्यम से हेल्थलिंक BC तक पहुंच प्राप्त कर सकते हैं।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca

विधान सभा के सदस्य (MLAS)

किसी MLA से कैसे संपर्क करें, इस बारे में जानकारी के लिए ब्रिटिश कोलंबिया की विधान सभा के MLA फाइंडर वाले वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.leg.bc.ca/mla/3-1-1.htm

बुज़ुर्गों के अधिवक्ता का कार्यालय (OFFICE OF THE SENIORS ADVOCATE)

बुज़ुर्गों के अधिवक्ता का कार्यालय बुज़ुर्गों के लिए जानकारी और रेफरल का संसाधन है। जनता के चुने हुए सदस्यों को बुज़ुर्गों के लिए संसाधनों का इस्तेमाल करने के बारे में जानकारी के लिए कॉल करने, ईमेल करने या वेबसाइट पर जाने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।कृपया बुज़ुर्गों के अधिवक्ता के कार्यालय में सोमवार से शुक्रवार के बीच सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक संपर्क करें।

वरिष्ठ अधिवक्ता का कार्यालय
6th Floor – 1405 Douglas Street
PO Box 9651, STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P4
फोन (टोल फ्री): 1 877 952-3181
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 952-3181
ईमेल: info@seniorsadvocatebc.ca
वेबसाइट: www.seniorsadvocatebc.ca

SENIORSBC.CA

यह SeniorsBC.ca वेबसाइट ब्रिटिश कोलंबिया और संघीय सरकारों और गैर मुनाफा वाले संगठनों द्वारा बुज़ुर्गों के लिए सेवाओं और प्रोग्रामों के बारे में जानकारी मुहैया कराती है, साथ ही स्वास्थ्य, वित्त, लाभ, आवास, परिवहन, स्वस्थ रहने के लिए सुझावों के बारे में जानकारी प्रदान करती है।

वेबसाइट: www.seniorsbc.ca

सर्विस BC

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए सर्विस BC को कॉल करें। वैधानिक छुट्टियों को छोड़कर सोमवार से शुक्रवार, सुबह 7:30 बजे से शाम 5 बजे तक प्रतिनिधि उपलब्ध रहेंगे। 140 भाषाओं में उपलब्ध।

फोन (B.C. में टोल-फ्री): 1 800 663-7867
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-2421
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-6121
बहरे लोगों के लिए टेलीफोन डिवाइस (TDD): 711 (पूरे B.C. भर में)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 775-0303
टेक्स्ट मैसेज: 604 660-2421
वेबसाइट: www.servicebc.gov.bc.ca

लोकपाल का कार्यालय

अगर व्यक्तियों को लगता है कि B.C. प्रांतीय सरकार के मंत्रालय, स्थानीय सरकार, या किसी भी अन्य प्रांतीय सार्वजनिक प्राधिकरण ने गलत तरीके से काम किया है, तो लोकपाल का कार्यालय सहायता मुहैया कर सकता है। प्रांतीय विधानमंडल के स्वतंत्र वैधानिक कार्यालय के रूप में, लोकपाल का कार्यालय व्यक्तिगत शिकायतों का निष्पक्ष रूप से जांच करता है। व्यक्तिगत परेशानियों को सुलझाने के अलावा, शिकायत की जांच से सिस्टेमिक सुधार हो सकता है जिससे काफी लोगों को लाभ होगा। ये सेवाएं नि:शुल्क प्रदान की जाती हैं।

ज्यादा जानकारी के लिए या शिकायत करने के लिए कृपया लोकपाल के कार्यालय में कार्य दिवस के दौरान सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे के बीच में संपर्क करें।

लोकपाल का कार्यालय
2nd Floor 947 Fort Street
Victoria BC V8V 3K3
फोन (B.C. में टोल-फ्री):
1 800 567-3247
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया):
250 387-5855

डाक पता:
PO Box 9039
STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9A5
वेबसाइट:
www.bcombudsperson.ca

वेल्कम BC

वेल्कम BC ब्रिटिश कोलंबिया में आने वाले नए लोगों को प्रोग्रामों, सेवाओं और संसाधनों को लेकर जानकारी मुहैया कराता है और ब्रिटिश कोलंबिया में आने वाले नए लोगों के लिए गाइड पब्लिश करता है। गाइड की प्रिंट कॉपी ऑर्डर करने के लिए, कॉल करें या जाएं:

सेवा BC (B.C. में टोल फ्री): 1 800 663-7867

सोमवार से शुक्रवार के बीच सुबह 7:30 बजे से लेकर शाम 5 बजे तक प्रतिनिधि मौजूद होते हैं
वेबसाइट: www.welcomebc.ca

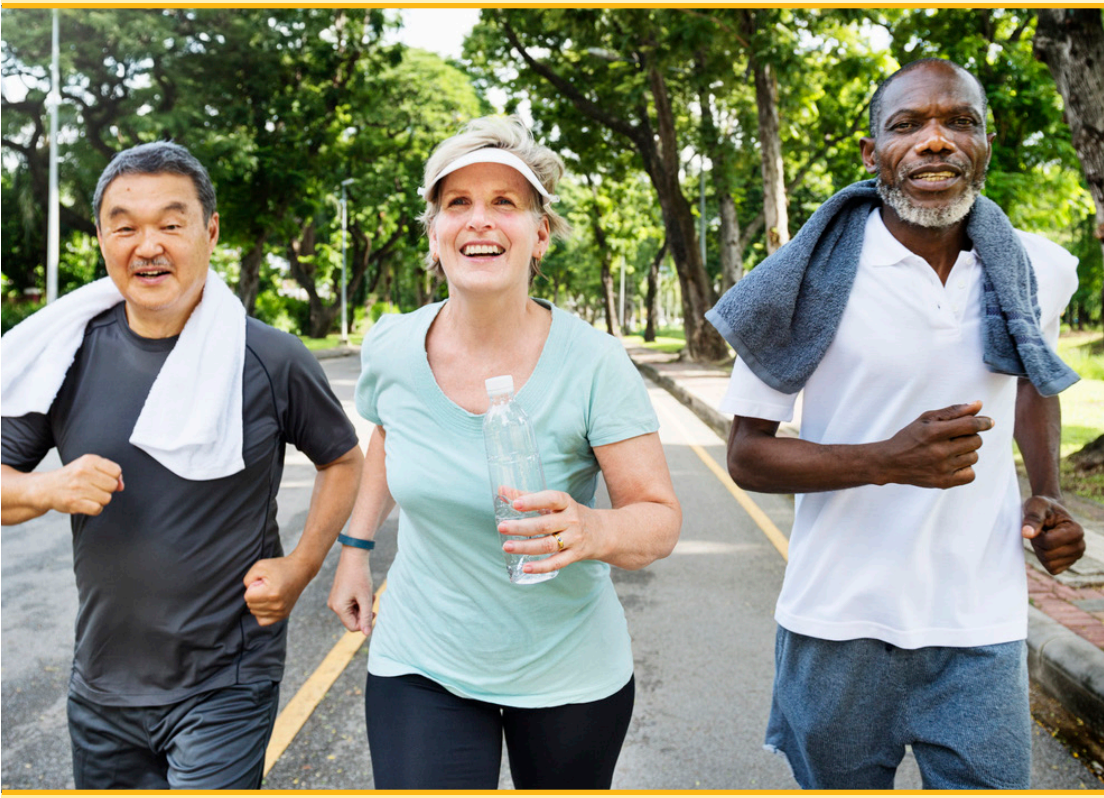
नोट्स

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए, www.SeniorsBC.ca पर जाएं

स्वस्थ बुढ़ापा के बारे में जानकारी के लिए और अपने समुदाय में सेवाएं पाने के लिए, www.HealthLinkBC.ca पर जाएं

या HealthLink BC को 8-1-1 पर कॉल करें

जीवन शैली



जीवन शैली

सीनियर्स उम्र बढ़ने की अवधारणा को पुन:परिभाषित करते हैं

सन 2028 तक एक चौथाई जनसंख्या 65 साल से ज्यादा हो जाएगी। आज के सीनियर्स पहले से कही बेहतर जीवन जी रहे हैं साथ ही, उनका स्वास्थ्य पहले की तुलना में आमतौर पर बेहतर रहता है। ज्यादातर सीनियर्स अपने घरों में रहते हैं और वे पिछली पीढ़ी के सीनियर्स की तुलना में जानकारी को बेहतर तरीके से एक्सेस करते हैं।

सक्रिय बने रहने, अच्छी तरह से खाने और सामाजिक संबंध असल में स्वस्थ जीवन शैली जीने में योगदान देता है। मजह 30 फीसदी लोगों की उम्र को जीव विज्ञान और आनुवंशिकी द्वारा समझाया जा सकता है; हर दिन इंसान का जीवन शैली से जुड़ा फैसला उनकी बढ़ती उम्र को प्रभावित करता है। शारीरिक रूप से सक्रिय रहने, स्वस्थ खान-पान का सेवन करने, सामाजिक रूप से व्यस्त रहने, धूम्रपान और वापिंग छोड़ने और हानिकारक पेय पदार्थ के त्याग से स्थाई बीमारी और विकलांगता के जोखिम को कम किया जा सकता है।

BC सीनियर्स गाइड का यह सेक्शन बुजुर्ग ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों के लिए स्वस्थ जीवन शैली वाले विकल्पों का समर्थन करने के लिए संसाधन और उपकरणों के बारे में जानकारी मुहैया कराता है। इसमें सीनियर्स हैंडबुक के लिए स्वस्थ खान-पान शामिल है – यह हैंडबुक अंग्रेजी, फ्रेंच, चीनी और पंजाबी में उपलब्ध है – और इसमें शारीरिक गतिविधि को बढ़ावा देने, गिरने से रोकने और भविष्य में अच्छे तरीके से बढ़ती उम्र को लेकर योजना बनाने के लिए संसाधन भी उपलब्ध है।

जीवनपर्यंत सीखने और मनोरंजन के अवसरों का लाभ लेने से एक स्वस्थ, सक्रिय जीवन शैली में मदद मिलती है। गाइड का यह सेक्शन माध्यमिक संस्थानों के बारे में जानकारी उपलब्ध कराता है कि ये सीनियर्स के लिए कम या मुफ्त ट्यूशन की पेशकश; वयस्क शिक्षार्थियों के लिए अंग्रेजी भाषा की ट्रेनिंग; और कैम्प्साइट फीस और अन्य मनोरंजन गतिविधियों पर सीनियर्स के लिए छूट के बारे में जानकारी भी दे सकते हैं। स्वस्थ जीवन शैली के विकल्पों पर ज्यादा जानकारी के लिए कृपया www.SeniorsBC.ca पर जाएं।

SeniorsBC.ca

यह SeniorsBC वेबसाइट B.C. और संघीय सरकारों और गैर मुनाफा संगठनों द्वारा मुहैया कराए जा रहे प्रोग्रामों और सेवाओं को लेकर जानकारी उपलब्ध कराता है। इस वेबसाइट में स्वास्थ्य, वित्त, लाभ, आवास, परिवहन, स्वस्थ जीवन जीने के लिए सुझाव और सीनियर्स से संबंधित महत्वपूर्ण अन्य विषयों की जानकारी शामिल है। इस वेबसाइट में इस गाइड का ऑनलाइन संस्करण *(BC सीनियर्स गाइड)* अंग्रेजी, फ्रेंच, चीनी, भारतीय, वियतनामी, कोरियाई और फारसी भाषा में उपलब्ध है, साथ ही *BC एल्डर्स गाइड*, जो कि सांस्कृतिक रुप से इंडिजिनस, फर्स्ट नेशन्ज़ और मेटीस के बुज़ुर्ग वयस्कों के लिए सांस्कृतिक रूप से अनुकूलित है।

वेबसाइट: www.seniorsbc.ca

एजिंग वेल

एजिंग वेल एक ऑनलाइन साइट है जिसमें स्वस्थ और स्वतंत्र जीवन शैली कैसे बनाया जाए और स्वस्थ भविष्य की योजना के बारे में जानकारी है। यह उपकरणों, स्वस्थ खान-पान, शरीरिक गतिविधि, स्वस्थ मस्तिष्क, आवास, वित्तिय योजना, सीनियर्स के लाभ और छूट, परिवहन, सामाजिक रुप से जुड़े रहने और ज्यादा विषयों के बारे में जानकारी प्रदान करता है।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca/aging-well

हेल्थलिंक बीसी (HEALTHLINK BC)

स्वस्थ भोजन, शारीरिक गतिविधि, वित्त, आवास, परिवहन और जुड़े रहने के बारे में जानें:

वेबसाइट: www.HealthLinkBC.ca

चूज़ टू मूव (Choose to Move)

चूज़ टू मूव बुज़ुर्ग वयस्कों के लिए छे महीने का मुफ्त शारीरिक गतिविधि प्रोग्राम है। प्रतिभागियों को एक गतिविधि कोच से सीधे समर्थन मिलता है जो प्रतिभागियों को एक लक्ष्य संचालित शारीरिक गतिविधि कार्य योजना विकसित करने और प्राप्त करने में मदद करता है और उन्हें सफलताओं और चुनौतियों का हिस्सा बनने के लिए प्रतिभागियों को चूज़ टू मूव समूह में शामिल होने के लिए प्रोत्साहित करता है।

चूज टू मूव बुज़ुर्ग वयस्कों में शारीरिक गतिविधि, सामाजिक जुड़ाव, और आत्मनिर्भरता को बढ़ावा देता है। यह बेहद सफल प्रोग्राम YMCA और द ब्रिटिश कोलंबिया रिक्रेशन एडं पार्क्स असोसीएशन के साझेदारी में आयोजित किया गया है।

फोन: फोन: 604 875-4111 ext. 21790
ईमेल: contact@choosetomove.info
वेबसाइट: www.choosetomove.info/

हेल्थलिंक BC में शारीरिक गतिविधि सेवाएं

हर उम्र और स्वास्थ्य स्तर के लिए, एक निःशुल्क शारीरिक गतिविधि योजना है जो काम करती है। हेल्थलिंक BC पर सिर्फ B.C. की शारीरिक गतिविधि सेवाओं से जुड़ें, जहां काबिल व्यायाम पेशेवर आपकी व्यक्तिगत ज़रूरतों को पूरा करने वाले लोगों को अनुकूल शारीरिक गतिविधि से जुड़ी योजनाएं उपलब्ध कराएंगे। कॉल करें या ऑनलाइन देखें:

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): 7-1-1
वेबसाइट: www.HealthLinkBC.ca
(खोज बार में "शारीरिक गतिविधि सेवाएं" दर्ज करें)

BC सीनियर्स सामुदायिक पार्क्स

BC सीनियर्स सामुदायिक पार्क्स खास बाहरी मनोरंजन उपकरण प्रदान करता है जो बुज़ुर्ग वयस्कों में गतिशीलता, समन्वय और संतुलन और सामाजिक संपर्क को बढ़ावा देता है। पॉर्क्स नि:शुल्क हैं, और निम्न समुदायों में उपलब्ध हैं: एबॉट्सफोर्ड, बर्नाबी, कोर्टने, क्रांब्रूक, डॉसन्स क्रीक कैमलूप्स, कैलोना, सरी, नानाइमो, नेल्सन, नॉर्थ कोविचन, नॉर्थ वैंकूवर (जिला नगर पालिका) ओक बे, प्रिंस जॉर्ज, रिचमंड, सिडनी, सरी, टेरेस, त्सव्वासेन और वैंकूवर।

छोटे ऑनलाइन वीडियो बताते हैं कि 12 BC सीनियर्स कम्युनिटी पॉर्क्स में उपकरणों का इस्तेमाल कैसे करना है। यह वीडियो उपकरण के प्रत्येक हिस्से का इस्तेमाल करने, उचित फॉर्म और तकनीक को सिखाने, और विभिन्न फिटनेस स्तरों के अनुकूल वैकल्पिक अभ्यास के लिए दिशानिर्देश प्रदान करता है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "BC सीनियर्स कम्युनिटी पार्क्स" दर्ज करें)

जीवन के लिए कदम! DVD

जीवन के लिए कदम! BC रिक्रेशन और पार्क्स असोसीएशन और स्वास्थ्य मंत्रालय के बीच साझेदारी के माध्यम से बुज़ुर्ग वस्यकों के लिए शारीरिक गतिविधि का DVD तैयार किया गया था। यह बुज़ुर्ग वयस्कों के लिए शारीरिक गतिविधि का निर्देश और सुझाव देता है और स्वस्थ स्वतंत्र जीवन शैली जीने के लिए शारीरिक गतिविधि कैसे महत्वपूर्ण है, इसे दर्शाता है। जीवन के लिए कदम! सीनियर्स वेबसाइट से डाउनलोड किया जा सकता है।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "जीवन के लिए कदम DVD" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के लिए स्वस्थ खान-पान

सीनियर्स हैंडबुक के लिए स्वस्थ आहार में व्यंजनों, मेनू प्लान्स, और अच्छे पोषण की जानकारी शामिल होती है। यह हैंडबुक अंग्रेजी और फ्रेंच में उपलब्ध है और सांस्कृतिक रूप से अनुकूलित है और चीनी और पंजाबी में भी अनुवादित की गई है।

सीनियर के लिए स्वस्थ खान-पान सामुदायिक प्रस्तुतियां, तीन दिलचस्प और संवादात्मक प्रस्तुतियां हैं जिसमें हैंडबुक की महत्वपूर्ण विषय-वस्तु शामिल है। प्रस्तुति का उद्देश्य समुदाय में बुज़ुर्गों के लिए स्वस्थ खान-पान का समर्थन करना है। फैसिलिटेटर गाइड को प्रस्तुति की डिलवरी में मदद करने के लिए विकसित किया गया है।

हैंडबुक, सामुदायिक प्रस्तुति और फैसिलिटेटर गाइड ऑनलाइन उपलब्ध है या हेल्थलिंक BC को फोन करके या ऑडर फार्म के ऑनलाइन लिंक से मुफ्त हॉर्ड कॉपी ऑडर किया जा सकता है।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(“*हैल्दी ईटिंग फॉर सीनियर्स* हैंडबुक” दर्ज करें)

सीनियर्स के लिए स्वस्थ खान-पान को डेज़ी (DAISY) और MP3 फॉर्मैट में ऑडियो बुक को पेश किया जाता है। यह ऑडियो बुक ऑनलाइन और B.C. के सभी सार्वजनिक पुस्तकालयों में उपलब्ध है।

वेबसाइट: www.seniorsbc.ca
(खोज बार में *“हैल्दी ईटिंग फॉर सीनियर्स”* दर्ज करें)

स्वस्थ और पौष्टिक खान-पान की अधिक जानकारी के लिए हेल्थलिंक BC के वेबपेज पर स्वस्थ खान-पान को देखें। बुज़ुर्ग व्यस्कों (50 वर्ष की आयु और इससे अधिक आयु के लोग) के लिए ऑनलाइन स्व-मूल्यांकन उपकरण, न्यूट्री-ईस्क्रीन (Nutri-eSCREEN), उन्हें यह तय करने में मदद करता है कि क्या अच्छा चल रहा है, उन्हें कार्रवाई के लिए तरकीबें बताता है और विश्वसनीय स्वस्थ खान-पान और यह बताता है कि शारीरिक गतिविधि की जानकारी और उपकरण कहां खोजें।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca/healthy-eating/your-age-and-stage/seniors
न्यूट्री-ईस्क्रीन (Nutri-eSCREEN) सीधा लिंक:
www.nutritionscreen.org/bc/escreen/

पंजीकृत डाइटिशन से संपर्क करें

मुफ्त पोषण की जानकारी के लिए, सोमवार से शुक्रवार के बीच सुबह 9 बजे से लेकर शाम 5 बजे तक हेल्थलिंक BC को कॉल करें और पंजीकृत आहार विशेषज्ञ से सवाल करें (या घंटों के बाद संदेश को छोड़ दें)।

अनुरोध पर 130 से ज्यादा भाषाओं में अनुवाद की सेवाएं उपलब्ध है।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1

पंजीकृत डाइटिशन को ईमेल करने के लिए, हेल्थलिंक BC के ऑनलाइन फॉर्म का इस्तेमाल करें।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "डाइटिशन से संपर्क करें" दर्ज करें)

फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी – स्वस्थ भोजन खाना और क्रियाशील रहना

BC एल्डर्स गाइड इंडिजिनस, फर्स्ट नेशंस और मेटि के बुज़ुर्ग वयस्कों के लिए डिज़ाइन किया गया संसाधन है। इसे B.C. सरकार और फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी के बीच एक साझेदारी के माध्यम से बनाया गया था और स्वास्थ्य खाने के बारे में जानकारी शामिल है।

वेबसाइट: www.fnha.ca (खोज बार में "BC एल्डर्स गाइड" दर्ज करें)

फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी समग्र स्वास्थ्य में सुधार के लिए चार वेलनेस स्ट्रीम के हिस्से के रूप में, स्वस्थ भोजन और सक्रिय होने के बारे में फर्स्ट नेशंस और इंडिजिनस लोगों के लिए विभिन्न प्रकार के संसाधनों की जानकारी और लिंक्स को उपलब्ध कराता है।

वेबसाइट: www.fnha.ca/wellness/wellness-and-the-first-nations-health-authority/wellness-streams

सक्रिय और स्वस्थ मस्तिष्क

सक्रिय रूप से मस्तिष्क को अच्छे आकार में रखने से मानसिक कुशाग्रता में योगदान होता है। कई स्वस्थ आचरण हैं जिन्हें आसानी से अपनी दैनिक दिनचर्या में शामिल किया जा सकता है, जो डिमेन्शीआ के कुछ स्वरूपों के जोखिम को कम कर सकता है। उदाहरण के लिए, धूम्रपान न करना, टाइप 2 मधुमेह और उच्च रक्तचाप (विशेष रूप से मिडलाइफ में) को रोकना या प्रबंधित करना, शारीरिक गतिविधि में संलग्न होना और स्वस्थ खान-पान सभी स्वस्थ मस्तिष्क में योगदान करते हैं। स्वस्थ मस्तिष्क को बढ़ावा देने में आपकी मदद करने के लिए पांच आसान स्टेप्स को आपका मस्तिष्क मायने रखता है देखें।

वेबसाइट: https://alzheimer.ca/en/bc/About-dementia/Brain-health

B.C. की अल्जाइमर सोसायटी

B.C. की अल्जाइमर सोसायटी वेबसाइट डिमेंशिया के जोखिम कारकों के बारे में जानकारी देती है और उन जोखिमों को कम करने के लिए क्या किया जा सकता है।

वेबसाइट: https://alzbc.org/risk-factors

पार्किंसंन सोसायटी BC

पार्किंसंन सोसायटी ब्रिटिश कोलंबिया गैर मुनाफा धर्मार्थसंगठन हैं, जिसका उद्देश्य पार्किंसंन रोग से प्रभावित लोगों के बोझ को ऐड्वकसी, शिक्षा, सहायता सेवाओं और अनुसंधान में योगदान के माध्यम से कम करना है।

इस सोसायटी का मानना है कि पार्किंसंन बीमारी से प्रभावित हर व्यक्ति यह जानने का हकदार है कि वे अकेले ही इस बीमारी से नहीं जूझ रहे हैं। उनके मित्रतापूर्ण और जानकार कर्मचारी मदद करने के लिए समर्पित है, वे विश्वसनीय जानकारी साझा करने और पार्किंसंन रोग के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए प्रतिबद्ध हैं।

Parkinson Society of British Columbia
600 - 890 W. Pender St.
Vancouver BC V6C 1J9
फोन (टोल फ्री): 1 800 668-3330
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 662-3240
वेबसाइट: www.parkinson.bc.ca

हेल्थ प्रमोशन वर्कशॉप

काउंसिल ऑफ सीनियर सिटीजन ऑर्गनाइजेशन ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया (COSCO) सीनियर्स हेल्थ एंड वेलनेस इंस्टीट्यूट कार्यशालाओं का संचालन करता है जो कि लगभग एक घंटे लंबे और नि:शुल्क होते हैं। वर्कशॉप के सीरिज को देखने और अपने सीनियर्स ग्रुप के लिए वर्कशॉप को कैसे बुक करना चाहिए, इसके लिए कृपया COSCO की वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.seniorshelpingseniors.ca/list-of-workshops.php

धूम्रपान छोड़ने के लिए कभी देर नहीं होती है

धूम्रपान छोड़ना स्वस्थ होने, ताक़त और अच्छे स्वास्थ्य में योगदान देने को बढ़ावा देती है। लंबे समय तक धूम्रपान करने वालों को युवा धूम्रपान करने वालों की तुलना में धूम्रपान छोड़ने से ज्यादा अल्पकालिक स्वास्थ्य लाभ मिलता है। छोड़ने के कुछ दिनों के भीतर ही, सांस लेना आसान हो जाता है, और स्वाद और सूंघने में सुधार होता है। इसके अलावा, धूम्रपान ना करने वाले लोग सर्जरी और चोट से ज्यादा तेज़ी से ठीक होते हैं।

यहां पर धूम्रपान छोड़ने या तंबाकू का सेवन बंद करने के लिए मुफ्त मदद होती है। अपने डॉक्टर, फार्मासिस्ट या दांत के डॉक्टर से तंबाकू का सेवन बंद करने से होने वाले स्वास्थ्य लाभों के बारे में बात करें। ये दो प्रोग्राम सभी ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों को सहायता मुहैया कराते हैं:

क्विटनाओ (QuitNow)

टेलीफोन और कंप्यूटर के ज़रिए धूम्रपान छोड़ने के लिए नि:शुल्क सहायता उपलब्ध है। प्रशिक्षित कोच से बात करें, टेक्स्ट द्वारा कुछ प्रेरक संदेश प्राप्त करें और अन्य धूम्रपान छोड़ने वालों के साथ ऑनलाइन जुड़ें।

फोन (टोल फ्री): 1 877 455-2233
वेबसाइट: www.quitnow.ca

BC धूम्रपान निवारण प्रोग्राम

फार्माकेयर (PharmaCare) BC धूम्रपान निवारण प्रोग्राम धूम्रपान करने वालों को बिना किसी लागत के निकोटीन रिप्लेसमेंट थेरेपी (NRT) और फ़ेयर फार्माकेयर वाले लोगों के लिए प्रेसक्रिप्शन दवाओं के लिए बीमा प्रदान करता है। NRTs में पैच, गम, इनहेलर और लॉजेंज शामिल हैं। अपने स्थानीय फार्मेसी से NRTs प्राप्त करें या धूम्रपान छोड़ने से संबंधित दवाओं के प्रेसक्रिप्शन के बारे में डॉक्टर से बात करें।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "धूम्रपान निवारण प्रोग्राम" दर्ज करें)

शराब और बुढ़ापा

उम्र बढ़ने से शरीर के द्रव्यमान का नुकसान होने लगता है, जिसके परिणामस्वरूप शराब को पतला करने के लिए शरीर में वसा की अधिकता और पानी की कमी हो जाती है। नतीजतन, एक समान वजन वाले एक वृद्ध व्यक्ति में कम उम्र के वयस्क की तुलना में शराब की समान मात्रा उच्च रक्त शराब सामग्री का उत्पादन करेगी, जो अधिक नुकसान का कारण बनता है।

चूंकि एक उम्रदराज़ शरीर शराब को कम प्रभावी तरीके से संसाधित करता हैं, इसलिए जैसे-जैसे उम्र बढ़ती है ड्रिंक करने से लिवर पर अतिरिक्त बोझ पड़ता है। लिवर के स्वास्थ्य के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कनेडियन लिवर फाउंडेशन की वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.liver.ca
(खोज बार में "शराब सेवन" दर्ज करें)

शराब पीने के लिए सुरक्षित मात्रा उम्र, यौन, लिंग, जातीयता, वजन, शरीर में वसा और स्वास्थ्य की स्थिति के आधार पर अलग-अलग होती है। सुरक्षित सीमाओं के बारे में जानकारी के लिए, मादक द्रव्यों के सेवन संबंधी कनाडाई केंद्र की वेबसाइट पर कनाडा में शराब पीने संबंधी कम जोखिम से संबंधित दिशानिर्देश देखें। ध्यान दें

कि शराब पीने के कम जोखिम संबंधी दिशानिर्देश में नुकसान की बढ़ती संवेदनशीलता के कारण कम उम्र के स्वस्थ वयस्कों की तुलना में बुज़ुर्ग वयस्कों के लिए कम की अनुशंसा की गई है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "लो-रिस्क ड्रिंकिंग गाइडलाइन्स" दर्ज करें)

दवा लेते समय, यह निर्धारित करने के लिए कि क्या शराब पीना सुरक्षित है, अपने डॉक्टर या फार्मासिस्ट से पूछ लें।

आपके डॉक्टर आपके या आपके परिवार या मित्र के शराब के उपयोग के बारे में चिंताओं का पता कर सकते है या उपलब्ध सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए इस गाइड में आपका स्वास्थ्य अनुभाग में मानसिक स्वास्थ्य और मादक पदार्थ उपयोग संबंधी सेवाओं को देख सकते हैं।

भांग (कैनबिस)

17 अक्टूबर, 2018 को कनाडा में गैर-चिकित्सीय उपयोग के लिए भांग को वयस्कों के लिए कानूनी बना दिया गया। भांग का उपयोग करने से पहले, अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें। स्वास्थ्य पर प्रभाव और चिकित्सा भांग सहित, भांग के बारे में अधिक जानकारी के लिए HealthLink BC की 8-1-1 लाइन पर कॉल करें या उनकी वेबसाइट पर जाएं।

फोन: 8-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "कैनाबिस " दर्ज करें)

भांग कानूनों और विनियमों के बारे में जानकारी के लिए BC सरकार की गेट कैनबिस क्लैरिटी (Get Cannabis Clarity) वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.cannabis.gov.bc.ca

गिरने से बचना

बुज़ुर्ग नागरिकों को चोट लगने का प्रमुख कारण गिरना है और यह मुख्य कारण है कि बुज़ुर्ग वयस्क अपना संतुलन खो बैठते हैं। ज्यादातर गिरने की घटनाओं को रोका जा सकता है, और बुज़ुर्गों के मजबूत बने रहने तथा गिरने और चोट लगने से बचने में मदद करने के लिए कई संसाधन हैं।

बढ़ती उम्र के साथ नियमित शारीरिक गतिविधियां ताकत और संतुलन पर केंद्रित होती और यह गिरने से बचाने के कारगर तरीकों में से एक है। ताई ची (Tai Chi) और प्रतिरोध संबंधी प्रशिक्षण जैसे ताकत बढ़ाने और संतुलन को बनाने के बेहतरीन तरीके हैं। गिरने से बचाने संबंधी शारीरिक गतिविधि के बारे में अधिक जानने के लिए, इस वेबसाइट पर जाएं:

वेबसाइट: www.findingbalancebc.ca

नीचे दी गई यह वेबसाइट गिरने से बचाने के साथ-साथ एक आकलन उपकरण, "क्या आपके गिरने का खतरा है?" का ब्रोशर और अन्य जानकारी प्रदान करती हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca/fallprevention

एक प्राथमिक देखभाल प्रदाता गिरने के खतरे का आकलन, दवा संबंधी समीक्षा और अन्य संभावित खतरे के कारकों के बारे में अधिक जानकारी प्रदान कर सकता है। क्षेत्रीय स्वास्थ्य अधिकारी (संपर्क जानकारी के लिए इस गाइड में आपके स्वास्थ्य के अंतर्गत ब्रिटिश कोलंबिया में स्वास्थ्य प्राधिकरण देखें) आपके समुदाय में गिरने से बचाव संबंधी प्रोग्रामों के बारे में जानकारी प्रदान कर सकते हैं। BC हेल्थ सर्विस लोकेटर ऐप लोगों को iPhone, iPad या iPod का उपयोग करके स्वास्थ्य सेवाओं की एक श्रृंखला का पता लगाने में सहायता करता है (इस निःशुल्क ऐप के बारे में जानकारी के लिए इस गाइड में आपका स्वास्थ्य के अंतर्गत BC हेल्थ सर्विस लोकेटर ऐप देखें)।

B.C. मस्तिष्क आघात संघ

कनाडा मस्तिष्क आघात संघ मस्तिष्क आघात से प्रभावित कनाडाई लोगों के लिए पोस्ट-ट्रॉमा अनुसंधान, शिक्षा और हिमायत की सुविधा प्रदान करता है।

ब्रिटिश कोलंबिया मस्तिष्क आघात संघ शिक्षा, सूचना, बचाव, सहायता और हिमायत के ज़रिए से मस्तिष्क पर आघात पाने वाले लोगों के जीवन की गुणवत्ता में बेहतर इजाफ़ा के लिए समर्पित है।

Brain Injury Association
c/o Sea to Sky Meeting Management Inc.
Suite 206, 201 Bewicke Ave.
North Vancouver BC V7M 3M7

Brainstreams.ca BC मस्तिष्क आघात संघ की आधिकारिक वेबसाइट है।

ईमेल: info@brainstreams.ca
वेबसाइट: www.brainstreams.ca

B.C. सरकार एक्सेसिबिलिटी (सुलभता) वेबसाइट

बाधाओं को कम करने और विकलांग लोगों के लिए पहुंच प्राप्ति को बढ़ाने के लिए B.C. सरकार प्रतिबद्ध है। 2024 तक B.C. को सही मायने में समावेशी प्रांत बनाने के लिए विकलांगों के लिए एक बेहतर B.C. का निर्माण करना 10 साल की योजना है। सुलभता वेबसाइट में निम्नलिखित शामिल हैं:

- सुलभता कार्य योजना और प्रगति के बारे में अपडेट जानकारी;
- पूरे सरकार महकमे में विकलांगता संबनाधि संसाधनों और सेवाओं के बारे में जानकारी प्राप्त करने को आसान बनाने के लिए उपयोगी लिंक; तथा
- पहुंच प्राप्ति-संबंधी सामयिक समाचार और वीडियो के लिंक।

ईमेल: accessibility@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca/accessibility

बढ़ती उम्र के साथ विकासात्मक विकलांगता

बढ़ती उम्र के साथ विकासात्मक विकलांगता वाले लोगों की बढ़ती आबादी के साथ, कम्युनिटी लिविंग BC ने ऐसे व्यक्तियों और उनकी देखभाल करने वालों की सहायता के लिए नए संसाधन विकसित किए हैं।

वेबसाइट: www.communitylivingbc.ca (खोज बार में "बढ़ती उम्र के साथ विकसित होने वाली विकलांगता गाइड" दर्ज करें)

अवेयर शेयर केयर (Aware Share Care) को कम्युनिटी लिविंग BC द्वारा विकसित किया गया था ताकि जागरूकता में इजाफ़ा किया जा सके और बढ़ती उम्र के साथ वयस्कों में विकासात्मक विकलांगता में यथासंभव बेहतरीन स्वास्थ्य संबंधी देखभाल में सहायता करने के लिए सूचना, संसाधन और उपकरण प्रदान किए जा सकें। यह साइट व्यक्तियों, परिवारों, देखभाल करने वालों और चिकित्सकों के लिए चर्चा और योजना बनाने के लिए गाइड करने में मदद करने के लिए डिज़ाइन की गई है।

वेबसाइट: www.awaresharecare.ca

डिजिटल साक्षरता

सांख्यिकी कनाडा द्वारा 2016 में किए गए सामान्य सामाजिक सर्वेक्षण के अनुसार, कनाडा में 2013 से 2016 तक कार्यस्थल और घर पर इंटरनेट के उपयोग में काफी वृद्धि हुई है। पिछले तीन साल की अवधि के दौरान 65 से 74 वर्ष की उम्र के व्यक्तियों के लिए इंटरनेट का उपयोग 65 प्रतिशत से बढ़कर 81 प्रतिशत हो गया, जबकि 75 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों में इंटरनेट के उपयोग 35 प्रतिशत से बढ़कर 50 प्रतिशत हो गया।

डिजिटल साक्षरता के समर्थन करने में आपकी सहायता के लिए नीचे कुछ संसाधन दिए गए हैं:

प्रौद्योगिकी से जुड़ना (कनाडाई नेत्रहीन संस्थान)

यह राष्ट्रीय पहल आंखों की रोशनी खो देने वाले व्यक्तियों के लिए बुनियादी डिजिटल कौशल के लिए प्रशिक्षण प्रदान करती है। व्यक्तिगत तौर पर या टेलीकांफ्रेंस सत्र के ज़रिए प्रतिभागियों को डिजिटल साक्षरता की दुनिया में ज्ञान, कौशल, समालोचनात्मक सोच और सूचना प्रबंधन में वृद्धि के लिए सहायक और अनुकूलनीय तकनीकों से परिचित कराते हैं। डिजिटल अर्थव्यवस्था और उनके समुदायों में भाग लेने के लिए प्रतिभागी ऐप्स, ईमेल, सोशल मीडिया, सर्च इंजन और अन्य संचार उपकरणों का सुरक्षित और प्रभावी ढंग से उपयोग करना सीखते हैं।

ईमेल: info@cnib.ca

माता-पिता को पढ़ाएं (ABC लाइफ लिटरेसी कनाडा)

डिजिटल साक्षरता स्तर में सुधार करने के लिए यह पहल माता-पिता का सशक्तिकरण करने वाले युवा के साथ साझेदारी में युवाओं को अपने समुदाय में अपने माता-पिता, अन्य वयस्कों और बुज़ुर्ग नागरिकों को आकर्षित करती है और सिखाती है। युवा प्रशिक्षक ऑनलाइन डाउनलोड करने योग्य ट्यूटर गाइड के माध्यम से अपने कौशल को विकासित करते हैं और वयस्कों को कीबोर्ड टाइपिंग, इंटरनेट ब्राउज़िंग, ऑनलाइन सुरक्षा और पासवर्ड सुरक्षा तथा ई-सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने जैसे विषयों पर व्यक्तिगत निर्देश प्रदान करते हैं। कई भाषाओं में उपलब्ध है।

ईमेल: info@abclifeliteracy.ca

ग्लू डिजिटल कोचिंग नेटवर्क

यह पहल पूरे ब्रिटिश कोलंबिया में बुज़ुर्ग वयस्कों को बुनियादी डिजिटल कौशल प्रशिक्षण प्रदान करती है। ग्लू टेक्नोलॉजी सोसायटी अपने समुदाय में बुज़ुर्गों को डिजिटल कौशल संबंधी प्रशिक्षण और सहायता प्रदान करने में सक्षम 'डिजिटल सहायक कोच' के नेटवर्क की भर्ती और उनका समर्थन करती है। प्रतिभागी सार्वजनिक WIFI का सुरक्षित रूप से उपयोग करने, सुरक्षित रूप से इंटरनेट ब्राउज़ करने, ऑनलाइन खातों का प्रबंधन करने, धोखाधड़ी वाले ईमेल की पहचान करने, वीडियो कॉलिंग का उपयोग करने, सोशल मीडिया को समझने और ऑनलाइन सरकारी सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने सहित कई तरह के कौशल को सीखेंगे। अंग्रेज़ी और फ्रेंच में उपलब्ध है।

ईमेल: hello@gluusociety.org
फोन (टोल-फ्री): 1 855 458-8622
फोन: 604 343-4946

स्वस्थ समुदाय और परिवार

स्वस्थ समुदायों के पास खेलने, बढ़ने, ताजा भोजन खोजने की बहुत सारी जगह होती है और चलकर, साइकिल चलाकर या सार्वजनिक परिवहन का उपयोग करके कहीं जाने के लिए बहुत सारे तरीके होते हैं। वे तंबाकू मुक्त वातावरण और सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य को प्रोत्साहित करने वाले सामाजिक संबंधों तक पहुंच प्रदान करके स्वस्थ जीवनशैली अपनाने में अपने निवासियों की सहायता करते हैं।

उम्र के अनुकूल BC

उम्र के अनुकूल ब्रिटिश कोलंबिया में, बुज़ुर्गों को सक्रिय रखने, सामाजिक रूप से व्यस्त रखने, स्वतंत्र जीवन जीने के लिए सहायता प्रदान किया जाता है। उम्र के अनुकूल BC के ज़रिए ब्रिटिश कोलंबिया की सरकार स्थानीय सरकारों और अन्य भागीदारों के साथ मिलकर एक ऐसे प्रांत की परिकल्पना को हासिल करने के लिए काम कर रही है जहां सभी उम्र और क्षमताओं के लोग अपने समुदायों में अपने लिए आदर और अहमियत महसूस करते हैं।

ईमेल: AgefriendlyBC@gov.bc.ca

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "उम्र के अनुकूल" दर्ज करें)

घर पर बेहतर

स्वास्थ्य मंत्रालय द्वारा धन मुहैया काराया जाता है, यूनाइटेड वे ऑफ लोअर मेनलैंड (UWLM) द्वारा घर पर बेहतर प्रोग्राम का प्रबंधन किया जाता है और पूरे प्रांत में कई समुदायों में गैर-चिकित्सा सहायता संबंधी सेवाएं प्रदान करता है, जिससे जगह पर बुज़ुर्गों को मदद मिलती है। सहायता संबंधी सेवाएं समुदाय-विशिष्ट हैं और इसमें अपॉइन्टमेंट के लिए परिवहन, हल्की-फुल्की हाउसकीपिंग, पिछवाड़े में हल्का-फुल्का काम, फावड़े से बर्फ़ हटाना, घर की मामूली मरम्मत, किराने की खरीदारी और मैत्रीपूर्ण दौरा शामिल हो सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए UWLM से संपर्क करें।

प्रांतीय कार्यालय के फोन:
604-268-1312 (सामान्य पूछताछ)
वेबसाइट: www.betterathome.ca

BC हेल्दी कम्युनिटीज सोसायटी

BC हेल्दी कम्युनिटीज सोसायटी (BCHC) एक प्रांत-व्यापी, गैर-लाभकारी संगठन है जो स्वस्थ, संपन्न और लचीले समुदायों में चल रहे विकास की सहूलियत प्रदान करता है।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 590-8442
ईमेल: bchc@bchealthycommunities.ca
वेबसाइट: https://new.bchealthycommunities.ca/

BC211

BC211 एक गैर-लाभकारी संगठन है जो BC में समुदाय, सरकार और सामाजिक सेवाओं के बारे में जानकारी और रेफरल प्रदान करने में इसे विशेषज्ञता प्राप्त है। इसे यूनाइटेड वे, BC सरकार और वैंकूवर शहर द्वारा धन मुहैया कराया जाता है।

फोन 211
वेबसाइट: https://www.bc211.ca/

COVID-19

11 मार्च, 2020 को विश्व स्वास्थ्य संगठन ने COVID-19 को वैश्विक महामारी घोषित किया। BC सेंटर फॉर डिजीज कंट्रोल (BCCDC) की वेबसाइट पर वायरस के बारे में और अपने, अपने परिवार और अपने समुदाय को सुरक्षित रखने के तरीके के संबंध में जानकारी प्राप्त करें।

वेबसाइट: http://covid-19.bccdc.ca/

स्वस्थ समुदाय

प्रांत ने कई स्थानीय, प्रांतीय और राष्ट्रीय संगठनों और सरकार के सभी स्तरों के साथ सहयोगात्मक परिवेश बनाने के लिए भागीदारी की है जो लोगों को जहां वे रहते हैं, काम करते हैं, सीखते हैं और खेलते हैं वहां हर दिन स्वस्थ विकल्प बनाने के लिए प्रोत्साहित करता है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "स्वस्थ समुदाय" दर्ज करें)

सर्विस BC

सर्विस BC सेंटर या सरकारी एजेंट कार्यालय प्रांतीय सरकार के प्रोग्रामों और सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने में बुज़ुर्गों की सहायता करते हैं। ये कार्यालय लोअर मेनलैंड के बाहर रहने वाले लोगों के लिए सेवाओं और प्रोग्रामों के लिए संपर्क का एक स्थल हैं। स्टाफ सदस्यों को स्थानीय प्रोग्रामों का ज्ञान होता है और वे बुज़ुर्गों को जानकारी और सहायता के अन्य स्रोतों के बारे में बताएंगे। सरकारी सेवाएं व्यक्तिगत तौर पर, ऑनलाइन और टेलीफोन पर उपलब्ध हैं।

परमिट, मछली पकड़ने के लाइसेंस और चिकित्सा सेवा योजना सहित जानकारी और सेवाओं के लिए सर्विस BC संपर्क केंद्र या अपने स्थानीय सर्विस BC सेंटर पर जाएं। कार्यालय स्थानों की सूची के लिए, कृपया इस गाइड के पीछे *डिरेक्ट्री* देखें।

जिस कार्यालय से आप संपर्क करना चाहते हैं, उसे फोन द्वारा निःशुल्क स्थानांतरित करने के लिए, नीचे सूचीबद्ध नंबरों पर सर्विस BC संपर्क केंद्र पर कॉल करें।

सर्विस BC संपर्क केंद्र

सर्विस BC संपर्क केंद्र (पहले पूछताछ BC) प्रांतीय सरकार के मंत्रालयों, क्राउन निगमों और सार्वजनिक एजेंसियों की ओर से सभी ब्रिटिश कोलंबिया निवासियों को निम्नलिखित सेवाएं प्रदान करता है:

- प्रांतीय सरकार संबंधी बुनियादी जानकारी;
- उस प्रोग्राम या व्यक्ति की पहचान करने में सहायता, जिससे कॉल करने वाले को बात करनी है;
- सरकारी प्रोग्राम या सरकारी कर्मचारी संबंधी संपर्क जानकारी;
- किसी प्रोग्राम या सेवा के लिए ज़िम्मेदार सरकार के स्तर की पहचान करने में सहायता; तथा
- कॉल करने वालों के लिए टोल-फ्री ट्रांसफर, जो अन्यथा प्रांतीय सरकार से जानकारी प्राप्त करने या व्यापार करने के लिए लागत वहन करेंगे।

सर्विस BC के संचालन के घंटे सोमवार से शुक्रवार सुबह 7:30 बजे से शाम 5 बजे तक हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7867
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-2421
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-6121
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): टैलस रिले सेवा (711) पर कॉल करें
निःशुल्क TTY सेवा के लिए
टेक्स्ट मैसेज: 604 660-24216
ईमेल: ServiceBC@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.servicebc.gov.bc.ca

एल्डर्स ट्रांसपोर्टेशन प्रोग्राम

BC बुज़ुर्गों के सालाना सम्मेलन में भाग लेने के लिए स्थानीय, फर्स्ट नेशन्ज़ और मेटिस के बुज़ुर्गों के यात्रा खर्च के लिए एल्डर्स ट्रांसपोर्टेशन प्रोग्राम आंशिक धन मुहैया करता है। हर साल जनवरी और जून में दूसरे शुक्रवार के बीच आवेदन स्वीकार किए जाते हैं।

एल्डर्स ट्रांसपोर्टेशन प्रोग्राम के बारे में अधिक जानकारी के लिए, BC ऐबओरिजनल मैत्री केंद्र संघ से संपर्क करें।

BC एसोसिएशन ऑफ ऐबओरिजनल फ्रेंडशिप सेंटर्स
551 Chatham St.
Victoria BC V8T 1E1
फोन (टोल फ्री): 1 800 990-2432
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 388-5522
वेबसाइट: www.bcaafc.com
आवेदन: www.bcaafc.com/help/elders/
BC बुज़ुर्गों के सालाना सम्मेलन के बारे में अधिक जानकारी के लिए यहां जाएं:
वेबसाइट: www.bcelders.com/elders-gathering.php

WelcomeBC.ca

WelcomeBC.ca ब्रिटिश कोलंबिया सरकार की वेबसाइट है जो नए ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों की निम्न चीजों के लिए मदद करती है:

- बसने में;
- रोजगार हासिल करने में;
- उनके समुदायों में सक्रिय होने में; तथा
- B.C. की सामाजिक और आर्थिक समृद्धि में पूरा योगदान करने में।

B.C. न्यूकमर्स गाइड (11 भाषाओं में उपलब्ध) की निःशुल्क प्रति की होम डिलीवरी के लिए ऑर्डर करें या वेबसाइट पर कई भाषाओं में वीडियो देखें।

वेबसाइट: www.WelcomeBC.ca

अप्रवासी सेवाएं

कनाडा नए अप्रवासियों और परिवारों को कनाडा के समाज और B.C. समुदाय को सफलतापूर्वक समझने, यहां बसने और एकीकृत होने में मदद करने के लिए आप्रवासी, शरणार्थी और नागरिकता सेवाएं और सहायता प्रदान करता है। अप्रवासियों के लिए निःशुल्क सेवाओं में भाषा मूल्यांकन और कक्षाएं, नौकरी खोजने में मदद, रोज़मर्रा के जीवन में मदद (जैसे, रहने के लिए जगह ढूंढना, फ़ॉर्म भरना और आवेदन करना) और सामुदायिक सेवाओं के बारे में जानकारी शामिल है। B.C. के स्थायी निवासियों के लिए ये सेवाएं उपलब्ध हैं।

नीचे दिए गए लिंक पर, अपना डाक कोड दर्ज करें या "ब्रिटिश कोलंबिया" टाइप करें और अपने क्षेत्र में सेवाओं की खोज में सहायता के लिए परस्पर संवादात्मक मानचित्र का उपयोग करें।

वेबसाइट: www.cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp

अस्थायी विदेशी निवासियों के लिए बसने संबंधी सेवाएं और सहायता उपलब्ध हैं। सेवा प्रतिनिधि आपके अधिकारों और B.C. में जीवन को समायोजित करने के तरीके के बारे में जानकारी प्रदान करते हैं। सेवा प्रदाताओं की सूची के लिए वेलकम BC पर जाएं।

वेबसाइट: www.welcomebc.ca
(खोज बार में "अस्थायी विदेशी निवासी" दर्ज करें)

विदेशी संपर्क

ब्रिटिश कोलंबिया में रहने वाले दूतावास अधिकारियों द्वारा 80 से अधिक देशों का प्रतिनिधित्व किया जाता है। मुख्य रूप से वैंकूवर में स्थित, दूतावास अधिकारी आमतौर पर निम्नलिखित कार्य करते हैं:

- उसके उन नागरिकों की सहायता करना और उनकी रक्षा करना, जिस देश का वे प्रतिनिधित्व करते हैं;
- शपथ दिलाना, विदेशी दस्तावेज़ों को वैध बनाना और पासपोर्ट, यात्रा वीजा और प्रमाण पत्र जारी करना;
- अपने देश का प्रतिनिधित्व करते हैं और दूतावास जिले के भीतर अपने देश के व्यापार को बढ़ावा देते हैं; तथा
- संस्कृति और पर्यटक आकर्षण जैसे क्षेत्रों में अपने देश की नीतियों और उपलब्धियों की व्याख्या करते हैं।

ऑफिस ऑफ प्रोटोकॉल वेबसाइट में ब्रिटिश कोलंबिया में प्रतिनिधित्व करने वाले सभी देशों के संपर्क जानकारी की एक सूची होती है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "प्रोटोकॉल का कार्यालय" दर्ज करें)

औटवा स्थित उनके दूतावासों और उच्चायोगों के माध्यम से अन्य सभी देशों से संपर्क किया जा सकता है। संपर्क जानकारी कनाडा के विदेश मामलों के विभाग, व्यापार और विकास वेबसाइट पर उपलब्ध है।

वेबसाइट: www.international.gc.ca/protocol-protocole/index.aspx?Menu
या सर्विस कनाडा को टोल-फ्री कॉल करें: 1 800 622-6232

दादा-दादी/नाना-नानी द्वारा पोते-पोतियों की परवरिश

दादा-दादी/नाना-नानी द्वारा पोते-पोतियों की परवरिश सहायता लाइन

यह टोल-फ्री लाइन दादा-दादी/नाना-नानी और बच्चों की परवरिश करने वाले अन्य रिश्तेदारों को जटिल सेवा प्रणालियों को नेविगेट करने; समस्याओं का निवारण करने या हल करने के लिए आवश्यक उत्तर, सहायता और संसाधनों की खोज करने के लिए; और उन लाभों और सेवाओं जो पूरे परिवार का सहायता करेंगे, के बारे में जानने में सहायता करती है।

इस लाइन में हिमायत करने, सामाजिक कार्य करने, परिवार संबंधी कानून, और रिश्तेदारों की देखभाल परवरिश से संबंधित सरकारी सेवाओं में प्रशिक्षित दो अंशकालिक अधिवक्ता कार्यरत है।

फोन (टोल फ्री): 1 855 474-9777
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 558-4740
ईमेल: GRGline@parentsupportbc.ca
वेबसाइट: www.parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren/

बच्चों की किफायती देखभाल संबंधी लाभ

अधिक से अधिक परिवारों को बच्चे की देखभाल संबंधी खर्च में मदद करने के लिए 1 सितंबर, 2018 को बच्चे की किफायती देखभाल संबंधी लाभ को चाइल्ड केयर सब्सिडी प्रोग्राम में बदल दिया। लगभग 111,000 डॉलर (या कटौती के साथ अधिक) तक कमाने वाले परिवार प्रति माह प्रति बच्चे 1,250 डॉलर तक की बचत के लिए पात्र हो सकते हैं। लाभ की राशि परिवार के आकार, बच्चे की देखभाल के प्रकार और आय जैसे कारकों के आधार पर निर्धारित की जाती है।

माता-पिता, जिसमें वह व्यक्ति भी शामिल है जिसके साथ बच्चा रहता है और जो उसके माता-पिता के स्थान पर होते हैं, लाभ प्राप्त करने के लिए वे माई फ़ैमिली सर्विसेज़ (My Family Services) का उपयोग करने के साथ-साथ डाक या फैक्स द्वारा ऑनलाइन आवेदन कर सकता है। पात्रता मानदंड में नागरिकता, निवास, बच्चे की देखभाल का प्रकार, आय और बच्चे की देखभाल की आवश्यकता के कारण शामिल हैं।

वेबसाइट पर जाएं या सोमवार से शुक्रवार सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक चाइल्ड केयर सर्विस सेंटर पर कॉल करें।

अनुरोध करने पर अनुवाद सेवाएं उपलब्ध हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 888 338-6622
बहरे लोगों के लिए टेलीफोन डिवाइस (TDD): 711 (पूरे B.C. भर में)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "बच्चों की किफायती देखभाल संबंधी लाभ" दर्ज करें)

निम्नलिखित सामुदायिक संगठन व्यक्तिगत रूप से सहायता प्रदान करने के लिए उपलब्ध हैं:

- बाल देखभाल संसाधन और रेफरल कार्यालय
- अप्रवासी बंदोबस्त सेवा एजेंसियां
- सर्विसेज़ BC कार्यालय

वालंटियर करना

वालंटियर करना जुड़े रहने, नए अनुभवों का आनंद लेने और अपने समुदाय के स्वास्थ्य के निर्माण में भाग लेने का एक शानदार तरीका है। बुज़ुर्ग और सेवानिवृत्त कई उपयोगी कौशल और साझा करने के लिए ज्ञान और अनुभव के बाहुल्य के साथ वालंटियर समाज के सभी क्षेत्रों में महत्वपूर्ण योगदान देते हैं।

स्थानीय स्वयंसेवी केंद्र आपके समुदाय में स्वयंसेवी अवसरों के बारे में जानकारी प्रदान कर सकते हैं।

वालंटियर BC

वालंटियर BC एक प्रांतीय संगठन है जो B.C. में वालंटियर के प्रभाव और मूल्य को प्रोत्साहित करता है। आपके स्थानीय वालंटियर केंद्र के लिए संपर्क जानकारी वालंटियर BC वेबसाइट पर वालंटियर टैब के अंतर्गत मिल सकती है।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 379-2311
ईमेल: volunteerbc@gmail.com
वेबसाइट: www.volunteerbc.bc.ca

वालंटियर कनाडा

वालंटियर कनाडा जानकारी और संसाधनों के प्रावधान के ज़रिए स्वयंसेवा और नागरिक भागीदारी को मजबूत प्रदान करने के लिए समर्पित है। वेबसाइट में बुज़ुर्ग वालंटियरों के लिए जानकारी शामिल है।

वेबसाइट: www.volunteer.ca

रोज़गार

WorkBC.ca – परिपक्व श्रमिक

रोज़गार चाहने वालों के लिए, WorkBC.ca वेबसाइट विशिष्ट नौकरी-खोज सेवाओं के बारे में जानकारी प्रदान करती है जो व्यक्तियों को वापस काम दिलाने में मदद कर सकती है। परिपक्व श्रमिकों की सहायता के लिए प्रोग्राम और सेवाएं डिज़ाइन की गई हैं:

- कार्यबल में फिर से दाखिल हों
- कौशल को अपग्रेड करें
- एक नए कारोबार में अनुभव प्राप्त करें

वेबसाइट: www.workbc.ca (खोज बार में "परिपक्व श्रमिक" दर्ज करें)

रोज़गार के मार्ग पर मदद के लिए, अपने स्थानीय WorkBC रोज़गार सेवा केंद्र पर जाएं या अपने क्षेत्र में WorkBC केंद्र खोजने के लिए 250 952-6914 पर कॉल करें।

बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम

बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम को कनाडा के बेरोजगार बुज़ुर्ग श्रमिकों की सहायता करने के लिए कार्यबल विकास अनुबंध के अंतर्गत धन मुहैया कराया गया है। पिछले दस वर्षों में, बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम ने 30 मिलियन डॉलर से अधिक का निवेश किया है और आकार को छोटा करने या बंद होने से प्रभावित होने वाले या चल रही प्रचंड बेरोजगारी का अनुभव करने वाले समुदायों में रहने वाले 4,000 से अधिक बेरोजगार बुज़ुर्ग श्रमिकों की सहायता की है।

बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम का प्राथमिक उद्देश्य प्रतिभागियों को नए और तत्काल रोज़गार के लिए तैयार करना है। इस पहल ने बेरोजगार बुज़ुर्ग श्रमिकों को लेबर मार्किट में सक्रिय और उत्पादक भागीदार बने रहने में सहायता की है। मौजूद समय में, बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम को पूरे B.C. में धन मुहैया किया जाता है और ऐसे बेरोजगार बुज़ुर्ग श्रमिकों के लिए रोज़गार संबंधी गतिविधियों की एक श्रृंखला प्रदान करता है, जिन्होंने अपनी नौकरी खो दी है और जो कमजोर समुदायों में रहते हैं। प्रोजेक्ट संबंधी गतिविधियों में कौशल अपग्रेड करने और नई नौकरियों में कार्य अनुभव शामिल हैं।

अपने समुदाय में प्रोग्राम और प्रोजेक्ट के बारे में अधिक जानने के लिए, निम्नलिखित वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.workbc.ca
(खोज बार में "बुज़ुर्ग श्रमिक प्रोग्राम" दर्ज करें)

शिक्षा

पोस्ट-सैकंडरी शिक्षण

ब्रिटिश कोलंबिया के कुछ सार्वजनिक पोस्ट-सैकंडरी संस्थान बुज़ुर्गों को कम या निःशुल्क ट्यूशन प्रदान करते हैं। पोस्ट-सैकंडरी शिक्षा संस्थानों के लिए संपर्क जानकारी उन्नत शिक्षा, कौशल और प्रशिक्षण मंत्रालय की वेबसाइट से उपलब्ध है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "एक संस्थान खोजें" दर्ज करें)

अंग्रेज़ी भाषा प्रशिक्षण

अंग्रेज़ी सीखने या अपने भाषा कौशल में सुधार करने के लिए नवागंतुक लोग भाषा की कक्षाएं ले सकते हैं। सरकार द्वारा धन मुहैया कराइ गई कक्षाएं संघीय और प्रांतीय सरकारों द्वारा पेश की जाती हैं। अधिक जानकारी के लिए, कृपया निम्नलिखित वेबसाइटों पर जाएं:

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "आपकी अंग्रेज़ी और फ्रेंच में सुधार करना" दर्ज करें)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "अंग्रेज़ी अपग्रेड" दर्ज करें)

मनोरंजन और संस्कृति

55+ BC गेम्स

55+ BC गेम्स 55 वर्ष और उससे अधिक उम्र के B.C. निवासियों के लिए खेल और मनोरंजन में सक्रिय भागीदारी को प्रोत्साहित करता है। यह पांच दिवसीय सालाना उत्सव लगभग 25 विभिन्न खेलों और गतिविधियों में भाग लेने के लिए ब्रिटिश कोलंबिया के समुदायों के 3,500 से अधिक प्रतिभागियों को आकर्षित करता है। काबिलियत के सभी स्तरों का आदर होता है और खेलों में क्रिबेज से लेकर ट्रायथलॉन तक सब कुछ शामिल है। सालाना खेलों के अलावा, आंचलिक क्षेत्रों में साल भर होने वाले गतिविधि मनोरंजन, सौहार्द और मैत्रीपूर्ण प्रतिस्पर्धा के अवसर प्रदान करती हैं।

प्रतियोगियों को पंजीकरण शुल्क का भुगतान करना आवश्यक है और उन्हें BC सीनियर्स गेम्स सोसायटी (BC Seniors Games Society) का सदस्य होना होगा। प्रांत 55+ BC गेम्स को धन मुहैया करने वाले भागीदारों में से एक है।

55+ BC गेम्स, आंचलिक संपर्क जानकारी या BC सीनियर्स गेम्स सोसायटी के अन्य गतिविधियों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, निम्न वेबसाइट पर जाएं।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 778 426-2940
ईमेल: info@55plusbcgames.org
वेबसाइट: www.55plusbcgames.org

बुज़ुर्गों के लिए शिकार करने और मछली मारने (मछली पकड़ने) संबंधी लाइसेंस

ये प्रोग्राम 65 वर्ष या उससे अधिक आयु के B.C. निवासियों को कम दर पर शिकार करने और मछली मारने (पकड़ने) संबंधी लाइसेंस खरीदने के लिए है।

शिकार करने के लाइसेंस के बारे में जानकारी के लिए कॉल करें या देखें:

फोन (टोल-फ्री): 1 877 855 3222 (FrontCounter BC)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "शिकार लाइसेंस" दर्ज करें)

मछली मारने (पकड़ने) संबंधी लाइसेंस के बारे में अधिक जानकारी के लिए देखें:

वेबसाइट: www.fishing.gov.bc.ca

ताज़े पानी में मछली पकड़ने का लाइसेंस ऑनलाइन खरीदने के बारे में जानकारी के लिए कॉल करें या देखें:

फोन (टोल-फ्री): 1 877 855-3222 (FrontCounter BC)

वेबसाइट: www.fishing.gov.bc.ca

शिकार करने और मछली मारने (पकड़ने) संबंधी लाइसेंस के बारे में अधिक जानकारी किसी भी सर्विस BC सेंटर या फ्रंटकाउंटर (FrontCounter) BC से प्राप्त की जा सकती है। सर्विस BC सेंटर्स की संपर्क जानकारी के लिए इस गाइड के पीछे *डिरेक्टरी* देखें।

BC पार्क्स - कैंपसाइट शुल्क छूट

B.C. के बुज़ुर्गों को ऑफ सीज़न (लेबर डे के अगले दिन से अगले वर्ष के 14 जून तक) के दौरान कैंपसाइट शुल्क पर छूट प्राप्त होती है। छूट ग्रुप कैंपिंग, ग्रुप पिकनिक, बैककंट्री, समुद्री या विद्युत शुल्क या आरक्षण शुल्क पर लागू नहीं होती है। अधिक जानकारी के लिए BC पार्क्स की वेबसाइट देखें।

वेबसाइट: www.env.gov.bc.ca/bcparks/fees/senior.html

कैंपसाइट फीस की जानकारी किसी भी सर्विस BC सेंटर से या सर्विस BC को कॉल करके भी प्राप्त की जा सकती है। सर्विस BC सेंटर्स की संपर्क जानकारी के लिए इस गाइड के पीछे *डिरेक्टरी* देखें। जानकारी BC पार्क की वेबसाइट पर भी देखी जा सकती है:

वेबसाइट: www.bcparks.ca/fees/senior.html

रॉयल BC म्युज़ियम

विक्टोरिया में रॉयल BC म्युज़ियम में व्यक्तिगत रूप से और पहले से बुक किए गए समूह के रूप में बुज़ुर्गों के प्रवेश शुल्क का भुगतान करते हैं। अधिक जानकारी के लिए रॉयल BC म्युज़ियम से संपर्क करें या इसकी वेबसाइट पर जाएं।

रॉयल BC म्युज़ियम
675 Belleville St.
Victoria BC V8W 9W2
फोन (टोल फ्री): 1 888 447-7977
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 356-7226
ईमेल: reception@royalbcmuseum.bc.ca
वेबसाइट: www.royalbcmuseum.bc.ca

रॉयल BC म्युज़ियम में स्कूल प्रोग्रामों, रॉयल म्युज़ियम की दुकान, कोट चेक, संग्रह और व्यावसायिक क्षेत्रों, प्रदर्शनी व्याख्या और म्युज़ियम मेजबान सहित गतिविधियों और सेवाओं की एक विस्तृत श्रृंखला में वालंटियरों को शामिल किया गया है। वालंटियर सेवाओं में रुचि रखने वाले बुज़ुर्ग रॉयल BC म्युज़ियम वालंटियर सर्विसिज़ से संपर्क कर सकते हैं।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-7902

अबिलटी411 (Ability411)

अबिलटी411 एक नई वेबसाइट है जो BC के बुज़ुर्गों, उनके परिवार के सदस्यों और उनके स्वास्थ्य प्रदाताओं को सहायक तकनीकों और उपकरणों के बारे में व्यावहारिक जानकारी प्रदान करती है और उनके सवालों के व्यक्तिगत रूप से जवाब देती है। अबिलटी411 को BC सरकार की ओर से धन मुहैया किया जाता है और विक्टोरिया विश्वविद्यालय में कैनअसिस्ट (CanAssist) द्वारा संचालित किया जाता है।

वेबसाइट: www.ability411.ca

नोट्स

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए,
www.SeniorsBC.ca पर जाएं

स्वस्थ बुढ़ापे के बारे में जानकारी के लिए और अपने समुदाय में सेवाएं पाने के लिए,
www.HealthLinkBC.ca पर जाएं

या हेल्थलिंक BC को 8-1-1 पर कॉल करें

आपका स्वास्थ्य

आपका स्वास्थ्य

रोगी देखभाल और स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं दोनों में बेहतरीन सेवाएं प्रदान करता है

ब्रिटिश कोलंबिया में रहने वाले बुज़ुर्ग इस प्रांत की आबादी के बढ़ते और व्यवसायिक क्षेत्र का हिस्सा हैं। कनाडा के किसी भी अन्य हिस्से की तुलना में बुज़ुर्ग यहां रहना अधिक पसंद करते हैं। 2016 की जनगणना के अनुसार, ब्रिटिश कोलंबिया में 18.3 प्रतिशत 65 या उससे अधिक उम्र के हैं और आने वाले वर्षों में इस प्रतिशत में नाटकीय रूप से वृद्धि की उम्मीद है।

B.C. की स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली बुज़ुर्गों को यथासंभव लंबे समय तक स्वस्थ और स्वावलंबी रहने के लिए प्रोत्साहित करती है। प्रांत की सुलभ और किफायती स्वास्थ्य सेवाओं को सभी बुज़ुर्गों की ज़रूरतों को पूरा करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। आपके लिए आवश्यक प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी प्राप्त करने को आसान बनाने के लिए सरकार प्रतिबद्ध है। क्या उपलब्ध है, यह जानना बेहतर स्वास्थ्य सेवाओं का उपयोग करने की दिशा में पहला कदम है।

BC सीनियर्स गाइड के इस अनुभाग में प्रांतीय स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली, चिकित्सा कारणों से B.C. में यात्रा के लिए सहायता, स्वास्थ्य और कल्याण प्रोग्रामों और केंद्रित चिकित्सा देखभाल के बारे में जानकारी है। यहां सूचीबद्ध सेवाएं बीमारी या विकलांगता के प्रबंधन, सहायता प्राप्त समकालीन संसाधनों या जीवन के अंत की योजना के बारे में जानकारी के लिए मदद कर सकती हैं।

हेल्थलिंक BC की टोल-फ्री 8-1-1 स्वास्थ्य और स्वास्थ्य सेवा सूचना लाइन जैसी उपयोगी स्वास्थ्य संबंधी जानकारी, उपकरणों और संसाधनों के बारे में अधिक जानने के लिए, इस गाइड में *आपके संसाधन* अनुभाग पर जाएं।

अक्षमता से पहले योजना बनाने और आपकी ओर से स्वास्थ्य और व्यक्तिगत देखभाल संबंधी निर्णय लेने के लिए किसी को कैसे नियुक्त किया जाए, इस बारे में पढ़ने के लिए इस मार्गदर्शिका में *आपका बचाव और सुरक्षा* अनुभाग भी देखें। प्रतिनिधित्व अनुबंध और अग्रिम देखभाल योजना यह सुनिश्चित करने में मदद कर सकती है कि व्यक्तियों को उनकी इच्छा के अनुसार देखभाल प्राप्त हो।

ब्रिटिश कोलंबिया की स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली

ब्रिटिश कोलंबिया प्रत्येक क्षेत्र में स्वास्थ्य प्राधिकरण की स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली, अधिकांश स्वास्थ्य सेवाओं के प्रत्यक्ष वितरण और प्रबंधन की ज़िम्मेदारी को क्षेत्रीय बनती है। हमारे सार्वजनिक रूप से प्रशासित स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली के लिए मौलिक अधिकार और ज़िम्मेदारी स्वास्थ्य मंत्रालय का है। मंत्रालय यह सुनिश्चित करता है कि स्वास्थ्य अधिकारी स्वास्थ्य मंत्री द्वारा निर्धारित प्रांतीय कानून, विनियमन, नीति, मानकों और अन्य आवश्यकताओं के अनुरूप स्वास्थ्य सेवाओं का प्रबंधन और वितरण करें।

स्वास्थ्य मंत्रालय पूरे प्रांत में हेल्थलिंक BC, चिकित्सा सेवा योजना, यात्रा सहायता प्रोग्रामों और फार्माकेयर (PharmaCare) सहित कई प्रोग्राम प्रदान करता है।

अगर आपको स्थानीय स्वास्थ्य सेवाओं को खोजने या उनसे संपर्क करने में दिक्कत पेश आ रही है, तो सर्विस BC को सोमवार से शुक्रवार, सुबह 7:30 बजे से शाम 5 बजे PST तक कॉल करें।

फोन (B.C. में कहीं भी): 1 800 663-7867
फोन (वैंकूवर): 604 660-2421
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-6121
फोन (B.C. के बाहर): 604 660-2421
बहरे लोगों के लिए टेलीफोन डिवाइस (TDD): 711 (पूरे B.C. भर में)

ब्रिटिश कोलंबिया में स्वास्थ्य प्राधिकरण

फ़्रेज़र हेल्थ

Suite 400 – Central City Tower 13450 102nd Ave.
Surrey BC V3T 0H1
फोन (टोल फ्री): 1 855 412-2131
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 587-4600
वेबसाइट: www.fraserhealth.ca

इंटीरियर हेल्थ

220 – 1815 Kirschner Rd. Kelowna BC V1Y 4N7
फोन (केलोना): 250 862-4200 “2” दबाएं
वेबसाइट: www.interiorhealth.ca

आइलैंड हेल्थ

1952 Bay St.
Victoria BC V8R 1J8
फोन (टोल फ्री): 1 877 370-8699
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 370-8699
वेबसाइट: www.islandhealth.ca

नॉर्दर्न हेल्थ

Suite 600 – 299 Victoria St.
Prince George BC V2L 5B8
फोन (टोल फ्री): 1 866 565-2999
Phone (प्रिंस जॉर्ज): 250 565-2649
वेबसाइट: www.northernhealth.ca

वैंकूवर कोस्टल हेल्थ

601 W. Broadway, 11th Floor
Vancouver BC V5Z 4C2
फोन (टोल फ्री): 1 866 884-0888
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 736-2033
वेबसाइट: www.vch.ca

प्रोविंशियल हेल्थ सर्विसेज़ अथॉरिटी (PHSA)

1333 West Broadway
Vancouver BC V6H 4C1
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 675-7400
फैक्स: 604 708-2700
वेबसाइट: www.phsa.ca

फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी (FNHA)

501 - 100 Park Royal South
Coast Salish Territory
West Vancouver BC V7T 1A2
फोन (टोल फ्री): 1 866 913-0033
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 693-6500
फैक्स: 604 913-2081
वेबसाइट: www.fnha.ca

FNHA इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल इनफार्मेशन लाइन

फोन (टोल फ्री): 1 877 477-0775
वेबसाइट: www.fnha.ca (खोज बार में "रेजिडेंशियल स्कूल" दर्ज करें)

हेल्थलिंक BC

हेल्थलिंक BC ब्रिटिश कोलंबिया में गैर-आपातकालीन स्वास्थ्य संबंधी सूचना और सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने का प्रवेश द्वार है। हेल्थलिंक BC स्वास्थ्य संबंधी विषयों, लक्षणों और स्वास्थ्य सेवाओं और संसाधनों के बारे में जानकारी प्रदान करता है जो स्वस्थ जीवन में योगदान करते हैं। हेल्थलिंक प्रति वर्ष 24 घंटे, 365 दिन प्रति दिन फोन या ऑनलाइन उपलब्ध है।

हेल्थलिंक BC 8-1-1

स्वास्थ्य सेवा नेविगेटर तक पहुंचने के लिए 8-1-1 टोल-फ्री पर कॉल करें, जो दिन या रात के किसी भी समय एक पंजीकृत नर्स, सप्ताह के किसी भी दिन एक पंजीकृत आहार विशेषज्ञ या योग्य व्यायाम पेशेवर, या हर शाम और रात को किसी फार्मासिस्ट से संपर्क करवा सकता है। अनुवाद सेवाएं 130 से अधिक भाषाओं में उपलब्ध हैं।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): 7-1-1

क्या यह एक आपातकालीन स्थिति है?

तत्काल कार्रवाई की आवश्यकता होने पर चिकित्सा आपातकालीन स्थिति में 9-1-1 (या स्थानीय आपातकालीन नंबर) पर कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 9-1-1

संभावित जहर या जहरीले पदार्थ के संपर्क में आने संबंधी मामलों का पता लगाने, जहर संबंधी जानकारी के लिए 24 घंटे टोल-फ्री जहर नियंत्रण को कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 567-8911
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 682-5050

HealthLinkBC.ca

5,000 से अधिक स्वास्थ्य, पोषण, शारीरिक गतिविधि, दवा और चिकित्सा संबंधी जांच के विषयों में जानकारी के लिए हेल्थलिंक BC की वेबसाइट पर जाएं। जहां आप रहते हैं वहां स्वास्थ्य और स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं के लिए हेल्थलिंक BC डिरेक्टरी में खोज सकते हैं। हेल्थलिंक BC की वेबसाइट अपने लक्षणों की जांच करें एक इंटरैक्टिव टूल भी प्रदान करती है।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca

BC हेल्थ सर्विस लोकेटर ऐप

BC हेल्थ सर्विस लोकेटर ऐप लोगों को iPhone, iPad या iPod का उपयोग करके ब्रिटिश कोलंबिया में स्वास्थ्य सेवाओं की एक श्रृंखला का पता लगाने देता है। स्वास्थ्य सेवाओं में वॉक-इन क्लीनिक्स, अस्पताल, आपातकालीन कक्ष, टीकाकरण क्लीनिक और आस-पास के फार्मेसियों की जगहें शामिल हैं। व्हीलचेयर-सुलभ होने वाले स्थानों को देखने, या सेवा के घंटों, संपर्क जानकारी और पते के बारे में विवरण

प्राप्त करने के लिए परिणामों को फिल्टर करें। ऐप में हेल्थलिंक BC वेबसाइट पर पोस्ट किए गए नवीनतम स्वास्थ्य अलर्ट देखें और गैर-आपातकालीन स्वास्थ्य जानकारी के लिए 8-1-1 या बहरे लोगों और सुनने में अक्षम लोगों के लिए 7-1-1 पर कॉल करने के लिए तत्काल पहुंच प्राप्त करें।

इस निःशुल्क ऐप के बारे में अधिक जानकारी के लिए नीचे दिए गए लिंक पर जाएं।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca/app

ब्रिटिश कोलंबिया का चिकित्सा सेवा योजना (MSP)

ब्रिटिश कोलंबिया की यह चिकित्सा सेवा योजना (MSP) ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों को चिकित्सकों द्वारा प्रदान की जाने वाली चिकित्सीय रूप से आवश्यक सेवाओं का बीमा करती है, जिसमें प्रयोगशाला संबंधी सेवाएं और नैदानिक प्रक्रियाएं शामिल हैं। पूरक लाभों के पात्र वाले योग्य लाभार्थियों के लिए MSP योगदान करता है।

सभी B.C. निवासियों को MSP में नामांकन करने की आवश्यक है। 1 जनवरी, 2020 से MSP प्रीमियम समाप्त कर दिए गए थे।

नए निवासी या B.C. में निवास को फिर से स्थापित करने वाले व्यक्ति प्रतीक्षा अवधि को पूरा करने के बाद कवरेज़ के पात्र हैं, जिसमें B.C. में शेष महीने का निवास के साथ दो महीने का निवास शामिल है। आवेदनों को संसाधित करने में समय देने के लिए, प्रतीक्षा अवधि के समाप्त होने के बजाय, B.C. में आने के तुरंत बाद MSP कवरेज़ के लिए आवेदन करें।

चिकित्सा लाभ

MSP चिकित्सकों और सर्जनों की चिकित्सीय रूप से आवश्यक सेवाओं, नैदानिक एक्स-रे और अनुमोदित प्रयोगशाला सेवाओं के लिए भुगतान करता है। इसके अलावा, MSP चिकित्सीय रूप से आवश्यक होने पर दांत और मुंह की सर्जरी को कवर करेगा, जिसे अस्पताल में किया जाना ज़रूरी है।

पूरक लाभ

योग्य लाभार्थियों के लिए MSP पूरक लाभों में योगदान करता है। यदि किसी MSP लाभार्थी को प्रीमियम सहायता प्राप्त होती है, तो MSP निम्नलिखित सेवाओं के लिए प्रति कैलेंडर वर्ष 10 यात्राओं की संयुक्त सालाना सीमा के लिए 23 डॉलर प्रति विज़िट का भुगतान करता है: एक्यूपंक्चर, कायरोप्रैक्टिक, मसाज थेरपी, प्राकृतिक चिकित्सा, फिज़िकल थेरपी और गैर-सर्जिकल पोडियाट्री।

सर्जिकल पोडियाट्री सभी लाभार्थियों के लिए एक लाभ है। नियमित आंखों की जांच 18 वर्ष और उससे कम या 65 वर्ष और उससे अधिक उम्र के लोगों के लिए सीमित लाभ है। आंखों की जांच सभी लाभार्थियों के लिए एक लाभ है जब उन्हें चिकित्सा संबंधी आवश्यकता होती हैं। ऑप्टोमेट्रिस्ट (चश्मे का नंबर बताने वाला व्यक्ति) सहित सभी पूरक लाभ प्रदाता अपने रोगियों से पूरक शुल्क चार्ज कर सकते हैं, बशर्ते रोगी को अग्रिम तौर पर सलाह दी गई हो।

स्वास्थ्य बीमा BC क्या है?

स्वास्थ्य बीमा BC स्वास्थ्य मंत्रालय की ओर से मेडिकल सर्विसेज़ योजना (MSP) और फार्माकेयर के रोज़मर्रा के संचालन का प्रबंधन करता है। यह प्रोग्राम की जानकारी और दावों का प्रबंधन करता है, एक संपर्क केंद्र संचालित करता है तथा दस्तावेज़ों और सूचना प्रौद्योगिकी की देखरेख करता है। स्वास्थ्य बीमा BC दोनों प्रोग्राम के बारे में आपके सवालों का जवाब दे सकता है।

अधिक जानकारी के लिए, स्वास्थ्य बीमा BC वेबसाइट पर जाएं या उत्तरी अमेरिका में कहीं से भी 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन टोल-फ्री स्वचालित सेवा में कॉल करें। सुबह 8 बजे से शाम 4:30 बजे PST, सोमवार से शुक्रवार के बीच आपकी सहायता के लिए एक ग्राहक सेवा प्रतिनिधि उपलब्ध होगा।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "चिकित्सा सेवा योजना" दर्ज करें)

डाक द्वारा सामान्य पत्राचार निम्नलिखित पते पर भेजा जा सकता है:

Health Insurance BC
PO Box 9035 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9E3

जब डाक द्वारा फ़ॉर्म जमा कर रहे हों, तो फ़ॉर्म पर विशिष्ट डाक पते का उपयोग करें।

BC सर्विसेज कार्ड

BC सर्विसेज कार्ड ने केयरकार्ड (CareCard) और गोल्ड केयरकार्ड (CareCard) की जगह ले ली है। फ़ोटो पहचान पत्र के रूप में कार्य करने के लिए BC सर्विसेज़ कार्ड को ड्राइविंग लाइसेंस के साथ जोड़ा जा सकता है। यह अधिक सुविधाजनक, अधिक सुरक्षित है और यह व्यक्तिगत तौर पर और ऑनलाइन दोनों तरह से अन्य सरकारी सेवाओं तक पहुंच को सक्षम करेगा।

19-74 आयु वर्ग के वयस्कों से अपेक्षा की जाती है कि वे समय-समय पर MSP में नामांकन का नवीनीकरण करें और ICBC ड्राइवर लाइसेंसिंग कार्यालय में जाकर फ़ोटो BC सर्विसेज़ कार्ड प्राप्त करें।

75 से अधिक उम्र के वयस्कों को MSP में नामांकन को नवीनीकृत करने की आवश्यकता नहीं है, लेकिन फिर भी ड्राइवर लाइसेंसिंग कार्यालय से एक फ़ोटो वाली BC सर्विसेज़ कार्ड प्राप्त करना चाहिए। अगर कोई वरिष्ठ नागरिक ड्राइवर लाइसेंसिंग कार्यालय में नहीं जा सकता है, तो बिना फ़ोटो वाला BC सर्विसेज़ कार्ड स्वास्थ्य बीमा BC से संपर्क करके प्राप्त किया जा सकता है। ग्राहक सेवा प्रतिनिधि सोमवार से शुक्रवार सुबह 8:00 बजे से शाम 4:30 बजे तक उपलब्ध रहता है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151

BC सर्विसेज कार्ड के लिए अप्लाई करने के बारे में अधिक जानकारी के लिए, जाएं:
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "BC सर्विस कार्ड" दर्ज करें)

केवल चिकित्सीय सेवाएं

कम आय वाले बुज़ुर्ग जिन्होंने संघीय आय सहायता के लिए प्रांतीय आय सहायता छोड़ दी है, वे चिकित्सा सेवा योजना, फार्मकेयर, बुनियादी तौर पर दांतों की चिकित्सा, ऑप्टिकल और अन्य अनुमोदित चिकित्सा सहायता से जुड़ी खर्च के लिए राशि प्राप्त करने के पात्र हो सकते हैं।

अधिक जानकारी सामाजिक विकास और गरीबी उन्मूलन मंत्रालय की वेबसाइट पर उपलब्ध है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "केवल चिकित्सीय सेवाएं" दर्ज करें)

दांतों की चिकित्सीय देखभाल

दांतों की नियमित चिकित्सीय देखभाल और पेशेवर परीक्षण दीर्घकालीन स्वास्थ्य स्थितियों को रोकने और उनका पता लगाने में मदद कर सकती है। मुंह से जुड़ा अच्छा स्वास्थ्य भी विविध प्रकार के खाद्य पदार्थों के खाने के विकल्प में वृद्धि करने देता है, जो स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकता है और कुपोषण के जोखिम को कम कर सकता है। कुछ दवाएं मुंह से जुड़े स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती हैं, जिससे मुंह सूखने के रोग जैसी स्थितियां आ सकती हैं। मुंह से जुड़ा अच्छा स्वास्थ्य दांतों के नुकसान, मसूड़ों की बीमारी, सूजन और मुंह के कैंसर के जोखिम को कम करके जीवन की समग्र बेहतर गुणवत्ता को बनाए रखने में मदद कर सकता है।

अधिक जानकारी के लिए BC डेंटल एसोसिएशन की वेबसाइट देखें।

वेबसाइट: www.yourdentalhealth.ca

चिकित्सीय अपॉइंटमेंट के लिए यात्रा

यात्रा सहायता प्रोग्राम (TAP)

यात्रा सहायता प्रोग्राम (TAP) योग्य B.C. निवासियों को यात्रा छूट प्रदान करता है, जिन्हें अपने समुदाय में उपलब्ध चिकित्सक-संदर्भित गैर-आपातकालीन चिकित्सा विशेषज्ञ सेवाओं के लिए प्रांत के भीतर यात्रा करना होता है और जिनके यात्रा व्यय तृतीय-पक्ष बीमा या अन्य सरकारी प्रोग्रामों द्वारा कवर नहीं किए जाते हैं। किसी चिकित्सक का रेफरल आवश्यक है और रोगी के पास चिकित्सक के कार्यालय से भरा हुआ TAP फ़ॉर्म ज़रूर होना चाहिए। यात्रा छूट प्राप्त करने यात्रा करने से पहले पुष्टिकरण संख्या पाना के लिए नीचे दिए गए नंबर पर TAP से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 661-2668

TAP स्वास्थ्य मंत्रालय और निजी परिवहन वाहक के बीच एक कॉर्पोरेट साझेदारी है जो एक अनुमोदित TAP पुष्टिकरण फ़ॉर्म पेश करने वाले मरीजों को किराए में छूट प्रदान करता है।

TAP मरीजों को यात्रा लागत के लिए प्रत्यक्ष वित्तीय सहायता प्रदान नहीं करता है या रोगियों के लिए यात्रा की व्यवस्था नहीं करता है। भोजन, आवास, माइलेज, ईंधन और स्थानीय परिवहन खर्च TAP में शामिल नहीं हैं और यह रोगी की ज़िम्मेदारियां है। यात्रा होने के बाद इसकी कोई प्रतिपूर्ति नहीं होती है।

एक बार भरा हुआ TAP फ़ॉर्म आपके चिकित्सक से प्राप्त हो जाता है उसके बाद TAP स्वचालित आवेदन सेवा को कॉल करें, जो दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन उपलब्ध रहता है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 661-2668

TAP के बारे में सामान्य जानकारी के लिए, स्वास्थ्य बीमा BC को कॉल करें, या TAP वेबसाइट पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "यात्रा सहायता प्रोग्राम" दर्ज करें)

स्थानीय स्वास्थ्य अधिकारी (स्वास्थ्य प्राधिकरण संपर्क जानकारी गाइड के इस अनुभाग के शुरुआत में है) नीचे वर्णित क्षेत्रीय हेल्थ कनेक्शन प्रोग्राम सहित यात्रा संबंधी अन्य सहायता के लिए अर्हता प्राप्त करने के लिए पात्रता मानदंड प्रदान कर सकते हैं।

हेल्थ कनेक्शन

हेल्थ कनेक्शन की निजी प्रदाताओं, BC ट्रांजिट और क्षेत्रीय जिलों के साथ एक साझेदारी है। कुछ स्वास्थ्य प्राधिकारण के अंतर्गत, यह सेवा उन रोगियों के लिए स्वास्थ्य संबंधी देखभाल में सुधार करने की मदद करता है जिन्हें गैर-आपातकालीन चिकित्सा अपॉइंटमेंट के लिए यात्रा करना ज़रूरी होता है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "हेल्थ कनेक्शन" दर्ज करें)

नॉर्दर्न हेल्थ

नॉर्दर्न हेल्थ कनेक्शंस उन रोगियों के लिए एक यात्रा सेवा प्रोग्राम है, जिन्हें नॉर्दर्न B.C. और वैंकूवर, कैमलूप्स और एबॉट्सफ़ोर्ड में शहर से बाहर चिकित्सा अपॉइंटमेंट के लिए यात्रा करना ज़रूरी होता है।

यह सेवा 60 वर्ष से अधिक उम्र के नॉर्दर्न निवासियों के लिए उपलब्ध है, जिन्हें गैर-आपातकालीन स्वास्थ्य संबंधी देखभाल के लिए अपने गृह समुदाय से बाहर यात्रा करनी पड़ती है। टोल-फ्री नंबर पर कॉल करते समय कृपया अपना केयर कार्ड/BC सर्विसेज कार्ड नंबर और अपॉइंटमेंट की जानकारी तैयार रखें।

वेबसाइट पर नॉर्दर्न हेल्थ कनेक्शंस बस का शेड्यूल देखें और अपनी सीट आरक्षित करने के लिए नीचे दिए गए टोल-फ्री नंबर पर कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 1 888 647-4997
(सप्ताह के 7 दिन सुबह 8 बजे से शाम 5 बजे तक)
वेबसाइट: www.nhconnections.ca

इंटीरियर हेल्थ

इंटीरियर हेल्थ का हेल्थ कनेक्शन एक पारगमन सेवा है जो स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र के भीतर गैर-आपातकालीन चिकित्सा अपौइंटमेंटों तक पहुंचने के लिए सुलभ ट्रांज़िट विकल्पों के साथ वाले समुदाय प्रदान करती है। अपने हेल्थ कनेक्शन यात्रा की व्यवस्था करने के लिए 24 घंटे आगे फोन करें।

B.C. इंटीरियर में हेल्थ कनेक्शन के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपने स्थानीय BC ट्रांजिट कार्यालय से संपर्क करें या यहां जाएं:

वेबसाइट: www.bctransit.com/kamloops/schedules-and-maps/health-connections

फोन (टोल-फ्री): 1 888 376-7525
(कैमलूप्स हैंडीडार्ट कार्यालय)
1 855 359-3935 (लिलूएट हैंडीडार्ट कार्यालय)
1 866 618-8294 (रेवेलस्टोक कार्यालय)
1 866 933-7812 (विलियम्स लेक कार्यालय)

आइलैंड हेल्थ

व्हील्स फॉर वेलनेस, एक गैर-लाभकारी संस्था है, जो प्राथमिक तौर पर वैंकूवर आइलैंड में 75 किलोमीटर से अधिक की दूरी की यात्रा के लिए डोर-टू-डोर रोगी परिवहन प्रदान करती है।

वेबसाइट: www.wheelsforwellness.com

वैंकूवर कोस्टल हेल्थ

वैंकूवर की चिकित्सा यात्रा के लिए बेला कूला वैली हेल्थ सर्विसेस के माध्यम से चिकित्सा यात्रा के लिए टिकट प्रदान किए जाते हैं। यह सेवा सेंट्रल कोस्ट और बेला कूला वैली पर केंद्रित है।

फोन (बेला कुला): 250 799-5311

फार्माकेयर

फार्माकेयर योग्य प्रिस्क्रिप्शन दवाओं, उपकरणों और चिकित्सा आपूर्ति की लागत में मदद करता है। एक व्यक्ति फार्माकेयर कवरेज़ का तभी पात्र है अगर वह B.C. की चिकित्सा सेवा योजना (MSP) द्वारा कवर किया गया है। फार्माकेयर विभिन्न योजनाओं के माध्यम से B.C. निवासियों की मदद करता है।

फ़ेयर फार्माकेयर योजना

फ़ेयर फार्माकेयर, फार्माकेयर की सबसे बड़ी योजना है। सभी B.C. निवासियों को पंजीकरण के लिए प्रोत्साहित किया जाता है, और इसके लिए एक बार पंजीकरण की आवश्यक है।

फ़ेयर फार्माकेयर कवरेज़ आपकी पारिवारिक कुल आय पर आधारित है: आय जितनी कम होगी, योग्य दवाओं और आपूर्ति के भुगतान में उतनी ही अधिक वित्तीय सहायता मिलेगी। (यदि आप पंजीकरण नहीं कराते हैं, तो आपके पास फिर भी कवरेज़ होगी, लेकिन आपके परिवार के प्रत्येक सदस्य के लिए आपकी कटौती 10,000 डॉलर निर्धारित है।)

फ़ेयर फार्मकियर के लिए पंजीकरण करना

फ़ेयर फार्मकियर के लिए पंजीकरण निःशुल्क है और प्रीमियम जैसा कुछ भी नहीं है। टेलीफोन द्वारा, ऑनलाइन या एक पेपर फ़ॉर्म का उपयोग करके पंजीकरण करें। फोन नंबर और वेबसाइट के पते के लिए नीचे दी गई संपर्क जानकारी देखें।

फ़ेयर फार्मकियर के लिए पंजीकरण करने के लिए निम्नलिखित जानकारी आवश्यक है:

परिवार के सभी सदस्य:

- व्यक्तिगत स्वास्थ्य संख्या (BC सर्विसेज़ कार्ड में होता है)
- जन्म तिथि

आपके और आपके पति / पत्नी के लिए:

- सोशल इंशोरेंस नंबर
- दो साल पहले के आपके आयकर रिटर्न वाले लाइन 236 की कुल आय
- दो साल पहले के आपके आयकर रिटर्न की लाइन 125 पर पंजीकृत विकलांगता बचत योजना (RDSP) आय। किसी व्यक्ति के फ़ेयर फार्मकियर कवरेज़ के स्तर की गणना करने के लिए RDSP आय को कुल आय से घटा दिया जाता है

पंजीकरण होने पर, फार्मकियर कैनेडा रैवेन्यू एजेंसी के साथ रजिस्ट्रेंट की आय की जांच करने के लिए फार्मकियर को अनुमति देने के लिए एक सहमति फॉर्म मेल करेगा। सहमति फ़ॉर्म पर हस्ताक्षर कर तुरंत वापस करें।

फार्मकियर दो साल पहले की पारिवारिक कुल आय पर कवरेज़ का आधार है (उदाहरण के लिए, 2020 के लिए कवरेज़ 2018 से आय की जानकारी पर आधारित है)।

बढ़ाई गई सहायता

यदि परिवार की कुलआय में 10 प्रतिशत या उससे अधिक की कमी आई है, (उदाहरण के लिए सेवानिवृत्ति के माध्यम से), तो आवेदक अपने कवरेज को समायोजित करने के लिए आय समीक्षा के लिए एक आवेदन भर सकते हैं (अधिक जानकारी के लिए हेल्थ इन्शुरन्स BC (HIBC) को कॉल करें)।

उस मामले में जहां एक पति या पत्नी एक दीर्घकालिक देखभाल घर में चले गए हैं और आवेदकों को प्रिस्क्रिप्शन के लिए भुगतान करने में परेशानी हो रही है, MSP से संपर्क करके "अलग" के रूप में योग्यता देखने के लिए (MSP संपर्कों के लिए "डिरेक्टरी" अनुभाग में M में जाकर देखें)। जब उनके कवरेज की गणना की जाएगी तो योग्य आवेदकों के पति या पत्नी की आय शामिल नहीं की जाएगी। यदि MSP किसी अनुरोध को स्वीकार नहीं करता है, तो HIBC से संपर्क करें।

ऐसे मामले में जहां एक पति या पत्नी की मृत्यु हो जाती है, उनकी आय फिर भी वर्ष के अंत तक आवेदक के ड्रग कवरेज के स्तर को प्रभावित करेगी। यदि इससे वित्तीय कठिनाई आती है, तो HIBC से संपर्क करें।

फार्माकेयर की अन्य योजनाएं

योग्य आवेदकों द्वारा कई अतिरिक्त फार्माकेयर योजना का उपयोग किया जा सकता है, जिनमें शामिल हैं:

मनोरोग दवाओं के लिए योजना G। पात्रता आवश्यकताओं में वित्तीय और नैदानिक आवश्यकता शामिल है और आवेदन एक डॉक्टर द्वारा ही सबमिट किए जाने चाहिए।

- उपशामक दवाओं के लिए योजना P और आवेदन डॉक्टर द्वारा ही सबमिट किया जाना चाहिए।
- आवासीय देखभाल सुविधाओं में रहने वाले रोगियों के लिए योजना B। योजना B सुविधा के निवासियों के लिए स्वचालित रूप से कवरेज प्राप्त करें।
- आय सहायता प्राप्त करने वाले लोगों के लिए दवाओं के लिए योजना C। सामाजिक विकास और गरीबी उन्मूलन मंत्रालय आवेदकों को पंजीकृत करता है।
- फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी (FNHA) के ग्राहकों के लिए योजना W। पात्रता FNHA द्वारा निर्धारित की जाती है। पंजीकरण की स्थिति निर्धारित करने के लिए FNHA को कॉल करें; संपर्क के लिए नीचे देखें।

क्या शामिल किया गया है?

यह जानने के लिए नीचे दी गई वेबसाइट पर जाएं कि कौन सी दवाएं, चिकित्सा आपूर्ति और फार्मेसी सेवाएं फार्माकेयर योजना द्वारा शामिल की जाती हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "Pharmacare" दर्ज करें)

फार्माकेयर द्वारा दिए गए दवा लेने वाले व्यक्ति अपने विचार को दवा समीक्षा प्रक्रिया में व्यक्त कर सकते हैं। फार्माकेयर देखभाल करने वालों और रोगी समूहों के विचारों का स्वागत करता है। अधिक जानकारी के लिए यहां जाएं:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "BC आपकी आवाज़" दर्ज करें)

मासिक कटौती योग्य भुगतान विकल्प

फ़ेयर फार्माकेयर के साथ पंजीकृत ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों की कुल पारिवारिक आय के आधार पर कटौती योग्य है। फ़ेयर फार्माकेयर योजना के तहत कम से कम आय वाले परिवारों की आय कटौती योग्य नहीं है और उन्हें योग्य प्रेसक्रिप्शन और चिकित्सा आपूर्ति/उपकरणों का तत्काल कवरेज़ प्राप्त होता है।

अन्य सभी परिवारों के पास उनके परिवार की कुल आय के आधार पर कटौती योग्य है। फार्माकेयर मासिक भुगतान विकल्प प्रदान करता है ताकि कटौती योग्य भुगतानों को साल भर में फैलाया जा सके।

जब तक कि यथोचित निश्चितता न हो कि वर्ष के लिए योग्य प्रेसक्रिप्शन का खर्च कटौती योग्य राशि से अधिक होगी, मासिक कटौती योग्य भुगतान प्रोग्राम के लिए पंजीकरण न करने की अनुशंसा की जाती है। मासिक कटौती योग्य भुगतान विकल्प में नामांकित होने के बाद, परिवार अपने फ़ेयर फार्माकेयर को मासिक किश्तों में कटौती योग्य भुगतान करते हैं और योग्य प्रेसक्रिप्शन संबंधी खर्च के साथ फार्माकेयर से तुरंत सहायता प्राप्त करते हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "फ़ेयर फार्माकेयर" दर्ज करें)

चिकित्सा सेवा योजना (MSP) और फार्माकेयर: क्या अंतर है?

MSP (पेज 34 देखें) चिकित्सीय रूप से आवश्यक बीमाकृत चिकित्सक सेवाओं की लागत को कवर करता है और फार्माकेयर के योग्य दवाओं, उपकरणों और चिकित्सा आपूर्ति की लागत को कवर करता है। फार्माकेयर के लिए पात्र होने के लिए आपको MSP के साथ पंजीकृत होना होगा।

1 जनवरी, 2020 से, ब्रिटिश कोलंबियाई अब MSP प्रीमियम का भुगतान नहीं करते हैं। यह परिवर्तन आपके MSP या फार्माकेयर कवरेज़ को प्रभावित नहीं करता है। आपको किसी भी प्रोग्राम के लिए फिर से पंजीकरण करने की आवश्यकता नहीं है।

फार्माकेयर योजना के बारे में अधिक जानकारी के लिए

स्वास्थ्य मंत्रालय की ओर से स्वास्थ्य बीमा BC फार्माकेयर और चिकित्सा सेवा योजना (MSP) का प्रबंधन करता है।

स्वास्थ्य बीमा BC इन दोनों प्रोग्रामों के बारे में आपके सवालों का जवाब दे सकता है। ग्राहक सेवा प्रतिनिधि सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से शाम 8 बजे तक और शनिवार को सुबह 8 से शाम 4 बजे तक (वैधानिक छुट्टियों को छोड़कर) उपलब्ध हैं।

फार्माकेयर प्रोग्राम के बारे में अधिक जानकारी के लिए या फ़ेयर फार्माकेयर योजना के लिए पंजीकरण करने के लिए, हेल्थ इंश्योरेंस BC को कॉल करें या फार्माकेयर वेबसाइट पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "फार्माकेयर" दर्ज करें)

योजना W के बारे में फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी से संपर्क करने के लिए:

फोन (टोल-फ्री): 1 855 550-5454
ईमेल: info@fnha.ca
वेबसाइट: www.fnha.ca

- पेपर फॉर्म के लिए किसी भी सेवा BC कार्यालय में जाएं। सर्विस BC कर्मचारी फ़ेयर फार्माकेयर पंजीकरण के लिए फ़ॉर्म भरने और जमा करने में सहायता कर सकते हैं।

आपातकालीन BC स्वास्थ्य सेवाएं

BC इमरजेंसी हेल्थ सर्विसेज (BCEHS) पूरे प्रांत में पूर्व-अस्पताल आपातकालीन सेवाएं और अंतर-सुविधा रोगी स्थानान्तरण प्रदान करने के लिए BC एम्बुलेंस सेवा और BC रोगी स्थानांतरण सेवाओं की देखरेख करता हैं।

BC एम्बुलेंस सेवा कनाडा में आपातकालीन स्वास्थ्य देखभाल के सबसे बड़े प्रदाताओं में से एक है, जो लगभग दस लाख वर्ग किलोमीटर के क्षेत्र में सेवा प्रदान करती है। इस सेवा में 4,000 से अधिक आपातकालीन सेवा कर्मी शामिल हैं जिनमें मेडिकल कॉल लेने वाले, डिस्पैचर और पैरामेडिक्स शामिल हैं। BCEHS पैरामेडिक्स को हर दिन लगभग हर मिनट एक कॉल पर भेजा जाता है।

ब्रिटिश कोलंबिया प्रांत एम्बुलेंस द्वारा एक मरीज को ले जाने के खर्च में भारी सब्सिडी देता है। BC चिकित्सा सेवा योजना (MSP) द्वारा कवर किए गए वैध BC सर्विसेज़ कार्ड वाले B.C. निवासियों के लिए शुल्क 80 डॉलर है। इसमें BC एम्बुलेंस के द्वारा किसी घर (देखभाल या आवासीय घर) और अस्पताल के बीच एक मरीज का परिवहन शामिल है।

जब एक एम्बुलेंस का अनुरोध किया जाता है, लेकिन परिवहन की आवश्यकता नहीं होती है, या मना कर दिया जाता है, तो इसका शुल्क 50 डॉलर होता है।

आपातकालीन चिकित्सीय स्तिथि में:

- 9-1-1 पर कॉल करें
- जिन क्षेत्रों में 9-1-1 उपलब्ध नहीं है, वहां टोल फ्री 1800 461-9911 पर कॉल करें
- BC के बाहर सेलफोन/SAT फोन 250 374-5937

गैर-चिकित्सीय आपातकालीन स्थिति के मामले में, गोपनीय स्वास्थ्य जानकारी और सलाह के लिए 8-1-1 पर कॉल करें जो दिन में 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन उपलब्ध होती है।

एम्बुलेंस सेवाओं के बारे में अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें:

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 953-3298
वेबसाइट: www.bcehs.ca

एम्बुलेंस बिलिंग के लिए संपर्क करें:

British Columbia Ambulance Service
Ambulance Billing Department
PO Box 9676 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P7
फोन (टोल फ्री): 1 800 665-7199
वेबसाइट: www.bcehs.ca/about/billing/fees

गहन, घरेलू और सामुदायिक देखभाल सेवाएं

B.C. के स्वास्थ्य प्राधिकरण उन लोगों की सहायता के लिए विभिन्न प्रकार की गहन देखभाल, सामुदायिक स्वास्थ्य, आवासीय और विशेष सहायता सेवाएं प्रदान करते हैं जिनकी स्वतंत्र रूप से कार्य करने की क्षमता स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से प्रभावित हो चुकी है। आवश्यक सहायता और सहारा का प्रकार एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में भिन्न होता है और प्रत्येक व्यक्ति के लिए समय के साथ बदल सकता है।

गहन देखभाल (अस्पताल में देखभाल)

जो चिकित्सा सेवा योजना के तहत पंजीकृत हैं, जिनके पास वैध BC सर्विसेज़ कार्ड है, उनका बीमा गहन देखभाल अस्पतालों द्वारा प्रदान की जाने वाली अधिकांश सेवाओं के लिए किया जाता है, जैसा कि नीचे बताया गया है। इसमें इनपेशेंट देखभाल (जब आप अस्पताल में भर्ती होते हैं), और आउट पेशेंट देखभाल (उदाहरण के लिए, अनुसूचित सेवाएं जहां आप उसी दिन घर जाते हैं या आपातकालीन विभाग में प्रदान की गई सेवाएं) दोनों शामिल हैं।

B.C. के गहन देखभाल अस्पताल में अंतरंग देखभाल के लिए भर्ती रोगी को यूनिट के मानक स्तर पर आवास और भोजन, आवश्यक नर्सिंग सेवाएं तथा अन्य सामान और सेवाएं स्वचालित रूप से प्राप्त होंगी जो आपके अस्पताल में रोगी के तौर पर होने के दौरान चिकित्सीय रूप से ज़रूरी हैं। इसमें कोई भी आवश्यक चिकित्सक सेवाएं, प्रयोगशाला या नैदानिक परीक्षण और एक्स-रे, डॉक्टर के प्रेसक्रिप्शन की दवाएं, चिकित्सा आपूर्ति, नियमित सर्जिकल आपूर्ति और अस्पताल में प्रदान की जाने वाली पुनर्वास सेवाएं शामिल हैं।

रोगियों से केवल अस्पताल में उपयोग की जाने वाली वस्तुओं और सेवाओं के लिए शुल्क लिया जा सकता है, जब उनको चिकित्सा की आवश्यकता नहीं है। उदाहरण के लिए, प्राइवेट या अर्ध-प्राइवेट अस्पताल के कमरे का अनुरोध करने वाले रोगियों से शुल्क लिया जाएगा (कुछ तृतीय-पक्ष स्वास्थ्य देखभाल योजनाएं इस खर्च को कवर करती हैं) जब तक कि यह इकाई के लिए मानक नहीं है, या यह एक चिकित्सक द्वारा निर्धारित किया गया है कि ऐसा कमरा चिकित्सीय रूप से आवश्यक है। रोगियों से कुछ गैर-मानक चिकित्सा उपकरणों के लिए भी शुल्क लिया जा सकता है, लेकिन केवल तभी जब उन्होंने इन वस्तुओं को अग्रिम रूप से खरीदने के लिए सहमति प्रदान की हो और एक चिकित्सक ने यह नहीं बताया हो कि वस्तु चिकित्सीय रूप से आवश्यक हैं।

समुदाय में उपयोग की जाने वाली वस्तुएं, जिनमें निजी आवास और लॉन्ग टर्म केयर होम्स शामिल हैं, आमतौर पर रोगी की जिम्मेदारी होती है। रोगियों से शुल्क नहीं लिया जाएगा अगर वस्तु अस्पताल में उनके द्वारा प्राप्त उपचार का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है और इसके बिना (उदाहरण के लिए, कुछ प्रकार के गर्दन के ब्रेसेस) अस्पताल नहीं छोड़ना चाहिए।

समुदाय में उपयोग किए जाने वाले चिकित्सा उपकरणों के भुगतान की ज़िम्मेदारी रोगियों की होती है, जैसे:

- बैसाखी, चश्मा और सुनने की मशीन
- चिकित्सा संबंधी सामान
- प्रोस्थेटिक्स जो शरीर में प्रत्यारोपित नहीं होते हैं
- घरेलू अनुकूलन और दवाएं जिनका उपयोग आपके घर लौटने के बाद किया जाना है

फ़ेयर फार्मकेयर के तहत परिस्थितियों के आधार पर इनमें से कुछ वस्तुओं का बीमा किया जा सकता है।

घरेलू और सामुदायिक देखभाल

घरेलू और सामुदायिक देखभाल सेवाओं के योग्य ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों के लिए स्वास्थ्य देखभाल और सहायता की एक श्रृंखला प्रदान करती हैं, जिन्हें गहन, दीर्घकालिक, प्रशामक या पुनर्वास संबंधी स्वास्थ्य देखभाल की ज़रूरत है। इन सेवाओं में शामिल हैं:

- ग्राहकों को यथासंभव लंबे समय तक स्वावलंबी रूप से और अपने घरों में रहने में सहायता करना;
- सहायता पर जीवित रहने वाले या लंबे समय से घर पर देखभाल प्राप्त करने वाले ग्राहक, जिन्हें अब अपने घरों से सहायता प्राप्त नहीं हो सकती है, उन्हें देखभाल प्रदान करता है;
- किसी मित्र या परिवार के सदस्य की देखभाल करने की भावनात्मक और शारीरिक इच्छा से परिवार या देखभाल करने वालों को अस्थायी सहायता/राहत प्रदान करना;
- अस्पताल या दीर्घकालिक देखभाल सेवाओं की आवश्यकता से बचने, कम करने या देरी करने के लिए ग्राहकों की सहायता करना; तथा
- ऐसे ग्राहकों और उनके परिवारों की सहायता करना, जो अपने जीवन के अंत के करीब हैं, घर पर उपशामक देखभाल सेवाओं के साथ, एक सहायक रहने वाले निवास में, या एक दीर्घकालिक देखभाल गृह में, जिसमें धर्मशाला भी शामिल है।

कौन इसके पात्र हैं?

सामुदायिक नर्सिंग या सामुदायिक पुनर्वास (फिजियोथेरेपी सामाजिक कार्यकर्ता या व्यावसायिक चिकित्सा) जैसी सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाली घरेलू और सामुदायिक देखभाल सेवाओं के लिए पात्र ग्राहकों:

- कनाडा का नागरिक या स्थायी निवासी का दर्जा हो (लैन्डिड इम्मीग्रेंट का दर्जा प्राप्त हो या उसके पास आप्रवास के लिए ज़िम्मेदार संघीय मंत्री द्वारा अनुमोदित मंत्री का परमिट हो);
- कम से कम तीन महीने के लिए ब्रिटिश कोलंबिया का निवासी हो (कुछ अपवाद लागू होते हैं); और
- अस्पताल से छुट्टी के बाद देखभाल की आवश्यकता है, अस्पताल में भर्ती होने के बजाय घर पर देखभाल, या जीवन-सीमित स्थिति के लिए जीवन के अंत में देखभाल की आवश्यकता है।

सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाली घरेलू और सामुदायिक देखभाल सेवाओं के लिए पात्र होने के लिए, एक व्यक्ति को दस्तावेज़ प्रदान करना होगा जो यह स्थापित करता है कि वे:

- कनाडा के नागरिक हैं या स्थायी निवास के लिए कानूनी रूप से कनाडा में रह रहे हैं; या
- स्थायी निवासी की स्थिति के लिए आवेदन किया है और परिणामस्वरूप आप्रवास के लिए (यदि चिकित्सा आधार पर व्यक्तियों की स्वीकार्यता की समीक्षा करने के लिए मेडिकेयर प्रोटेक्शन एक्ट के लिए जिम्मेदार मंत्री द्वारा स्थापित समिति द्वारा TRP जारी करने की अनुशंसा की गई है) ज़िम्मेदार संघीय मंत्री द्वारा एक अस्थायी निवास परमिट (TRP) जारी किया गया है।
- देखभाल प्रबंधन, सामुदायिक नर्सिंग और सामुदायिक पुनर्वास सेवाओं के अपवाद को छोड़ कर, जिसके लिए किसी खास उम्र की आवश्यकता नहीं है, घर और सामुदायिक देखभाल सेवाओं के लिए पात्र होने के लिए एक व्यक्ति की आयु 19 वर्ष या उससे अधिक होना ज़रूरी है।

एक व्यक्ति सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले घर और सामुदायिक देखभाल सेवाओं के लिए पात्र है जहां व्यक्ति को:

- कोई दीर्घकालिक तौर पर ऐसे बीमार है जो स्वतंत्र रूप से कार्य करने की व्यक्ति की क्षमता को कम करती हैं;
- ऐसा बीमार है कि अस्पताल से छुट्टी के बाद देखभाल की आवश्यकता होती है या बीमारी के ऐसे हालात हैं जहां अस्पताल में भर्ती होने के बजाय घर पर देखभाल की आवश्यकता होती है; या
- जीवन की सीमित स्थिति के लिए जीवन के अंत तक देखभाल की आवश्यकता होती है।

सेवाएं प्राप्त करना

घर और सामुदायिक देखभाल सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए, अपने स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण के गृह देखभाल कार्यालय से संपर्क करें (आप गाइड के इस अनुभाग की शुरुआत में स्वास्थ्य प्राधिकरण संपर्क जानकारी पा सकते हैं)। कोई रिश्तेदार, मित्र या पेशेवर (चिकित्सक, नर्स, फार्मासिस्ट या सामाजिक कार्यकर्ता) भी आपकी ओर से स्वास्थ्य प्राधिकरण से संपर्क कर सकता है।

जब कॉल प्राप्त होती है, तो एक स्टाफ सदस्य स्थिति की तात्कालिकता को निर्धारित करने के लिए कुछ प्रारंभिक प्रश्न पूछेगा और यह निर्धारित करेगा कि क्या किसी स्वास्थ्य पेशेवर को पूरी देखभाल संबंधी आकलन को पूरा करने के लिए घर का दौरा करने की आवश्यकता है।

देखभाल प्रबंधन और देखभाल समन्वय

किसी आकलन को पूरा करने के लिए, किसी स्वास्थ्य पेशेवर (जिसका उल्लेख अक्सर देखभाल प्रबंधक के रूप में किया जाता है) – जैसे कि एक सामुदायिक नर्स, फिजियोथेरेपिस्ट, सामाजिक कार्यकर्ता या व्यावसायिक चिकित्सक – ग्राहक को मिलने जाएगा और परिवार और दोस्तों की सहायता से उनके स्वास्थ्य की स्थिति का प्रबंधन करने के लिए ग्राहक की देखभाल की जरूरतों और क्षमता का आकलन करने में मदद करने के लिए जानकारी एकत्र करेगा। स्वास्थ्य पेशेवर घरेलू स्वास्थ्य, सहायता प्राप्त समकालीन या दीर्घकालिक देखभाल सेवाओं और समुदाय में उपलब्ध अन्य संसाधनों की अनुशंसा कर सकता है और विशिष्ट प्रोग्राम के लिए एक रेफरल की व्यवस्था कर सकता है। स्वास्थ्य पेशेवर व्यवस्थाओं में ग्राहक की मदद करने के लिए या उनकी देखभाल में बदलाव की आवश्यकता होने पर समायोजन करने के लिए आवश्यकतानुसार संपर्क में रहेगा।

घरेलू सहायता

घरेलू सहायता संबंधी सेवाएं रोज़मर्रा के जीवन की गतिविधियों जैसे कि चलना, खाना खिलाना, उठाना और स्थानांतरित करना, नहलाना, संकेत समझना, सजाने-संवारने और शौचालय जाने जैसी व्यक्तिगत सहायता प्रदान करके ग्राहकों को अपने घरों में रहने में मदद करती हैं। वे उपयुक्त होने पर व्यक्तिगत सहायता के पूरक के रूप में सुरक्षा साज-संभाल संबंधी गतिविधियों के साथ-साथ विशिष्ट प्रत्यायोजित नर्सिंग और पुनर्वास कार्यों को शामिल कर सकते हैं।

स्वालंबी जीवन के लिए सहायता का विकल्प

स्वावलंबी जीवन के लिए सहायता का विकल्प (CSIL) घरेलू सहायता के पात्र ग्राहकों के लिए एक विकल्प है। CSIL को शारीरिक अक्षमता वाले ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों को देने के लिए विकसित किया गया था और गंभीर तथा गहन देखभाल के लिए घरेलू सहायता सेवाओं की व्यवस्था में अधिक लचीलेपन की आवश्यकता है। वे उनकी अपनी सेवाओं को खरीदने के लिए धन प्राप्त करते हैं और घरेलू सहायता करने वालों की भर्ती, नौकरी पर रखना, प्रशिक्षण, शेड्यूलिंग और पर्यवेक्षण के लिए प्रबंधन, समन्वय और वित्तीय रूप से ज़िम्मेदार हैं।

बुज़ुर्ग और विकलांग लोग जो अपनी देखभाल को निर्देशित करने में असमर्थ हैं, या हमेशा सक्षम नहीं हैं, वे एक ग्राहक सहायता समूह के माध्यम से या एक प्रतिनिधि अनुबंध में वयस्क द्वारा नामित प्रतिनिधि के माध्यम से CSIL से धन प्राप्त कर सकते हैं। देखभाल का समन्वय करने वाले स्वास्थ्य पेशेवर ग्राहक की ओर से CSIL सेवाओं के प्रबंधन के लिए एक सहायता समूह स्थापित करणे के तरीके के बारे में अधिक जानकारी प्रदान कर सकते हैं।

सामुदायिक नर्सिंग और सामुदायिक पुनर्वास

सामुदायिक नर्सिंग और सामुदायिक पुनर्वास सेवाएं गहन या दीर्घकालिक बीमारियों से ग्रसित वयस्कों की सहायता के लिए, अस्पताल में सहायता के लिए, दीर्घकालिक देखभाल और आपातकालीन विभाग से बचने के लिए, अस्पताल में रहने के बाद रोगी के स्वास्थ्य लाभ में सहायता के लिए, घर में नर्सिंग देखभाल और पुनर्वास थेरपी प्रदान करती हैं और जीवन के अंत तक की देखभाल प्रदान करती हैं।

एडल्ट डे सर्विसेज़

एडल्ट डे सर्विसेज़ बुज़ुर्गों और विकलांग वयस्कों को समुदाय में स्वावलंबी बने रहने में सहायता करने के लिए और देखभाल करने वालों को थोड़े समय के लिए राहत प्रदान करने के लिए सहायक समूह प्रोग्रामों और गतिविधियां प्रदान करती हैं। प्रत्येक केंद्र में गतिविधियां भिन्न होती हैं, लेकिन इसमें व्यक्तिगत सहायता, स्वास्थ्य देखभाल संबंधी सेवाएं (नर्सिंग और/या पुनर्वास सेवाओं सहित), चिकित्सीय सामाजिक और मनोरंजक गतिविधियों का एक संगठित प्रोग्राम, और देखभालकर्ता सहायता और राहत शामिल हो सकती हैं।

देखभालकर्ता सहायता/राहत

देखभाल करने वालों को किसी मित्र या परिवार के सदस्य की देखभाल करने की भावनात्मक और शारीरिक इच्छा से अस्थायी राहत प्रदान करने या ग्राहक में स्वावलंबन में वृद्धि के लिए सहायक देखभाल के लिए समय प्रदान करने के लिए कई तरह की सेवाएं प्रदान की जा सकती हैं। यह देखभाल करने वालों को सामुदायिक गतिविधियों में शामिल होने या अपनी ऊर्जा को नवीनीकृत करने का अवसर देता है, ताकि वे बेहतर देखभाल प्रदान करते रह सकें।

राहत (respite) में घर या एडल्ट डे सर्विसेज़ में सहायता में राहत या अल्पकालिक आधार पर दीर्घकालिक देखभाल के लिए घर पर रहना शामिल हो सकता है।

असिस्टेड लिविंग

शारीरिक, स्वास्थ्य या मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों या मादक पदार्थ के उपयोग के कारण या स्वास्थ्य लाभ के दौरान जो अर्ध-स्वतंत्र रूप से रह सकते हैं – लेकिन दैनिक गतिविधियों में सहायता की आवश्यकता होती है ऐसे रहने के लिए सहायता प्राप्त आवासों में वयस्कों के लिए आवास, आतिथ्य सेवाएं और असिस्टेड लिविंग संबंधी सेवाएं प्रदान की जाती है।

असिस्टेड लिविंग सेवाओं में रोज़मर्रा के जीवन की गतिविधियों (जैसे खाना, भोजन और नाश्ता, चलना-फिरना, कपड़े पहनना, संवारना और नहाना या व्यक्तिगत स्वच्छता), दवा के लेने में सहायता, चिकित्सीय आहार संबंधी सहायता, धन और अन्य व्यक्ति की संपत्ति की सुरक्षा संबंधी सहायता, व्यवहार प्रबंधन और मनोसामाजिक (या प्रोग्रामिंग) समर्थन शामिल हो सकती है। एक आवास जो अपने निवासियों को जो सेवाएं मुहैया करता है उन सेवाओं की संख्या की कोई सीमा नहीं होती है, लेकिन उन्हें जीने के लिए कम से कम एक असिस्टेड लिविंग सेवा प्रदान करनी होगी।

आतिथ्य सेवाओं में भोजन और नाश्ता, हाउसकीपिंग सेवाएं, लॉन्ड्री सेवाएं, योजना तथा सामाजिक और मनोरंजक अवसर प्रदान करना और 24 घंटे की व्यक्तिगत आपातकालीन प्रतिक्रिया प्रणाली प्रदान करना शामिल है।

असिस्टेड लिविंग आवासों की तीन श्रेणियां हैं: बुज़ुर्ग और विकलांग व्यक्ति; मानसिक स्वास्थ्य; और सहायता पर स्वास्थ्य लाभ करने वाले। असिस्टेड लिविंग आवास निजी और सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले हाई-राइज़ अपार्टमेंट कॉम्प्लेक्स से लेकर अनुकूलित निजी घरों तक हो सकते हैं।

एक स्वास्थ्य पेशेवर या देखभाल प्रबंधक आपके क्षेत्र में आवासों, असिस्टेड लिविंग आवास में प्रवेश की प्रक्रिया, कौन-सी सेवाएं प्रदान की जाती हैं और लागू खर्च के बारे में जानकारी प्रदान कर सकता है। अधिक जानकारी के लिए यहां जाएं:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "असिस्टेड लिविंग" दर्ज करें)

यहां सभी असिस्टेड लिविंग आवासों के ऑनलाइन मानचित्र को एक्सप्लोर करने के लिए क्लिक करें: http://moh.apps.gov.bc.ca/alrc/

असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्रार

असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्रार की स्थापना असिस्टेड लिविंग आवास में रहने वाले लोगों के स्वास्थ्य और सुरक्षा को बढ़ावा देने और उनकी सुरक्षा के लिए की गई थी। असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री, कम्युनिटी केयर एंड असिस्टेड लिविंग एक्ट के तहत रजिस्ट्रार का वैधानिक कार्य करती है। B.C. में सभी सहायता पर जीवित रहने वालों को, स्वामित्व या फंडिंग के प्रकार का मामला चाहे कुछ हो, असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री के साथ पंजीकृत होना ज़रूरी है। पंजीकृत सहायता प्राप्त आवासों के संचालकों को प्रांतीय सहायता प्राप्त आवासों में स्वास्थ्य और सुरक्षा मानकों को पूरा करना और उन्हें बनाए रखना ज़रूरी है। रजिस्ट्री किसी भी ऐसे शिकायत की जांच करती है जो उसे सहायता प्राप्त जीवन यापन से संबंधित स्वास्थ्य और सुरक्षा मानकों को पूरा नहीं करने के संबंध में प्राप्त होती है। कोई निवासी, परिवार का सदस्य या जनता का कोई सदस्य पंजीकृत सहायता प्राप्त आवासों के बारे में फोन या ईमेल द्वारा रजिस्ट्री से संपर्क कर सकता है।

Mailing Address:
PO Box 9638 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P1
फोन (टोल फ्री): 1 866 714-3378
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 778 974-4887
ईमेल: hlth.assistedlivingregistry@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्रार" दर्ज करें)

लॉन्ग टर्म केयर होम्स

दीर्घकालीन देखभाल सेवाएं उन ग्राहकों को प्रदान की जाती हैं जिन्हें 24 घंटे पेशेवर नर्सिंग पर्यवेक्षण और देखभाल की आवश्यकता होती है और जिन्हें अब उनके अपने घरों में समर्थन नहीं दिया जा सकता है। बुज़ुर्गों और विकलांग लोगों के लिए जिन्हें जटिल देखभाल की ज़रूरत है, लॉन्ग टर्म केयर होम्स एक सुरक्षात्मक और सहायक देखभाल वातावरण प्रदान करते हैं। B.C. के पास निजी और सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले दोनों तरह के लॉन्ग टर्म केयर होम्स हैं।

उच्चतम आवश्यकता और अत्यावश्यकता वाले ग्राहकों को सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले लॉन्ग टर्म केयर होम्स में अपौइंटमेंट के लिए प्राथमिकता होती है। एक स्वास्थ्य पेशेवर या देखभाल प्रबंधक आपके क्षेत्र में सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले देखभाल घरों, देखभाल गृह में प्रवेश की प्रक्रिया, प्रदान की गई सेवाओं की जानकारी और लागू लागतों के बारे में जानकारी प्रदान कर सकता है। इसके अलावा, आपकी क्षेत्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण वेबसाइट आपके क्षेत्र में सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले लॉन्ग टर्म केयर होम्स के बारे में जानकारी प्रदान करता है।

ब्रिटिश कोलंबिया में दोनों सार्वजनिक रूप से सब्सिडी वाले और निजी-भुगतान वाले लॉन्ग टर्म केयर होम्स के पास लाइसेंस होना चाहिए। हाल की निरीक्षण रिपोर्ट सहित लाइसेंस प्राप्त लॉन्ग टर्म केयर होम्स के बारे में अधिक जानकारी, सभी दीर्घकालिक देखभाल घरों के ऑनलाइन मानचित्र में खोज कर प्राप्त की जा सकती है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "लॉन्ग टर्म केयर होम्स" दर्ज करें)

ग्रुप होम्स

बौद्धिक अक्षमता वाले वयस्क जिन्हें रोज़मर्रा के जीवन में व्यापक सहायता की आवश्यकता होती है, वे अपने समुदाय में सार्वजनिक रूप से वित्त पोषित ग्रुप होम्स में रह सकते हैं। ग्रुप होम्स तीन से चार निवासियों के लिए सुरक्षित घर प्रदान करते हैं, जिससे वे अपने स्थानीय समुदायों में प्रभावी ढंग से एकीकृत हो सकें। ये योग्य ग्राहकों को उनकी स्वावलम्बन को अधिकतम स्तर तक ले जाने के लिए देखभाल और सहायता प्रदान करते हुए, और घरेलू प्रबंधन, रोजगार और सामाजिक संबंधों जैसे क्षेत्रों में उनकी पहुंच तथा भागीदारी में सहायता के लिए अल्पकालिक या दीर्घकालिक आवास प्रदान करते हैं।

फ़ैमिली केयर होम्स

फ़ैमिली केयर होम्स सेवाओं में एकल-परिवार के लिए आवास प्रदान की जाती हैं जो विशेष देखभाल आवश्यकताओं वाले ग्राहकों को समायोजित करती हैं जिनकी आवासीय देखभाल सुविधा को बेहतर तरीके से पूरा नहीं किया जा सकता है। सेवाओं में भोजन, कपड़े धोने और हाउसकीपिंग सेवाएं और पर्यवेक्षण के साथ-साथ रोज़मर्रा के जीवन के गतिविधियों मसलन; स्नान, सौंदर्य और ड्रेसिंग के साथ आवश्यक सहायता शामिल हैं। फ़ैमिली केयर होम्स बिना लाइसेंस के होते हैं और इनमें दो से ज्यादा ग्राहक नहीं रह सकते हैं।

आजीवन देखभाल

जीवन के अंत में सहानुभूतिपूर्ण देखभाल का उद्देश्य लक्षणों से राहत देकर ग्राहकों के आराम, गरिमा और उनके जीवन की गुणवत्ता को बनाए रखना है, ताकि जो लोग मृत्यु का सामना कर रहे हैं वे अपनी ऊर्जा और समय को उस चीज को अपनाने के लिए समर्पित कर सकें जो उनके लिए सबसे महत्वपूर्ण है। प्रशामक देखभाल सहित आजीवन देखभाल सेवाएं ग्राहकों को उनके अपने घरों में और घर जैसी सेटिंग में, लाइसेंस प्राप्त आवासीय देखभाल/दीर्घकालिक देखभाल संबंधी सुविधाएं और सहायता प्राप्त समकालीन आवासों में प्रदान की जाती हैं।

आश्रम और आश्रम प्रशामक देखभाल

ब्रिटिश कोलंबियाई जो एक लाइलाज बीमारी के अंतिम चरण में हैं या मृत्यु की ओर बढ़ रहे हैं और जिन्हें अस्पताल में गहन देखभाल की आवश्यकता नहीं है, वे अपना शेष समय किसी आश्रम में बिताना पसंद कर सकते हैं। आश्रम में घर जैसी सेटिंग्स होती हैं जो चिकित्सा और नर्सिंग देखभाल, दर्द और लक्षण प्रबंधन तथा मनोसामाजिक, आध्यात्मिक और शोक में सहायता सहित आश्रम प्रशामक देखभाल प्रदान करती हैं। कुछ आश्रम समुदाय में उन लोगों को आश्रम प्रशामक देखभाल सेवाएं प्रदान कर सकती हैं जो घर पर यह देखभाल प्राप्त करना पसंद करेंगे।

BC प्रशामक देखभाल लाभ

BC प्रशामक देखभाल लाभ हर उम्र के लोगों को घर पर प्रशामक देखभाल प्राप्त करने में मदद करता है, जो जीवन के खतरनाक बीमारी या बीमारी के अंतिम चरण में हैं। ब्रिटिश कोलंबियाई जो पात्र हैं, उन्हें अपने डॉक्टरों के माध्यम से पंजीकृत किया जा सकता है। प्रोग्राम में फार्मकेयर योजना P के माध्यम से प्रशामक देखभाल में उपयोग किए जाने वाले प्रेसक्रिप्शन और कुछ सीधे काउंटर ली जाने वाली दवाएं शामिल हैं। स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण व्यक्ति की चिकित्सा आपूर्ति और उपकरणों की आवश्यकता का भी आकलन करेगा। यदि चिकित्सा आपूर्ति और उपकरणों की आवश्यकता होती है, तो इसका खर्च स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण उठाएगा।

फार्मकेयर योजना P के अंतर्गत क्या शामिल है, इस बारे में अधिक जानकारी के लिए, फार्मकेयर वेबसाइट पर "जिसे हम कवर करते हैं" पृष्ठ पर जाएं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "फार्मकेयर जिसे हम कवर करते हैं" दर्ज करें)

रोगी देखभाल की गुणवत्ता कार्यालय

जिन लोगों को स्वास्थ्य प्राधिकरण से प्राप्त देखभाल संबंधी गुणवत्ता के बारे में शिकायत है, वे उस स्वास्थ्य प्राधिकरण के रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय से संपर्क कर सकते हैं। कार्यालय शिकायत करने वाले व्यक्ति के साथ मिलकर इसे हल करने का प्रयास करेगा और 40 व्यावसायिक दिनों के भीतर शिकायत का जवाब देगा।

सोमवार से शुक्रवार सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक कार्यालय खुले रहते हैं और इन घंटों के दौरान व्यक्तिगत रूप से संपर्क किया जा सकता है। सप्ताहांत और वैधानिक छुट्टियों के दिन कार्यालय बंद रहते हैं, लेकिन फोन, फैक्स, मेल या ईमेल द्वारा संदेश प्राप्त कर सकते हैं।

Fraser Health Patient Care Quality Office

4th Floor 11762 Laity St., Maple Ridge BC V2X 5A3
फोन (टोल फ्री): 1 877 880-8823
फैक्स (मेट्रो वैंकूवर): 604 463-1888
ईमेल: pcqoffice@fraserhealth.ca
वेबसाइट: www.fraserhealth.ca
(खोज बार में "रोगी देखभाल गुणवत्ता के बारे में शिकायतें" दर्ज करें)

Interior Health Patient Care Quality Office

505 Doyle Avenue, Kelowna BC V1Y 0C5
फोन (टोल फ्री): 1 877442-2001
फैक्स (केलोना): 250 870-4670
ईमेल: patient.concerns@interiorhealth.ca
वेबसाइट: www.interiorhealth.ca
(खोज बार में "रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय" दर्ज करें)

Island Health Patient Care Quality Office

Royal Jubilee Hospital
Memorial Pavilion Watson Wing Room 315
1952 Bay St., Victoria BC V8R 1J8
फोन (टोल फ्री): 1 877 977-5797
फैक्स (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 370-8713
ईमेल: patientcarequalityoffice@viha.ca
वेबसाइट: www.islandhealth.ca
(खोज बार में "रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय" दर्ज करें)

Northern Health Patient Care Quality Office

6th floor 299 Victoria Street, Prince George BC V2L 5B8
फोन (टोल फ्री): 1 877 677-7715
फैक्स (प्रिंस जॉर्ज): 250 565-2640
ईमेल: patientcarequalityoffice@northernhealth.ca
वेबसाइट: www.northernhealth.ca
(खोज बार में "रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय" दर्ज करें)

Vancouver Coastal Health Patient Care Quality Office

Room LBP-117 855 W. 12th Ave., Vancouver BC V5Z 1M9
फोन (टोल फ्री): 1 877 993-9199
फैक्स (मेट्रो वैंकूवर): 604 875-5545
ईमेल: pcqo@vch.ca
वेबसाइट: www.vch.ca
(खोज बार में "रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय" दर्ज करें)

Provincial Health Services Authority Patient Care Quality Office

(इसमें प्रांतीय एजेंसियां और सेवाएं जैसे BC एमरजैंसी हेल्थ सर्विसिज़, BC कैंसर, BC रीनल, BC ट्रांसप्लांट, BC वुमेन्ज़ हॉस्पिटल + हेल्थ सेंटर, आदि शामिल हैं)।

Suite 200,1333 West Broadway, Vancouver BC V6H 4C1
फोन (टोल फ्री): 1 888 875-3256
फैक्स (मेट्रो वैंकूवर): 604 708-2762
ईमेल: pcqo@phsa.ca
वेबसाइट: www.phsa.ca
(खोज बार में "रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय" दर्ज करें)

रोगी देखभाल गुणवत्ता समीक्षा बोर्ड

वह लोग जिन्हें लगता है की उनकी शिकायत का समाधान रोगी देखभाल गुणवत्ता कार्यालय ने नहीं किया, वे रोगी देखभाल गुणवत्ता समीक्षा बोर्ड से संपर्क कर सकते हैं। बोर्ड स्वास्थ्य अधिकारियों से स्वतंत्र है और शिकायत पर स्वास्थ्य प्राधिकरण की जांच और उसकी प्रतिक्रिया की वह समीक्षा करेगा।

समीक्षा अनुरोध लिखित में, ऑनलाइन या फोन के जरिए किए जा सकते हैं। समीक्षा अनुरोध फ़ॉर्मों को बोर्ड की वेबसाइट से डाउनलोड और जमा या प्रिंट किया जा सकता है या आपको मेल के जरिए भेजा जा सकता है। एक बार पूरा हो जाने पर, समीक्षा अनुरोध फ़ॉर्म मेल, फैक्स या सीधे वेबसाइट पर जमा किया जा सकता है। बोर्ड के लिए संपर्क जानकारी नीचे दी गई है।

Patient Care Quality Review Board
PO Box 9643
Victoria BC V8W 9P1
फोन (टोल फ्री): 1 866 952-2448
फैक्स (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 952-2428
ईमेल: contact@patientcarequalityreviewboard.ca
वेबसाइट: www.patientcarequalityreviewboard.ca

पुरानी बीमारियों के साथ स्वस्थ जीवन जीना

सेल्फ मैनेजमेंट BC, यूनिवर्सिटी ऑफ विक्टोरिया

B.C. सरकार ने यूनिवर्सिटी ऑफ विक्टोरिया इंस्टीट्यूट ऑन एजिंग एंड लाइफलॉन्ग हेल्थ को मधुमेह, कैंसर सर्वाइवर्स और क्रोनिक दर्द के लिए विशिष्ट प्रोग्रामों के साथ क्रोनिक स्वास्थ्य संबंधी स्थितियों वाले लोगों के लिए छह सप्ताह के रोगी शिक्षा प्रोग्रामों और रोगी कोचिंग प्रदान करने के लिए धन मुहैया किया है। रोगियों व उनकी सेवा करने के लिए आए परिजनों का कोई खर्चा नहीं है। प्रोग्राम में शामिल हैं:

- क्रोनिक डिजीज सेल्फ मैनेजमेंट अंग्रेज़ी, कैंटोनीज़, मैंडरिन और पंजाबी में। प्रोग्राम को फर्स्ट नेशंज़ समुदायों में अंग्रेजी में भी पेश किया जाता है;
- सामान्य रूप से पुरानी बीमारियां और पुराने दर्द, मधुमेह, कैंसर सर्वाइवर्स, स्वास्थ्य कोच प्रोग्राम के लिए सेल्फ मैनेजमेंट प्रोग्राम; तथा
- एक ऑनलाइन पुरानी बीमारी सेल्फ मैनेजमेंट प्रोग्राम।

अधिक जानकारी यूनिवर्सिटी ऑफ विक्टोरिया इंस्टीट्यूट ऑन एजिंग एंड लाइफलॉन्ग हेल्थ की वेबसाइट पर या प्रोग्राम की सूचना लाइन पर कॉल करने पर उपलब्ध है।

फोन (टोल फ्री): 1 866 902-3767
वेबसाइट: www.selfmanagementbc.ca

फ़ैमिली केयर गिवर्स ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया

फैमिली केयर गिवर्स ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया सहयोग, सूचना, शिक्षा और नेतृत्व के माध्यम से पारिवारिक और दोस्ताना देखभाल करने वालों के लिए जीवन की क्वालिटी में सुधार करने का प्रयास करते हैं। अलाभकारी संस्था की स्थापना 1989 में हुई थी। प्रांतीय सेवाओं में एक टोल फ्री केयर गिवर सपोर्ट लाइन, 1:1 पेचीदा हालात के लिए सहयोग, देखभाल करने वाले संसाधनों और सहयोगी समूहों तक पहुंच, स्वास्थ्य प्रणाली नेविगेशन के साथ सहायता, देखभाल करने वाले वेबिनार, मासिक ई-समाचार, त्रैमासिक समाचार पत्र और देखभाल करने वाले की जानकारी की एक व्यापक वेबसाइट शामिल है। सभी सेवाएं निःशुल्क हैं।

Family Caregivers of British Columbia
6 – 3318 Oak St.
Victoria BC V8X 1R1
केयर गिवर सपोर्ट लाइन: 1 877 520- 3267
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 384-0408
ईमेल: info@familycaregiversbc.ca
वेबसाइट: www.familycaregiversbc.ca

यूनिवर्सिटी ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया, फैकल्टी ऑफ इंटरकल्चरल ऑनलाइन हेल्थ नेटवर्क (iCON)

स्वास्थ्य मंत्रालय iCON को धन मुहैय करता है, जो पूरे ब्रिटिश कोलंबिया में चीनी, दक्षिण एशियाई और स्वदेशी रोगियों, परिवारों और देखभाल करने वालों को क्रोनिक रोग प्रबंधन और स्वास्थ्य संवर्धन पर सांस्कृतिक और भाषाई रूप से उचित स्वास्थ्य संसाधन प्रदान करता है। iCON के पास मल्टी-चैनल ऑनलाइन संसाधन और सामुदायिक आउटरीच अवसर (जैसे, वर्कशॉप और फ़ोरम) दोनों हैं, जो समुदाय के सदस्यों और स्वास्थ्य चिकित्सकों के लिए क्रोनिक रोग की रोकथाम और प्रबंधन के बारे में जानकारी सीखने और साझा करने के लिए एक साथ आते हैं। ध्यान केंद्रित किए जाने वाले क्रोनिक रोगों में मधुमेह, हृदय रोग, डिमेंशिया और मानसिक तंदुरुस्ती शामिल हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 877-357-7611
ईमेल: iconsupport@ubc.ca
वेबसाइट: www.iconproject.org

पेन (Pain) BC

पेन BC एक अनूठा संगठन है जो क्रोनिक दर्द से पीड़ित अनुमानित पांच ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों में से एक की जरूरतों को पूरा करता है। सर्जरी के बाद पुराने दर्द, किसी पुरानी बीमारी के साथ जीने से होने वाला दर्द, चोट से संबंधित दर्द या किसी अज्ञात कारण से दर्द हो सकता है। पेन BC पुराने दर्द वाले लोगों और उनके परिवारों के लिए कई संसाधन मुहैया करता है:

- दर्द सहायता लाइन: स्वयंसेवक जानकारी और संसाधन और किसी से यह बात करने के लिए एक सुरक्षित स्थान मुहैया करते हैं कि दर्द आपके जीवन को कैसे प्रभावित कर रहा है।
- फोन (टोल-फ्री): 1-844-880-7246
- रोगी शिक्षा: पेन BC की वेबसाइट www.painbc.ca से, पुराने दर्द और साक्ष्य-आधारित संसाधनों के माध्यम से इसे प्रबंधित करने के विभिन्न तरीकों के बारे में जानें।

- सेल्फ-मैनेजमेंट: लाईव प्लैन बी (Live Plan Be) उन लोगों से जुड़ने के लिए एक नि:शुल्क ऑनलाइन सेल्फ मैनेजमेंट संसाधन है, जिन्हें क्रोनिक दर्द है, अपने स्वास्थ्य को ट्रैक करें और दर्द के विज्ञान के बारे में जानें: www.liveplanbe.ca
- स्वास्थ्य के लिए कोचिंग: एक लाइसेंस प्राप्त चिकित्सा पेशेवर आपको सेल्फ मैनेजमेंट कौशल सीखने और कार्य को पुनः प्राप्त करने में मदद करने की इच्छा से हर एक को अलग टेलीफोन सहयोग के लिए एक रेफरल फ़ॉर्म मुहैया कर सकता है।
- माय केयर पाथ (My Care Path): पुराने दर्द से पीड़ित बच्चों और किशोरों के लिए www.mycarepath.ca पर एक निःशुल्क ऑनलाइन टूल है।
- पेन वेव्ज़ (Pain Waves) पुराने दर्द विशेषज्ञों को सुनने के लिए एक पॉडकास्ट है और पुराने दर्द से पीड़ित लोग www.spreaker.com/show/pain-waves पर शोध, टूल्स, कहानियों और प्रवृत्तियों पर चर्चा करते हैं।

स्वास्थ्य मंत्रालय रोगियों, परिवारों और केयर गिवर्स के लिए दर्द संबंधी सेवाओं के लिए धन मुहैया कराता है। अधिक जानने के लिए, नीचे दी गई वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.painbc.ca

रोगी आवाज नेटवर्क

रोगी आवाज नेटवर्क रोगियों, परिवारों और केयर गिवर्स का एक समुदाय है जो स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली में सुधार के लिए स्वास्थ्य देखभाल में भागीदारों के साथ काम कर रहा है। उनका विज़न यह है कि रोगियों, परिवारों और स्वास्थ्य देखभाल में भागीदारों की सह-डिजाइन ने प्रामाणिक आवाज और विविध प्रतिनिधित्व के माध्यम से स्वास्थ्य देखभाल में सुधार किया।

रोगी आवाज नेटवर्क का BC रोगी सुरक्षा और गुणवत्ता परिषद द्वारा सहयोग किया जाता है।

फोन (टोल फ्री): 1 877 282-1919
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 668-8240
ईमेल: pvn@bcpsqc.ca
वेबसाइट: https://patientvoicesbc.ca/
(खोज बार में "रोगी आवाज नेटवर्क" दर्ज करें)

कल्चरल सेफ्टी

रेजिडेंशियल स्कूल सर्वाइवर सर्विसेज़

इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल रिज़ॉल्यूशन हेल्थ सपोर्ट प्रोग्राम

द फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल रिज़ॉल्यूशन हेल्थ सपोर्ट प्रोग्राम, रेजिडेंशियल स्कूल के योग्य पूर्व छात्रों और उनके परिवारों को समझौता समाधान के प्रक्रमों में उनकी भागीदारी से पहले, उसके दौरान तथा उसके बाद मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक सहयोग प्रदान करता है, जिसमें शामिल हैं:

- कॉमन एक्सपीरिएंस पेमेंट्स
- इंडिपेंडेंट असेसमेंट प्रोसेस
- ट्रुथ एंड रिकॉन्सिलिएशन कमीशन के इवेंट्स और स्मारक समारोह संबंधी गतिविधियां

  सूचना लाइन फोन (टोल-फ्री): 1 877 477-0775

नेशनल इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल क्राइसिस लाइन

नेशनल इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल क्राइसिस लाइन की स्थापना आवासीय स्कूल के पूर्व छात्रों का सहयोग करने के लिए की गई है। आप 24 घंटे क्राइसिस लाइन पर कॉल करके भावनात्मक और क्राइसिस रेफरल सेवाओं को प्राप्त सकते हैं।

नेशनल इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल क्राइसिस लाइन
फोन (टोल फ्री): 1 866 925-4419

मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के उपयोग संबंधी सेवा

स्वास्थ्य मंत्रालय, स्वास्थ्य अधिकारियों द्वारा प्रदान की जाने वाली मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के उपयोग संबंधी सेवाओं की एक व्यापक और एकीकृत प्रणाली मुहैया करता है। ये सेवाएं स्वास्थ्य संवर्धन, रोकथाम, नुकसान में कमी, उपचार, पुनर्वास और वसूली पर ध्यान केंद्रित करती हैं, जिसमें व्यक्तियों और परिवारों को स्व-देखभाल और लचीलाता के साथ सहयोग करना शामिल है। मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के उपयोग संबंधी सेवाएं विभिन्न आयु वर्ग के लोगों के लिए लक्षित हैं, जिसमें बुज़ुर्ग भी शामिल हैं।

क्रोनिक दर्द या अन्य शारीरिक स्वास्थ्य समस्याओं की उपस्थिति के कारण बुज़ुर्ग लोगों की मानसिक स्वास्थ्य के मसलों का उपचार अक्सर अधिक जटिल बन जाता है। बुज़ुर्गों के लिए मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं अक्सर सहयोगी कार्य प्रणाली की ज़रूरत पर ध्यान केंद्रित करती हैं जिनमें पारिवारिक चिकित्सक और/या घर और सामुदायिक देखभाल की सेवाएं शामिल हो सकती हैं।

मानसिक बीमारी और नशीले पदार्थ के सेवन के प्रभावों से पीड़ित होने का खतरा समाज के बाकी तबकों के तरह ही बुज़ुर्गों को भी उतना ही होता है। उदाहरण के तौर पर, डिप्रेशन, चिंता, और समस्याग्रस्त नशीले पदार्थ के सेवन जैसे शराब, के आसपास के मुद्दे।

अकेलापन एक अतिरिक्त कारक है जो मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है और स्वास्थ्य में गिरावट और बुज़ुर्गों की जल्दी मृत्यु में योगदान दे सकता है। कई मनोवैज्ञानिक और स्वास्थ्य कारकों के कारण अकेलापन विकसित हो सकता है और सामाजिक जुड़ाव का समर्थन करने वाले सामुदायिक प्रोग्राम के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के सेवन की सेवाओं के माध्यम से विशिष्ट आंकलन और उपचार दृष्टिकोण के माध्यम से सफलतापूर्वक संबोधित किया जा सकता है।

मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के सेवन की सहायता के लिए B.C. में दिन हो या रात किसी भी समय 8-1-1 पर कॉल करें:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के सेवन की सहायता" दर्ज करें)।

आप गाइड (आपका स्वास्थ्य) के इस सेक्शन की शुरुआत में स्वास्थ्य प्राधिकरण से संपर्क जानकारी भी पा सकते हैं।

अगले कुछ पृष्ठों में अतिरिक्त जानकारी और संसाधन हैं जो सहायक हो सकते हैं।

बाउंस बैक: रीक्लेम यॉर हेल्थ

बाउंस बैक एक मुफ्त प्रोग्राम है जो उन व्यक्तियों को संसाधन और सेवाएं प्रदान करता है जो हल्के से मध्यम डिप्रेशन, उदास मन या चिंता तनाव के साथ या बिना तनाव लक्षणों का अनुभव कर रहे हैं। यह प्रोग्राम BounceBack® Today नामक DVD के साथ सेल्फ-हेल्प मॉड्यूल की श्रृंखला में टेलीफोन कोचिंग की पेशकश करता है। कोचिंग प्रोग्राम को ब्रिटिश कोलंबिया में हर जगह पारिवारिक चिकित्सकों के कार्यालयों से रेफरल द्वारा एक्सेस किया जा सकता है। जो व्यक्ति खुद काम करना पसंद करते हैं, वे अपनी गति से सीखने के लिए ऑनलाइन प्रोग्राम का उपयोग कर सकते हैं। ऑनलाइन प्रोग्राम को एक्सेस करने के लिए किसी रेफरल की आवश्यकता नहीं है।

वीडियो और कोचिंग प्रोग्राम अंग्रेजी, फ्रेंच, मैंडरिन और कैंटोनीज़ में उपलब्ध हैं, और कोचिंग अंग्रेजी, फ्रेंच, मैंडरिन, कैंटोनीज़ और पंजाबी में उपलब्ध है। Bounce Back® के बारे में अधिक जानने के लिए, बुज़ुर्गों को अपने परिवार के डॉक्टर से बात करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

बाउंस बैक को स्वास्थ्य मंत्रालय और प्रोविंशियल हेल्थ सर्विसेज़ अथॉरिटी से वित्त पोषण के साथ कैनेडियन मेन्टल हेल्थ एसोसिएशन, BC डिवीजन के माध्यम से वितरित किया जाता है।

वेबसाइट: www.bouncebackbc.ca

द लिविंग लाइफ टू द फुल कोर्स

लिविंग लाइफ टू द फुल एक 8 सप्ताह का मानसिक स्वास्थ्य संवर्धन कोर्स है जिसे कॉग्निटिव बिहेवियर थेरेपी (CBT) सिद्धांतों का उपयोग करके बेहतर सेल्फ मैनेजमेंट कौशल सीखकर लोगों को रोजमर्रा की जिंदगी की चुनौतियों से निपटने में मदद करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। कोर्स की विषयवस्तु और सामग्री प्रैक्टिकल है और आसानी से रोजमर्रा की जिंदगी के हालातों पर लागू होती है।

यह कोर्स सभी उम्र के लोगों के लिए उपयुक्त है – युवाओं से लेकर बुज़ुर्ग लोगों तक। BC में कोर्स कैनेडियन मेन्टल हेल्थ एसोसिएशन की शाखाओं के माध्यम से प्रदान किया जाता है। पुस्तिकाएं व्यक्तिगत रूप से भी यहां से खरीदी जा सकती हैं:

www.cmha.bc.ca

पुस्तिकाएं अंग्रेजी, फ्रेंच, पारंपरिक चीनी और सरलीकृत चीनी भाषा में उपलब्ध हैं।

वेबसाइट: www.livinglifetothefull.ca

क्राइसिस लाइन एसोसिएशन BC

क्राइसिस लाइन कर्मचारियों को महत्वपूर्ण कौशल जैसे कि सहानुभूति प्रतिबिंब, सक्रिय होकर सुनने और सहयोगी समस्या समाधान में प्रशिक्षित किया जाता है। वे क्राइसिस और आत्महत्या आंकलन और हस्तक्षेप प्रोटोकॉल का उपयोग करते हैं जो मान्यता प्राप्त बेहतर प्रथाओं पर आधारित होते हैं। क्राइसिस लाइन पर कॉल करने से मदद मिलती है।

मानसिक स्वास्थ्य संकट में मदद के लिए:

फोन (टोल-फ्री): 1 800 784-2433 (1-800-SUICIDE)

मानसिक स्वास्थ्य संबंधी जानकारी और सहयोग के लिए:

फोन (टोल-फ्री): 310-6789 (किसी क्षेत्र कोड की ज़रूरत नहीं है)
वेबसाइट: www.crisislines.bc.ca

BC अल्कोहल एंड ड्रग इन्फॉर्मेशन एंड रेफरल सर्विस

BC अल्कोहल एंड ड्रग इन्फॉर्मेशन एंड रेफरल सर्विस (ADIRS) आपको अपने समुदाय में परामर्श और संसाधनों के लिए रेफर कर सकता है। 24-घंटे सेवाओं के लिए कॉल करें, मुफ्त, बहुभाषी।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-1441
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-9382

BC पार्टनर्स फॉर मेन्टल हेल्थ एंड एडिक्शन्स इन्फॉर्मेशन

मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के सेवन पर साक्ष्य-आधारित जानकारी प्रदान करने के लिए सात प्रोविंशियल मेंटल हेल्थ एंड सब्सटेंस यूज एजेंसीज़ मिलकर काम कर रही हैं।

एक टोल-फ्री सूचना लाइन विभिन्न मानसिक स्वास्थ्य और नशीले पदार्थ के सेवन संबंधी विकारों पर 24 घंटे की टेप की गई जानकारी प्रदान करती है, जिसमें लक्षण, कारण, उपचार, विकल्प, सहायता समूह और सामुदायिक संसाधन शामिल हैं। वेबसाइट व्यक्तियों और परिवारों के लिए जानकारी का एक उत्तम स्रोत है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 661-2121
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 669-7600
ईमेल: bcpartners@heretohelp.bc.ca
वेबसाइट: www.heretohelp.bc.ca

प्रॉब्लम गैंबलिंग

प्रॉब्लम गैंबलिंग हेल्प लाइन एक गोपनीय, टोल-फ्री सेवा है जो सभी ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों के लिए उपलब्ध है। हेल्प लाइन सप्ताह के सातों दिन 24 घंटे परामर्श सूचना और रेफरल प्रदान करती है। सूचना और रेफरल विशेषज्ञ जुआरी संबंधी समस्या के लिए, उनके परिवारों और दोस्तों को तत्काल जानकारी प्रदान कर सकते हैं, और कॉल करने वालों को पूरे प्रांत में पेशेवर प्रॉब्लम गैंबलिंग परामर्श सेवाओं के लिए रेफर कर सकते हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 888 795-6111
फोन (बहरे/सुनने में असमर्थ, क्लेक्ट कॉल्स स्वीकार किए जाते हैं): 604 875-0885
ई-मेल: info@bcresponsiblegambling.ca
वेबसाइट: www.bcresponsiblegambling.ca

सार्वजनिक स्वास्थ्य

ब्रिटिश कोलंबिया में सार्वजनिक स्वास्थ्य इकाइयां पोषण संसाधनों और प्रतिरक्षीकरण सहित विभिन्न प्रकार की स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करती हैं। ये सेवाएं बुज़ुर्गों के स्वास्थ्य और स्वतंत्रता का समर्थन करती हैं और परिवार और सामुदायिक स्वास्थ्य में योगदान करती हैं।

इम्यूनाइज़ेशन सर्विसेस

इम्यूनाइज़ेशन की उपलब्धता के बारे में जानकारी, जैसे कि इन्फ्लूएंजा और न्यूमोकोकल टीके, हेल्थलिंक (HealthLink) BC को 8-1-1 या आपके स्थानीय लोक स्वास्थ्य कार्यालय पर कॉल करके प्राप्त की जा सकती है।

अधिक सहायता के लिए, आप इम्यूनाइज़ेशन के संबंध में उपयोगी जानकारी के लिए इम्मयुनाइज़बीसी (ImmunizeBC) वेबसाइट पर भी पाई जा सकती है, जिसमें फ्लू के मौसम के दौरान इन्फ्लूएंजा क्लीनिक कि जगहें भी शामिल हैं।

वेबसाइट: www.immunizebc.ca

पूरे B.C. में कई फार्मासिस्ट टीके लगाने के लिए अधिकृत हैं। यह देखने के लिए कि क्या कोई प्रतिरक्षित फार्मासिस्ट उपलब्ध है, अपनी स्थानीय फार्मेसी पर कॉल करें

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "इम्यूनाइज़ेशन" दर्ज करें) टीकाकरण के बारे में जानकारी के लिए, और स्थानीय लोक स्वास्थ्य इकाइयों और उन फार्मेसियों को खोजने के लिए जहां टीकाकरण किया जाता है।

BC सेंटर फॉर डिजीज़ कंट्रोल (BCCDC) लोक स्वास्थ्य और रोगों पर कई प्रांतीय प्रोग्राम और क्लीनिकों का प्रबंधन करता है, जिसमें COVID-19 भी शामिल है, यहां देखें:

वेबसाइट: www.bccdc.ca/our-services

डिमेन्शिया सपोर्ट्स एंड सर्विसेस

B.C. की अल्जाइमर सोसायटी

पूरे प्रांत में समुदायों में सक्रिय, अल्जाइमर सोसायटी ऑफ B.C. का विज़न अल्जाइमर रोग और अन्य डिमेन्शिया से मुक्त दुनिया है, और यह दुनिया एक अधिक डिमेन्शिया-अनुकूल समाज के साथ शुरू होती है, जहां डिमेन्शिया से प्रभावित लोगों को स्वीकार किया जाता है, उनका सहयोग किया जाता है और उन्हें शामिल किया जाता है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 667-3742
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 681-6530
ईमेल: info@alzheimerbc.org
वेबसाइट: www.alzheimer.ca/en/bc

फर्स्ट लिंक® डिमेन्शिया सपोर्ट

अल्जाइमर सोसायटी ऑफ B.C. का First Link® डिमेन्शिया सहयोग अल्जाइमर रोग या किसी अन्य डिमेन्शिया से प्रभावित व्यक्तियों और परिवारों को डिमेन्शिया सफर में किसी भी समय समर्थन और शिक्षित करने के लिए जोड़ता है। स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं से रेफरल अग्रसक्रिय संपर्क की अनुमति देता है, या जनता हेल्पलाइन पर कॉल कर सकती है:

फर्स्ट लिंक® डिमेन्शिया हेल्पलाइन:
सोमवार से शुक्रवार को सुबह 9 बजे से शाम 4 बजे तक
फोन (टोल फ्री): 1 800 936-6033

LGBTQ2S

LGBTQ2S के रूप में पहचाने जाने वाले वृद्ध वयस्कों को देखभाल और सहायता संसाधनों तक पहुंचने में अनूठी चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है। गाइड का यह सेक्शन लिंग- और यौनसंबंधी-विशिष्ट संसाधनों के प्रोफाइल का आंकलन करता है ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि वृद्ध वयस्क अपने स्वास्थ्य और सहयोग की कई आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए सुरक्षित और समावेशी सेवाओं और स्थानों का पता लगा सकें। सूची में परिवार और उसी लिंग के दोस्तों और यौनसंबंधी-विविध व्यक्तियों के लिए संसाधन भी शामिल हैं, ताकि वे अपने प्रियजनों के बारे में अधिक जान सकें।

ट्रांस केयर BC (PHSA)

ट्रांस केयर BC लिंग-पुष्टि देखभाल और निम्नलिखित संबंधित मुद्दों के लिए विभिन्न प्रकार के संसाधन मुहैया करता है: कानूनी/वकालत, अप्रवासी और शरणार्थी, भागीदार और जीवन साथी, देखभालकर्ता और परिवार।

वेबसाइट: www.phsa.ca/transcarebc/care-support

प्राइडलाइन BC

ब्रिटिश कोलंबिया में किसी के लिए भी एक समान सपोर्ट, जानकारी और रेफरल।

फोन (टोल फ्री): 1 800 566-1170
फोन (लोअर मेनलैंड): 604 684-6869
सोमवार से शुक्रवार, शाम 7:00 बजे से शाम 10:00 बजे

ट्रांस लाइफलाइन

ट्रांस लाइफलाइन एक नई ट्रांसजेंडर क्राइसिस हॉटलाइन है, जिसने हाल ही में कनाडा में एक टोल-फ्री लाइन शुरू की है। उनका लक्ष्य किसी ऐसे व्यक्ति की सहायता करना है जो अपनी लैंगिक पहचान के साथ संघर्ष कर रहे हैं और उन्हें उन सेवाओं से जोड़ना है जो उनके सफर में उनकी सहायता कर सके।

फोन (टोल फ्री): 1 877 565-8860

पैरेंट्स एंड फैमिलीज़ ऑफ लेस्बियन्स एंड गेज़ BC

गे, लेस्बियन, बाइसेक्शूअल और ट्रांसजेंडर के बारे में सवाल उठाने वाले माता-पिता, परिवारों और दोस्तों के लिए जानकारी और सहयोग।

वेबसाइट: www.pflagcanada.ca/pflag-chpaters/british-columbia/

QMUNITY

वृद्ध वयस्क प्रोग्राम लेस्बियन, गे, बाइसेक्शूअल ट्रांसेक्सुअल, क्वीर और 55+ 2-स्पिरिट बुज़ुर्गों की सेवा करता है

फोन: 604 684-5307
ईमेल: reception@qmunity.ca
वेबसाइट: www.qmunity.ca/

मेडिकल असिस्टेंस इन डाईंग (MAID)

मेडिकल असिस्टेंस इन डाईंग (MAiD) तब होती है जब एक अधिकृत चिकित्सक या नर्स प्रैक्टिशनर उस व्यक्ति के अनुरोध पर जानबूझकर किसी व्यक्ति की मौत का कारण बनने वाली दवा मुहैया या बंदोबस्त करता है। यह प्रक्रिया केवल उन लोगों के लिए उपलब्ध है जो विशिष्ट पात्रता मानदंड पर खड़ा उतरते हैं। सभी डॉक्टर या नर्स प्रैक्टिशनर मरने में चिकित्सा सहायता प्रदान नहीं करते हैं।

यह सुनिश्चित करने के लिए कि यह सेवा एक सुरक्षित तरीके से मुहैया की जाती है, एक सूचित निर्णय लेने के लिए सभी लोगों की सुरक्षा और सहयोग के लिए सुरक्षा उपायों की एक प्रणाली तैयार की गई है।

MAiD के बारे में जानकारी चाहने वालों को अपने क्षेत्र में उपलब्ध विकल्पों के संबंध में अपने डॉक्टर या नर्स प्रैक्टिशनर से बात करनी चाहिए या अपने स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण की देखभाल समन्वय सेवा से संपर्क करना चाहिए।

फर्स्ट नेशंस समुदाय में रहने वाले लोगों या फर्स्ट नेशंस समुदायों में काम करने वाले देखभाल प्रदाताओं के लिए, अगर आपके कोई प्रश्न हैं या समन्वय में अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता है, तो कृपया फर्स्ट नेशन्स हेल्थ अथॉरिटी (maid@fnha.ca) को ईमेल करें।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "मेडिकल असिस्टेंस इन डाईंग" दर्ज करें)।

मृत्यु के बाद: जब कोई मर जाए तो क्या करें

जानें कि ब्रिटिश कोलंबिया में किसी की मृत्यु होने जाने पर क्या करना चाहिए। किसी की मृत्यु होने जाने पर आप निर्णय लेंगे कि आगे क्या करना है। इस वेबसाइट पर, पहले चरणों का पता लगाएं, सहायता विकल्पों की खोज करें और अंतिम संस्कार और वसीयत के बारे में जानें। हालांकि हर एक स्थिति अलग है, यह वेबसाइट आपको सही दिशा में गाइड करेगी।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "मृत्यु के बाद" दर्ज करें)।

नोट्स

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए,
www.SeniorsBC.ca पर जाएं

स्वस्थ बुढ़ापे के बारे में जानकारी के लिए और अपने समुदाय में सेवाएं पाने के लिए,
www.HealthLinkBC.ca पर जाएं

या हेल्थलिंक BC को 8-1-1 पर कॉल करें

आवास

आवास

बुज़ुर्गों की बढ़ती जनसंख्या के लिए आवास के विकल्प

परिवार के घर में आज़ादी से रहने से लेकर सहायता प्राप्त आवास में रहने तक, ब्रिटिश कोलंबिया में वरिष्ठ लोगों के पास आवास विकल्पों की एक विस्तृत श्रृंखला है। B.C. में बुज़ुर्गों के लिए भविष्य की आवास ज़रूरतों की योजना गंभीर है। 2029 तक, कनाडा के लगभग 30 प्रतिशत बुज़ुर्गों की आयु 75 से 84 के बीच होगी, और 13 प्रतिशत की आयु 85 वर्ष से अधिक होगी। वृद्ध बुज़ुर्गों की बढ़ती संख्या में से कई आज़ादी से रहने में सक्षम होंगे, लेकिन अन्य को अधिक सहयोग की आवश्यकता होगी। प्रांतीय सरकार विभिन्न प्रकार के प्रोग्रामों, सेवाओं और आवास विकल्पों को मुहैया करके ब्रिटिश कोलंबिया की विविध बुज़ुर्ग आबादी की अनूठी आवास ज़रूरतों को पूरा करने के लिए कड़ी मेहनत कर रही है।

यह सेक्शन उन लोगों को बूढ़े ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों के लिए प्रोग्रामों और सेवाओं के विषय में, बुज़ुर्गों के लिए रियायती सहायता प्राप्त जीवनयापन के बारे में जानकारी प्रदान करता है जिन्हें कुछ सहायता की आवश्यकता होती है, जिनके पास अपना स्वयं का घर होता है, जिसमें बुज़ुर्गों के लिए गृहपति अनुदान, संपत्ति आंकलन और संपत्ति कर आस्थगन शामिल हैं। चाहे व्यक्ति अपने घर के मालिक हों या किराए पर, वे या उनके मकान मालिक अपने घर को और अधिक सुलभ बनाने के लिए सहायता प्राप्त करने के पात्र हो सकते हैं--कई बुज़ुर्गों के लिए एक महत्वपूर्ण विचार जो उस स्थान पर जीवन बिताना चाहते हैं।

निश्चित आय पर रहने वाले कई बुज़ुर्गों के लिए किफ़ायती आवास ढूंढना एक बड़ा मुद्दा है। ब्रिटिश कोलंबिया सरकार निजी किराये के आवास में रहने वाले बुज़ुर्गों को किराए पर सब्सिडी प्रदान करती है और गैर-लाभकारी आवास प्रदाताओं और सरकार के अन्य स्तरों के साथ साझेदारी में निर्मित किफायती आवास इकाइयों में किराए पर सब्सिडी देती है। यह सेक्शन इस सेक्शन में इन प्रोग्रामों के बारे में अधिक जानकारी प्रदान करता है।

बुज़ुर्ग गृहपति

बुज़ुर्गों के लिए गृहपति अनुदान

गृहपति अनुदान संपत्ति करों की राशि को कम करता है जो एक व्यक्ति प्रत्येक वर्ष अपने मूल निवास पर भुगतान करता है। 65 वर्ष या उससे अधिक आयु का एक बुज़ुर्ग व्यक्ती और कुछ आवश्यकताओं को पूरा करने वाला, 570 डॉलर के नियमित अनुदान के शीर्ष पर 275 डॉलर के अतिरिक्त अनुदान के लिए पात्र हो सकता है। कैपिटल रीजनल डिस्ट्रिक्ट (Capital Regional District), मेट्रो वैंकूवर रीजनल डिस्ट्रिक्ट (Metro Vancouver Regional District) और फ्रेजर वैली (Fraser Valley) में 65 या उससे अधिक आयु वाले बुज़ुर्गों के लिए कुल अनुदान राशि 845 डॉलर है। प्रांत के अन्य सभी क्षेत्रों के लिए 65 वर्ष या उससे अधिक आयु के बुज़ुर्ग लोगों के लिए कुल अनुदान राशि 1045 डॉलर है।

सड़क रखरखाव और पुलिस सुरक्षा जैसी निधि सेवाओं में सहायता के लिए गृहपति अनुदान का दावा करने से पहले एक गृहपति को संपत्ति कर में कम से कम 100 डॉलर का भुगतान करना होगा।

गृहपति अनुदान के बारे में जानकारी के लिए, जिसमें अर्हता प्राप्त करने वाले और आवेदन कैसे करें, शामिल हैं:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "बुज़ुर्गों के लिए गृहपति अनुदान" दर्ज करें)।

अगर आपकी संपत्ति ग्रामीण क्षेत्र में है तो गृहपति अनुदान के बारे में किसी भी प्रश्न के लिए अपनी नगर पालिका या प्रांत से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.civicinfo.bc.ca/directories

या ग्रामीण क्षेत्र, कर सर्वेक्षक से संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 888-355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0555
ईमेल: ruraltax@gov.bc.ca

बुज़ुर्गों के लिए कम आय अनुदान अनुपूरक

लो इनकम ग्रांट सप्लीमेंट कम आय वाले बुज़ुर्गों को अपने गृहपति अनुदान को पूरक करने की अनुमति देता है अगर उनके मूल निवास के उच्च आंकलन मूल्य के कारण इसे कम या समाप्त कर दिया गया है। आवेदकों को गृहपति अनुदान और लो इनकम ग्रांट सप्लीमेंट के लिए अलग से आवेदन करना होगा।

अधिकांश कम-आय वाले बुज़ुर्ग लोग जो पूरक के लिए अर्हता प्राप्त करते हैं और आवेदन करते हैं, उन्हें 845 डॉलर (उत्तरी और ग्रामीण क्षेत्र में 1045 डॉलर) का चेक मिलता है। हालांकि, पूरक की राशि किसी व्यक्ति की आय और उनके घर के आंकलन मूल्य पर निर्भर करती है।

लो इनकम ग्रांट सप्लीमेंट के बारे में जानकारी के लिए, इसमें शामिल है कि कौन योग्यता प्राप्त करता है और आवेदन कैसे करें, देखें:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "बुज़ुर्गों के लिए गृहपति अनुदान" दर्ज करें)।

या लो इनकम ग्रांट सप्लीमेंट के बारे में प्रश्नों के लिए वित्त मंत्रालय में होम ऑनर ग्रांट एडमिनिस्ट्रेशन से यहां संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 888 355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0555
ईमेल: hogadmin@gov.bc.ca

संपत्ति का आंकलन

हर एक वर्ष जनवरी में, BC असेस्मेंट सभी संपत्ति मालिकों को एक संपत्ति आंकलन नोटिस भेजता है जो पिछले वर्ष 1 जुलाई की स्थिति के अनुसार संपत्ति के उचित बाजार मूल्य को दर्शाता है। इस बाजार मूल्य का उपयोग, आंशिक रूप से, कर अधिकारियों द्वारा आपके संपत्ति करों का हिसाब लगाने के लिए किया जाता है। जिन व्यक्तियों के पास अपने आंकलन नोटिस की जानकारी के बारे में प्रश्न या चिंताएं हैं, वे अपने स्थानीय BC असेस्मेंट कार्यालय से 31 जनवरी तक अपने आंकलन नोटिस के सामने लिखे फोन नंबर या पते पर संपर्क कर सकते हैं।

वेबसाइट: www.bcassessment.ca

संपत्ति कर आस्थगन

कर आस्थगन प्रोग्राम एक कम ब्याज ऋण प्रोग्राम है जो एक घर के मालिक को अगर वे 55 वर्ष या उससे अधिक उम्र के हैं, किसी भी उम्र के जीवित जीवनसाथी या विकलांग व्यक्ति हैं तो अपने मूल निवास पर अपने संपत्ति करों के सभी या कुछ हिस्से का भुगतान करने की अनुमति देता है।

अगर आवेदन स्वीकृत हो जाता है, तो प्रांत गृहपति के नगरपालिका या प्रांतीय संपत्ति करों का सीधे उनकी ओर से कर प्राधिकरण को भुगतान करता है। आस्थगित कर, ब्याज और एक प्रशासनिक शुल्क (यदि लागू हो) के साथ, प्रांत को चुकाया जाना चाहिए, या तो:

- इससे पहले कि संपत्ति जीवित जीवनसाथी के अलावा किसी नए मालिक को हस्तांतरित की जा सके; या
- घर के मालिक की मृत्यु पर, उनकी भूसंपत्ति के माध्यम से दुबारा भुगतान के साथ।

पात्रता मापदंड और आवेदन कैसे करें, सहित संपत्ति कर आस्थगन प्रोग्राम के बारे में अधिक जानकारी के लिए, जाएं:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "संपत्ति कर आस्थगन" दर्ज करें)

अधिक जानकारी के लिए उस कार्यालय से संपर्क करें जहां आप अपने संपत्ति कर का भुगतान करते हैं या टैक्स डिफर्मेंट ऑफ़िस से संपर्क करें:

Tax Deferment Office – Ministry of Finance
PO Box 9475 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9W6
फोन (टोल फ्री): 1 888 355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387 0555
ईमेल: taxdeferment@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "संपत्ति कर आस्थगन" दर्ज करें)

होम एडेप्टेशन्स

बुज़ुर्गों और विकलांग व्यक्तियों के लिए गृह नवीनीकरण टैक्स क्रेडिट

बुज़ुर्गों और विकलांग व्यक्तियों के लिए गृह नवीनीकरण टैक्स क्रेडिट एक वापसी योग्य व्यक्तिगत आयकर क्रेडिट है जो स्थायी घरेलू संशोधनों की लागत में सहायता करता है जो पहुंच में सुधार करता है या बुज़ुर्ग व्यक्ती को घर पर अधिक कार्यात्मक या चलनशील होने में मदद करता है।

अधिकतम क्रेडिट 1,000 डॉलर है और वार्षिक योग्य खर्चों के 10 प्रतिशत के रूप में हिसाब लगाया जाता है। क्रेडिट का दावा बुज़ुर्गों द्वारा किया जा सकता है, चाहे वे अपने घर के मालिक हों या किराए पर, और ऐसे व्यक्ति जो किसी बुज़ुर्ग रिश्तेदार के साथ घर साझा करते हों।

बुज़ुर्ग या बुज़ुर्ग के साथ रहने वाले परिवार के सदस्य अप्रैल 2012 के बाद किए गए खर्चों के लिए अपने वार्षिक व्यक्तिगत आयकर रिटर्न पर टैक्स क्रेडिट का दावा कर सकते हैं। क्रेडिट एक वापसी योग्य कर क्रेडिट है, जिसका अर्थ है कि अगर क्रेडिट बकाया करों से अधिक है, तो व्यक्ति को धनवापसी के रूप में अंतर प्राप्त होगा। अधिक जानकारी के लिए, वित्त मंत्रालय में BC इनकम टैक्सेशन ब्रांच से संपर्क करें।

PO Box 9444 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9W8
फोन (टोल फ्री): 1 877 387-3332
ईमेल: ITBTaxQuestions@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "सीनियर्स होम रेनोवेशन" दर्ज करें)

होम ऐडैप्टेशन फॉर इंडिपेंडेंस (HAFI) प्रोग्राम

होम ऐडैप्टेशन फॉर इंडिपेंडेंस (HAFI) प्रोग्राम कम शारीरिक क्षमता वाले लोगों के लिए एक अनुदान प्रोग्राम है। यह कम आय वाले परिवारों को पहुंच के लिए अपने घर में संशोधन के लिए भुगतान करने में मदद करता है। पिछले कई पानेवाले बड़े वयस्क थे, लेकिन धन किसी भी आयु के लोगों और बच्चों वाले परिवारों की सहायता के लिए उपलब्ध है। पात्र होने पर एक व्यक्ति वित्तीय सहायता में 20,000 डॉलर तक प्राप्त कर सकता है।

पात्रता आवश्यकताओं और आवेदन कैसे करें सहित प्रोग्राम के बारे में पूर्ण विवरण के लिए, BC हाउसिंग की वेबसाइट पर जाएं या नीचे दी गई संपर्क जानकारी का उपयोग करके BC हाउसिंग से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
वेबसाइट: www.bchousing.org/HAFI

बुज़ुर्गों के लिए आवास के विकल्प

शैलटर ऐड फॉर एल्डर्ली रेंटर्स (SAFER) प्रोग्राम

शैलटर ऐड फॉर एल्डर्ली रेंटर्स (SAFER) प्रोग्राम ऐसे पात्र B.C. आवासीयों के लिए किराए में सब्सिडी के लिए मासिक नकद भुगतान मुहैया करता है जो 60 वर्ष या उससे अधिक आयु के हैं और जो अपने घरों के लिए किराए का भुगतान करते हैं।

SAFER के लिए पात्रता मापदंड में शामिल हैं:

- आवेदक की आयु 60 वर्ष या उससे अधिक है;
- आवेदक अपने आवेदन से ठीक पहले पूरे 12 महीनों तक ब्रिटिश कोलंबिया में रहा हो;
- आवेदक और उनके जीवनसाथी (जिनके साथ वे रह रहे हैं) नागरिकता की आवश्यकताओं को पूरा करते हैं; तथा
- आवेदक अपने घर के किराए के लिए अपनी सकल (कर से पहले) मासिक घरेलू आय का 30 प्रतिशत से अधिक का भुगतान करता है, जिसमें एक निर्मित घर (ट्रेलर) के लिए पैड किराए पर लेने की लागत भी शामिल है, जिस पर आवेदक स्वामित्व और कब्जा करता है।

अगर निम्नलिखित में से कोई भी सत्य है तो आवेदक पात्र नहीं होंगे:

- आवेदक की आयु 60 वर्ष से कम है;
- आवेदक सब्सिडी वाले आवास या स्वास्थ्य मंत्रालय द्वारा वित्त पोषित आवासीय देखभाल सुविधा में रहता है;
- आवेदक सहकारी आवास में रहता है और एक शेयरधारक है;
- आवेदक या उनके परिवार को B.C. एम्प्लॉई मेन्ट एंड असिस्टेंस एक्ट या एम्प्लॉईमेन्ट असिस्टेंस फॉर पर्सन्स विथ डिसेबिलिटीज़ एक्ट (सिर्फ मेडिकल सर्विसेस को छोड़कर); के माध्यम से आय सहायता मिलती है।
- आवेदक या उनके जीवनसाथी (अगर लागू हो) एक निजी स्पान्सर्शिप समझौते के तहत कनाडा में हैं जो अभी भी लागू है;
- आवेदक ब्रिटिश कोलंबिया में नहीं रहता है;
- आवेदक अपने आवेदन से ठीक पहले पूरे 12 महीनों तक ब्रिटिश कोलंबिया में नहीं रहा हो;

- आवेदक नागरिकता की आवश्यकताओं को पूरा नहीं करता है; या
- आवेदक की सकल मासिक घरेलू आय अधिकतम अनुज्ञेय आय से अधिक है। प्रांत में घर के आकार और स्थान के आधार पर अधिकतम आय भिन्न होती है।
- पात्रता आवश्यकताओं और आवेदन कैसे करें सहित प्रोग्राम के बारे में पूर्ण विवरण के लिए, कृपया BC हाउसिंग की वेबसाइट पर जाएं या BC हाउसिंग से कार्य दिवसों में सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे के बीच संपर्क करें।

  फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
  फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
  वेबसाइट: www.bchousing.org (खोज बार में "SAFER" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के लिए किफ़ायती आवास

कम आय वाले बुज़ुर्ग बिना किसी सहयोग सेवाओं के आज़ादी से रहने में सक्षम, या घरेलू देखभाल की सहायता से, किफायती आवास विकास में रहने के लिए आवेदन कर सकते हैं।

B.C. में तीन प्रकार के किफायती आवास विकास हैं:

- लोक आवास – BC हाउसिंग द्वारा प्रबंधित;
- गैर-लाभकारी आवास – गैर-लाभकारी संस्थाओं द्वारा प्रबंधित; तथा
- सहकारी आवास – निवासियों द्वारा प्रबंधित।

कई किफायती आवास विकास हाउसिंग रजिस्ट्री पर सूचीबद्ध हैं, जो BC हाउसिंग द्वारा अनुरक्षित एक केंद्रीकृत लिस्टिंग और एप्लिकेशन सेवा है। हाउसिंग रजिस्ट्री में लोक आवास और कुछ गैर-लाभकारी और सहकारी आवास प्रदाता शामिल हैं। दूसरे गैर-लाभकारी और सहकारी आवास प्रदाता अपनी स्वयं की रजिस्ट्रियां बनाए रखते हैं।

B.C. में उपलब्ध सब्सिडी वाले आवास विकल्पों के बारे में पूरी जानकारी के लिए और आवेदन कैसे करें, कृपया BC हाउसिंग की वेबसाइट पर जाएं या BC हाउसिंग के कार्य दिवसों में सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे के बीच संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
वेबसाइट: www.bchousing.org
(खोज बार में "हाउसिंग असिस्टन्स" दर्ज करें)

सीनियर्स सपोर्टिव हाउसिंग

सीनियर्स सपोर्टिव हाउसिंग प्रोग्राम बड़े वयस्कों, बुज़ुर्गों और विकलांगों को आवास और सहायता सेवाएं मुहैया करता है। प्रोग्राम कम आय वाले ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों की सहायता करता है जो 55 वर्ष या उससे अधिक उम्र के हैं, और किसी भी उम्र के लोग जिनकी विकलांगता या कम क्षमता है।

पात्रता निर्धारित करने के लिए, आवेदकों से पूछा जा सकता है:

1. अगर वे आपकी वर्तमान जीवन स्थिति में कम आत्मनिर्भर होते जा रहे हैं?
2. अगर वे सेवाओं के साथ किसी संशोधित घर में रह रहे होते तो क्या वे अपनी आत्मनिर्भरता हासिल कर सकते थे?
3. क्या वे निम्नलिखित निर्देशों सहित किसी आपात स्थिति में उचित तरीके से प्रतिक्रिया दे सकते हैं?

4. क्या वे अभी भी खाने, संवारने और स्नान करने सहित अपनी व्यक्तिगत देखभाल का प्रबंध कर सकते हैं?

प्रोग्राम के बारे में अधिक जानकारी के लिए और आवेदन कैसे करें, कृपया BC हाउसिंग की वेबसाइट पर जाएं या BC हाउसिंग के कार्य दिनों में सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे के बीच संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
वेबसाइट: www.bchousing.org (खोज बार में "सब्सिडाइज्ड हाउसिंग" दर्ज करें)

सब्सिडाइज्ड असिस्टेड लिविंग

इंडिपेंडेंट लिविंग BC (ILBC) प्रोग्राम एक सब्सिडाइज्ड, असिस्टेड-लिविंग प्रोग्राम है जो बुज़ुर्ग और विकलांग लोगों को सहयोग सेवाओं के साथ आवास प्रदान करता है। इस प्रोग्राम की सहायता प्राप्त जीवित इकाइयां घरेलू देखभाल और दीर्घकालिक देखभाल घर के बीच एक मध्यम विकल्प मुहैया करती हैं, ताकि व्यक्ति आत्मनिर्भरता से रहना जारी रख सकें।

रेफरल प्राप्त करने के लिए आवेदकों को स्वास्थ्य प्राधिकरण में स्वास्थ्य देखभाल कार्यकर्ता से बात करनी होगी। स्वास्थ्य देखभाल कार्यकर्ता एक आवेदक की जरूरतों की समीक्षा करेगा, एक आंकलन पूरा करेगा और पात्र आवेदकों को एक इकाई के लिए प्रतीक्षा सूची में रखेगा। प्रोग्राम के बारे में अधिक जानकारी के लिए कृपया BC हाउसिंग की वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.bchousing.org
(खोज बार में "इंडिपेंडेंट लिविंग BC प्रोग्राम" दर्ज करें)

सीनियर्स सर्विसेस सोसायटी

यह गैर-लाभकारी संगठन ब्रिटिश कोलंबिया में रहने वाले बुज़ुर्गों के लिए सभी प्रकार के आवास विकल्पों और सेवाओं के बारे में जानकारी मुहैया करता है। बेघर या बेघर होने के जोखिम वाले बुज़ुर्गों के लिए विशेष प्रोग्राम और आउटरीच उपलब्ध हैं। सीनियर्स सपोर्ट बैंक ऑफ BC ऐसे 60 वर्ष और उससे अधिक आयु के बुज़ुर्ग लोगों को धन की पेशकश कर सकता है जो मेट्रो वैंकूवर में रहते हैं और धन की अस्थायी कमी, या वित्तीय संकट के कारण बेदखली के जोखिम में हैं। सोसायटी न्यू वेस्टमिंस्टर में बुज़ुर्गों के लिए आत्मनिर्भरता से जीवन जीने के प्रोग्राम (जैसे मील्स ऑन व्हील्स, बेटर एट होम और सामाजिक प्रोग्राम) भी मुहैया करती है। अधिक जानकारी के लिए, नीचे दिए गए कॉन्टैक्ट्स का उपयोग करें।

Seniors Services Society
750 Carnarvon St.
New Westminster BC V3M 1E7
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 520-6621
ईमेल: info@seniorsservicessociety.ca
वेबसाइट: www.seniorsservicessociety.ca

लैंडलॉर्ड एंड टेनेंट्स (मकान मालिक और किराएदार)

अपने अधिकारों और जिम्मेदारियों को जानें

रेजिडेंशियल टेनन्सी ब्रांच

रेजिडेंशियल टेनन्सी ब्रांच ज़मींदारों और किरायेदारों को उनके अधिकारों और जिम्मेदारियों, और रेजिडेंशियल टेनन्सी एक्ट एंड मैन्युफैक्चर्ड होम पार्क टेनन्सी एक्ट के तहत विकल्पों के बारे में जानकारी मुहैया करती है। ब्रांच किरायेदारी से संबंधित विवादों को सुलझाने में मदद करने के लिए जानकारी मुहैया कर सकती है, जैसे कि नुकसान के दावे, सुरक्षा जमा की वापसी, किराए में वृद्धि और बेदखली नोटिस। जहां विवाद का समाधान ज़मीनदार और किराएदार द्वारा नहीं किया जा सकता है, वहां कोई भी पक्ष विवाद समाधान के लिए सीधे किसी ब्रांच कार्यालय, सर्विस BC में या ऑनलाइन आवेदन कर सकता है। रेजिडेंशियल टेनन्सी ब्रांच मैन्युफैक्चर्ड होम पार्क टेनन्सी के लिए सूचना और विवाद समाधान सेवाएं भी मुहैया करती है।

मकान मालिक और किराएदार के अधिकारों और जिम्मेदारियों के बारे में जानकारी उनकी वेबसाइट पर उपलब्ध है। किसी सूचना अधिकारी से बात करने या B.C. में किराए पर 24 घंटे दर्ज़ की गई जानकारी सुनने के लिए, नीचे सूचीबद्ध नंबरों पर कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 665-8779
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-1020
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-1602
ईमेल: HSRTO@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "रेजिडेंशियल टेनन्सी" दर्ज करें)

नोट्स

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए,
www.SeniorsBC.ca पर जाएं

स्वस्थ बुढ़ापे के बारे में जानने के लिए और अपने समुदाय में सेवाएं पाने के लिए,
www.HealthLinkBC.ca पर जाएं

या हेल्थलिंक BC को 8-1-1 पर कॉल करें

एक जगह से दूसरी जगह जाना

एक जगह से दूसरी जगह जाना

बुज़ुर्गों को सक्रिय रहने में मदद करने के लिए परिवहन महत्वपूर्ण है

यह सेक्शन बुज़ुर्गों के लिए उपलब्ध विभिन्न परिवहन प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी मुहैया करता है। BC फेरीज़ पर ट्रांज़िट किराए और पैसेज जैसी परिवहन सेवाओं के लिए छूट है। BC बस पास प्रोग्राम 60 B.C. से अधिक समुदायों में पेश किया जाता है और हर साल 65,000 से अधिक लोगों को लाभ होता है।

ऐसे मामले में जहां किसी व्यक्ति को अपने लिए ड्राइव करने के लिए किसी की आवश्यकता होती है, कई स्थानीय सामुदायिक संगठन स्वयंसेवी ड्राइविंग सेवाएं मुहैया करते हैं, या व्यक्तियों को व्यावसायिक ड्राइविंग सेवाओं से जोड़ सकते हैं। बुज़ुर्ग हैंडीडार्ट (HandyDART) और टैक्सी सेवर प्रोग्राम जैसी विशिष्ट सेवाओं को भी प्राप्त सकते हैं।

बुज़ुर्ग लोग ऑटोमोबाइल बीमा पर कम दरों के लिए योग्य हैं। बुज़ुर्गों के लिए ड्राइवर के लाइसेंस और पूर्व सैनिकों के लिए लाइसेंस प्लेट के बारे में जानकारी इस सेक्शन में पाई जा सकती है। रोड रिपोर्ट और ट्रैवल वेदर अपडेट्स के लिए, ड्राइवबीसी (DriveBC) की वेबसाइट हालात, यात्रा के खतरों और सड़क बंद होने के बारे में छोटी से छोटी जानकारी मुहैया करती है।

एक रिकॉर्ड के अनुसार सात में से एक कनाडाई अब 65 वर्ष या उससे अधिक आयु के हैं, सड़क पर पहले से कहीं अधिक बुज़ुर्ग हो सकते हैं। कई बुज़ुर्ग लोग यह जानने के लिए उत्सुक हैं कि उन्हें कितनी देर तक गाड़ी चलाना जारी रखना चाहिए। यह सेक्शन ड्राइवर को मेडिकल फिटनेस और एक ऑनलाइन टूलकिट मुहैया करता है ताकि बुज़ुर्ग ड्राइवरों को उनके ड्राइविंग कौशल का आंकलन और सुधार करने में मदद मिल सके।

ड्राइविंग विकल्प

ट्रांज़िट पर सीनियर्स के भाड़े पर छूट

ब्रिटिश कोलंबिया में बुज़ुर्ग लोग (उम्र 65 या उससे अधिक) अधिकांश लोक ट्रांज़िट प्रणालियों पर रियायती यात्रा के लिए पात्र हैं। विस्तृत जानकारी के लिए कृपया निम्नलिखित एजेंसियों से संपर्क करें:

मेट्रो वैंकूवर क्षेत्र

ट्रांसलिंक (TransLink)
फोन: 604 953-3333
वेबसाइट: www.new.translink.ca

ग्रेटर विक्टोरिया क्षेत्र

BC ट्रांज़िट
फोन: 250 382-6161
वेबसाइट: www.bctransit.com/victoria

ब्रिटिश कोलंबिया में कहीं और

BC ट्रांज़िट की वेबसाइट पर जाएं और अपने स्थानीय ट्रांजिट सिस्टम की खोज करें।
वेबसाइट: www.bctransit.com

बस पास प्रोग्राम

BC बस पास प्रोग्राम कम आय वाले बुज़ुर्गों और विकलांग व्यक्तियों को किफायती परिवहन मुहैया करता है। पात्र लोग कम कीमत पर वार्षिक पास खरीद सकते हैं। बस पास स्काईट्रेन (SkyTrain) और सीबस (SeaBus) सहित BC ट्रांज़िट और ट्रांसलिंक (TransLink) पर अतिरिक्त लागत के बिना यात्रा की अनुमति देता है। हैंडीडार्ट (HandyDART) या वेस्ट कोस्ट एक्सप्रेस पर बस पास मान्य नहीं है।

पात्रता

BC बस पास प्रोग्राम के लिए पात्र होने के लिए, आवेदक को निम्नलिखित मापदंडों में से एक को पूरा करना होगा:

- फेडरल गारंटी इनकम सप्लीमेंट (GIS), फेडरल अलाउंस (ओल्ड एज सिक्युरिटी), फेडरल स्पाउज़ल अलाउंस या अलाउंस फॉर सर्वाइवर प्राप्त करना;
- 18 वर्ष या उससे अधिक आयु के और मिनिस्ट्री ऑफ सोशल डेवलपमेंट एंड पॉवर्टी रिएक्शन से विकलांग व्यक्तियों के लिए सहायता प्राप्त करना;
- 60 वर्ष या उससे अधिक आयु और प्रोविन्स ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया से आय सहायता प्राप्त करना;
- 65 वर्ष या उससे अधिक आयु के और GIS के लिए अर्हता प्राप्त करते हैं, लेकिन कनाडा में 10-वर्ष रहने की आवश्यकता को पूरा नहीं करते हैं;
- 18 वर्ष या उससे अधिक आयु के, फर्स्ट नेशंस रिजर्व में रहना और बैंड ऑफिस से विकलांगता सहायता प्राप्त करना; या
- 60 वर्ष या उससे अधिक आयु के, और फर्स्ट नेशंस रिजर्व में रहना और बैंड ऑफिस से सहायता प्राप्त करना।

विकलांग डेज़िग्नेशन वाले व्यक्तियों के साथ जो लोग रिजर्व में रहते हैं और अपने बैंड से सहायता प्राप्त करते हैं, उन्हें जानकारी के लिए अपने बैंड कार्यालय से संपर्क करना चाहिए।

- आपका नाम
- सोशल इंश्योरेंस नंबर (SIN)
- फोन नंबर
- जन्म तिथि
- अंग्रेजी के अलावा अन्य बोली जाने वाली भाषा

BC बस पास प्रोग्राम

डाक पता:
PO Box 9985 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9R6
फोन (टोल फ्री): 1 866 866-0800; फिर संकेतों का पालन करें
ईमेल: SDSIBUSPA@gov.bc.ca

अगर आपका नाम या पता बदल जाता है तो यह सुनिश्चित करने के लिए कि आप अगले वर्ष का आवेदन और पास प्राप्त करें, कृपया प्रोग्राम से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "बस पास प्रोग्राम" दर्ज करें)

सामुदायिक यात्रा प्रशिक्षण प्रोग्राम BC ट्रांज़िट

कम्यूनिटी ट्रैवल ट्रेनिंग प्रोग्राम एक नि:शुल्क सेवा है जो ऐसे बुज़ुर्ग और विकलांग लोगों को प्रशिक्षण मुहैया करती है जो नियमित ट्रांजिट सेवा का उपयोग करना चाहते हैं।

यात्रा प्रशिक्षकों को ट्रांजिट प्रणाली का गहन ज्ञान होता है और वे बुज़ुर्ग और विकलांग व्यक्तियों के सामने आने वाली समस्याओं से वाकिफ होते हैं। उनके पास सहायक उपकरणों, गतिशीलता सहायता और विशेष आवश्यकताओं की एक श्रृंखला के साथ काम करने का अनुभव होता है, और वे बुज़ुर्ग लोगों और उनके देखभालकर्ता या परिवार के सदस्य के साथ काम करेंगे, और ट्रांजिट प्रणाली का उपयोग करते हुए आश्वासन प्रदान करने के लिए फॉलो अप मुहैया करेंगे।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 384-7723
वेबसाइट: www.bctransit.com

पहुंच योग्य ट्रांजिट

ट्रांसलिंक (TransLink) यह सुनिश्चित करने के लिए कि विकलांग, बुज़ुर्ग और नए अप्रवासी लोग मेट्रो वैंकूवर में लोक ट्रांज़िट का उपयोग करते समय सहज और आश्वस्त रहें और उसके के लिए विभिन्न प्रकार की सेवाएं मुहैया करता है।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 953-3680
वेबसाइट: www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit.aspx

हैंडीडार्ट (HandyDART) सेवा

हैंडीडार्ट (HandyDART) शारीरिक या संज्ञानात्मक विकलांग यात्रियों के लिए डोर-टू-डोर, साझा सवारी सेवा है जो सहायता के बिना पारंपरिक लोक ट्रांज़िट का उपयोग करने में असमर्थ हैं।

BC ट्रांज़िट: BC ट्रांज़िट वेबसाइट पर हैंडीडार्ट संबंधित जानकारी खोजने के लिए, अपने समुदाय को खोजें, या इसे मानचित्र पर खोजें, फिर "राइडर की जानकारी" पर क्लिक करें।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 727-7811 (सोमवार से शुक्रवार, सुबह 8 बजे से शाम 5 बजे तक)

फोन (अन्य समुदाय) BC में: 250 385-2551
(सोमवार से शुक्रवार को सुबह 8 बजे से शाम 4:30 बजे तक)
वेबसाइट: www.bctransit.com/victoria/riderinfo/handydart

ट्रांसलिंक (TransLink) मेट्रो वैंकूवर में, कृपया अपने स्थानीय सामुदायिक संसाधन केंद्र से संपर्क करें, नीचे दिए गए नंबर पर TransLink को कॉल करें, या ट्रांसलिंक की वेबसाइट पर जाएं।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 575-6600
(सोमवार से शुक्रवार को सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक और शनिवार को सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक)
वेबसाइट: www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit/HandyDART.aspx

हैंडीकार्ड प्रोग्राम (TRANSLINK)

रियायती किराया और एक अटेंडेंट के लिए मुफ्त यात्रा

हैंडीकार्ड बस, स्काईट्रेन, सीबस और वेस्ट कोस्ट एक्सप्रेस पर रियायती किराये की कीमतों पर यात्रा करने की अनुमति देता है, और एक सहायक आपके साथ नि:शुल्क यात्रा कर सकता है।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 953-3333
(सोमवार से शुक्रवार को सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक और शनिवार को सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक)

टैक्सी सेवर प्रोग्राम

BC ट्रांज़िट: जब हैंडीडार्ट आपकी यात्रा की जरूरतों को पूरा नहीं कर सकता है, तो आप एक बार की यात्राओं के लिए टैक्सी सेवर वाउचर का उपयोग कर सकते हैं। टैक्सी सेवर वाउचर केवल स्थायी रूप से पंजीकृत हैंडीडार्ट राइडर्स के लिए उपलब्ध हैं। वे टैक्सी की सवारी की लागत पर 50 प्रतिशत सब्सिडी मुहैया करते हैं। इस प्रोग्राम का उपयोग करने के लिए आपके पास हैंडीपास होना चाहिए।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 995-5618
ईमेल: taxi_saver@bctransit.com

ट्रांसलिंक (केवल मेट्रो वैंकूवर)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 778 452-2860

ग्रेटर विक्टोरिया या मेट्रो वैंकूवर के बाहर, अपने स्थानीय ट्रांजिट ऑपरेटर से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.bctransit.com

टैक्सी बिल ऑफ राइट्स

टैक्सी बिल ऑफ राइट्स सिद्धांतों का एक बयान है, जो टैक्सी ड्राइवरों और यात्रियों दोनों की अपेक्षाओं को रेखांकित करता है। टैक्सी बिल ऑफ राइट्स का उद्देश्य मेट्रो वैंकूवर में टैक्सी सेवा में सुधार करना है। टैक्सी यात्रियों का अधिकार है:

- किसी भी ड्यूटी पर उपलब्ध टैक्सी ड्राइवर द्वारा लिया और उनके बताए गए गंतव्य तक पहुंचाया जाए;
- पोस्ट की गई दर का भुगतान नकद, स्वीकृत क्रेडिट कार्ड या टैक्सी सेवर वाउचर द्वारा करें;
- एक विनम्र ड्राइवर जो अनुरोध किए जाने पर सहायता करता है;
- सहायक कुत्ते या पोर्टेबल गतिशीलता सहायता के साथ यात्रा करें;
- एक टैक्सी जो साफ, धूम्रपान मुक्त और अच्छी मरम्मत में हो;
- रूट को निर्देशित करें, या सबसे किफायती रूट की अपेक्षा करें;
- एक शांत वातावरण, अनुरोध पर; तथा
- एक विस्तृत रसीद, अनुरोध किए जाने पर।

इन अधिकारों के बारे में अधिक जानकारी निम्नलिखित पर पाई जा सकती है: वेबसाइट: www.taxirights.gov.bc.ca

फेरी से सफर करने का किराया

BC फेरीज़

B.C. के ऐसे बुज़ुर्ग लोग जिनकी की आयु 65+ है छुट्टियों को छोड़कर, सोमवार से गुरुवार (11 नवंबर को स्मरण दिवस सहित) के अधिकांश BC फेरीज़ रूट्स पर निःशुल्क यात्रा करते हैं। यह सिर्फ यात्री किराए पर लागू होता है।

नोट: नि: शुल्क किराया उत्तरी रूट्स पर लागू नहीं है जहां बुज़ुर्गों को इन रूट्स के लिए यात्री किराए से एक तिहाई छूट मिलती है।

फोन करने पर ग्राहक और आरक्षण संबंधित जानकारी उपलब्ध है।

फोन (उत्तरी अमेरिका, टोल-फ्री): 1 888 BC फेरी
(1 888 223-3779)
फोन (Rogers या TELUS मोबिलिटी नेटवर्क्स पर सेल फोन): *BCF (*223)
फोन (उत्तरी अमेरिका के बाहर): 1 800 223-3779

अधिक जानकारी के लिए, BC फेरीज़ को कॉल करें या BC फेरीज़ की वेबसाइट पर जाएं:

वेबसाइट: www.bcferries.com

इनलैंड फेरीज़

मिनिस्ट्री ऑफ ट्रान्स्पोर्टेशन एंड इंफ्रास्ट्रक्चर के साथ कॉन्ट्रैक्ट के तहत संचालित अंतर्देशीय घाटों पर पैसेज जनता के लिए निःशुल्क उपलब्ध है। इसमें यात्री और वाहन दोनों शामिल हैं। रूट और शेड्यूल की जानकारी, साथ ही अलग-अलग रूट्स के लिए टेलीफोन नंबर, ऑनलाइन उपलब्ध हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "इनलैंड फेरीज़" दर्ज करें)

मिनिस्ट्री ऑफ ट्रान्स्पोर्टेशन एंड इंफ्रास्ट्रक्चर की मरीन ब्रांच, या ड्राइवबीसी (DriveBC) के माध्यम से भी जानकारी उपलब्ध है।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 778 974-5387
वेबसाइट: www.drivebc.ca

सीनियर ड्राइवर्स

सीनियर्स वीइकल इंश्योरेंस सेविंग्स

1 सितंबर, 2019 से प्रभावी, 65 वर्ष या उससे अधिक आयु के बुज़ुर्गों को ड्राइविंग अनुभव के 40 वर्षों तक के लिए बुनियादी बीमा बचत प्राप्त होगी। मूल बीमा खुद के या पट्टे पर लिए गए वाहनों को कवर करता है जिनका उपयोग एक कैलेंडर माह में छह दिन आने-जाने, व्यवसाय या डिलीवरी के लिए किया जाता है।

जिन व्यक्तियों को B.C. सरकार के फ्यूल टैक्स रिफंड प्रोग्राम फॉर पर्सन्स विथ डिसेबिलिटीज़ के तहत मंजूरी दी गई है वे भी अपने बेसिक ऑटोप्लान इंश्योरेंस पर अतिरिक्त 25 प्रतिशत छूट के लिए अर्हता प्राप्त कर सकते हैं। विवरण के लिए कृपया अपना ऑटोप्लान ब्रोकर देखें।

इन छूटों के बारे में अधिक जानकारी के लिए ICBC से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-3051
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 661-2800
वेबसाइट: www.icbc.com
(खोज बार में "डिस्काउंट्स एंड सेविंग्स" दर्ज करें)

ड्राइवर्ज़ लाइसैंस

65 वर्ष से अधिक आयु के वरिष्ठ लोगों के लिए, ICBC ड्राइवर लाइसेंसिंग कार्यालयों द्वारा दी जाने वाली कुछ सेवाओं के लिए शुल्क कमी या निःशुल्क किया जाता है।

कम शुल्क इस पर लागू होते हैं:

- ड्राइवर के लाइसेंस का नवीनीकरण
- मूल ब्रिटिश कोलंबिया पहचान पत्र

नि:शुल्क सेवाओं में शामिल हैं:

- ड्राइविंग छोड़ने और अपने ड्राइविंग लाइसेंस को सरेंडर करने वाले व्यक्तियों को एक ब्रिटिश कोलंबिया का पहचान पत्र जारी करना; तथा
- रोडसेफ्टीबीसी (RoadSafetyBC) द्वारा पहल की गई ड्राइवर की रोड परीक्षण परीक्षा।
- अधिक जानकारी के लिए ICBC से संपर्क करें।

  फोन (टोल फ्री): 1 800 950-1498
  फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 978-8300
  वेबसाइट: www.icbc.com (खोज बार में "ड्राइवर लाइसेंसिंग" दर्ज करें)

सीनियर्स ड्राइवर्स टूलकिट

कैनेडियन ऑटोमोबाइल एसोसिएशन (CAA) सीनियर ड्राइवर्स टूलकिट एक ऑनलाइन संसाधन पोर्टल है जिसे पुराने ड्राइवरों को अपने स्वयं के ड्राइविंग कौशल का आंकलन करने, बदलती क्षमताओं के बारे में जानने और यदि आवश्यक हो, तो उनके ड्राइविंग को संशोधित और सुधारने में सहायता करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। चिकित्सा और स्वास्थ्य विशेषज्ञों की एक टीम के साथ CAA द्वारा विकसित, इस ऑनलाइन संसाधन का उद्देश्य पुराने ड्राइवरों और उनके प्रियजनों की सहायता करना है:

- अधिक स्वयं-आंकलन और सूचित निर्णय लेने को बढ़ावा देना;
- उम्र बढ़ने से संबंधित शारीरिक परिवर्तनों और संभावित जोखिमों के बारे में जागरूकता बढ़ाना जो वे स्वयं पुराने ड्राइवरों, उनके यात्रियों और अन्य रोड उपयोगकर्ताओं के लिए पैदा कर सकते हैं;
- ड्राइविंग के लिए यथार्थवादी समाधान, विकल्प और ऑल्टर्नटिव्ज़ मुहैया करना; तथा
- ऐसे प्रत्यक्ष (और अप्रत्यक्ष) लाभों की अधिक समझ को बढ़ावा देना जो उनकी गतिशीलता की जरूरतों के संबंध में जिम्मेदार विकल्प और निर्णय लेने के परिणामस्वरूप हो सकते हैं।

  वेबसाइट: www.caa.ca/seniors/

चालक की चिकित्सा जांच रिपोर्ट और बढ़े हुए सड़क आंकलन

ब्रिटिश कोलंबिया के ड्राइवर मेडिकल फिटनेस प्रोग्राम के माध्यम से, ड्राइवरों का आंकलन यह निर्धारित करने के लिए किया जाता है कि वे ड्राइव करने के लिए शारीरिक, संज्ञानात्मक और चिकित्सीय रूप से फिट हैं:

- जब वे ब्रिटिश कोलंबिया के ड्राइविंग लाइसेंस के लिए आवेदन करते हैं;
- नियमित अंतराल पर अगर उनके पास कमर्शियल क्लास ड्राइवर का लाइसेंस होता है;
- जब एक चिकित्सा पेशेवर, पुलिस अधिकारी, संबंधित परिवार के सदस्य या अन्य व्यक्ति (डॉक्टर, पंजीकृत मनोवैज्ञानिक और ऑप्टोमेट्रिस्ट के पास मोटर वीइकल एक्ट के तहत रिपोर्टिंग दायित्व है) से एक विश्वसनीय रिपोर्ट प्राप्त होती है; तथा
- 80 साल की आयु से शुरू होने वाले नियमित अंतराल पर, ड्राइविंग को प्रभावित करने वाली चिकित्सा स्थितियां लोगों की आयु के रूप में अधिक आम हैं।

ऊपर सूचीबद्ध किसी भी मापदंड को पूरा करने वाले ड्राइवरों को मेल द्वारा ड्राइवर्स मेडिकल इग्ज़ैमिनेशन रिपोर्ट्स (DMER) फॉर्म प्राप्त होगा। फॉर्म को डॉक्टर या नर्स प्रैक्टिशनर द्वारा उसके पीछे विस्तृत निर्देशों के अनुसार पूरा किया जाना चाहिए और समीक्षा के लिए रोडसेफ्टीबीसी (RoadSafety) BC को भेजा जाना चाहिए। व्यक्तियों को उनके ड्राइविंग लाइसेंस की स्थिति में परिवर्तन के बारे में लिखित रूप में सूचित किया जाएगा या अगर ड्राइव करने के लिए उनकी फिटनेस का निर्धारण करने के लिए अधिक जानकारी या आंकलन की ज़रूरत है।

ध्यान दें कि DMER को पूरा करने की आवश्यकता के लिए हमेशा इन्हैन्स्ट रोड असेसमेंट (ERA) की आवश्यकता नहीं होती है; DMER पूरा करने वाले ड्राइवरों का केवल एक छोटा प्रतिशत ERA पूरा करने के लिए आवश्यक है।

ड्राइवर फिटनेस और चिकित्सा आवश्यकताओं के बारे में अधिक जानकारी या सामान्य पूछताछ के लिए, रोडसेफ्टीबीसी (RoadSafetyBC) से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1-855-387-7747
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-7747
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "ड्राइवर मेडिकल फिटनेस" दर्ज करें)

ड्राइवर लाइसेंसिंग और ड्राइवर परीक्षण के बारे में अधिक जानकारी के लिए ICBC से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 950-1498
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 978-8300
वेबसाइट: www.icbc.com
(खोज बार में "ड्राइवर लाइसेंसिंग और परीक्षण" दर्ज करें)

वेट्रन्स के लिए लाइसेंस प्लेट

वेट्रन विशेषता लाइसेंस प्लेट सेवा करने वाले वेट्रन्स के लिए उपलब्ध हैं:

- युद्ध के दौरान;
- युद्ध के बाद की क्षमता में, शांति स्थापना मिशन; या
- कैनेडियन आर्म्ड फॉर्सेज़ की कमान के तहत NATO या UN ऑपरेशन के दौरान, RCMP, नगरपालिका पुलिस या करेक्शनल सर्विसेज़ ऑफ कनाडा के सदस्य शामिल हैं।

एक वेट्रन विशेषता लाइसेंस प्लेट के लिए आवेदन करने के लिए, ICBC की वेबसाइट से आवेदन पत्र प्रिंट करें या ऑटोप्लान ब्रोकर से एक प्रति प्राप्त करें।

वेबसाइट: www.icbc.com (खोज बार में "वेट्रन प्लेट" दर्ज करें)

आवेदन प्रक्रम या पात्रता आवश्यकताओं के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया निम्नलिखित संगठनों में से किसी एक से संपर्क करें:

ब्रिटिश कोलंबिया वेट्रन्स कमेमोरेटिव असोसिएशन
वेबसाइट: www.bcveterans.org
रॉयल कैनेडियन लीजन/BC युकोन कमांड
वेबसाइट: www.legionbcyukon.ca
कैनेडियन पीसकीपिंग वेट्रन्स एसोसिएशन
वेबसाइट: www.cpva.ca

DriveBC.ca

ड्राइवबीसी की वेबसाइट ब्रिटिश कोलंबिया में प्रमुख हाईवेज़ के लिए हाईवे की स्थिति पर सबसे वर्तमान जानकारी के साथ अप्डेट की जाती है। DriveBC की वेबसाइट पर जाएं या मौसम की जानकारी, यात्रा सलाह, रोड बंद होने पर, वेबकैम, U.S. – B.C. का सीमा यातायात प्रतीक्षा समय, अंतर्देशीय नौका कार्यक्रम, BC फेरीज़ शेड्यूल, ट्रांसलिंक, BC ट्रांजिट, और अन्य महत्वपूर्ण लिंक तक पहुंचने के लिए नीचे दिए गए टोल-फ्री नंबर पर कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 550-4997
वेबसाइट: www.drivebc.ca

नोट्स

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए,
www.SeniorsBC.ca पर जाएं

स्वस्थ बुढ़ापे के बारे में जानने के लिए और अपने समुदाय में सेवाएं पाने के लिए,
www.HealthLinkBC.ca पर जाएं

या हेल्थलिंक BC को 8-1-1 पर कॉल करें

आपके वित्तीय साधन

वित्त

बुज़ुर्गों की वित्तीय ज़रूरतों के लिए सहयोग

कनाडा भर में बुज़ुर्ग लोग अधिक समय तक जीवित रहे हैं और पहले से कहीं अधिक सक्रिय, अधिक प्रौद्योगिकी-साक्षर और आर्थिक रूप से अधिक सुरक्षित हैं। जबकि कई बुज़ुर्ग अच्छा प्रदर्शन करते हैं, अन्य वित्तीय चुनौतियों का अनुभव करते हैं और उन्हें सहयोग की आवश्यकता हो सकती है।

अच्छी वित्तीय योजना उम्र बढ़ने के साथ जीवन की गुणवत्ता बनाए रखने में मदद कर सकती है। कम आय वाले बुज़ुर्गों को उनकी आय के पूरक में मदद करने के लिए प्रोग्रामों उपलब्ध हैं। इनमें संघीय ओल्ड एज सिक्योरिटी एंड गारंटीड इनकम सप्लीमेंट प्रोग्राम और B.C. सीनियर्स सप्लीमेंट शामिल हैं।

एक बुज़ुर्ग भी कर की राशि को कम करने के लिए विभिन्न प्रांतीय और संघीय कर क्रेडिट के लिए पात्र हो सकता है। यह सेक्शन आय सुरक्षा प्रोग्रामों और कर क्रेडिट के बारे में जानकारी मुहैया करता है।

यह *आपका बचाव और सुरक्षा (Your Safety and Security)* का सेक्शन अक्षमता योजना और कानूनी और वित्तीय निर्णय लेने के लिए किसी को कैसे नियुक्त किया जाए, यदि आप कभी भी इन निर्णयों को स्वयं लेने में असमर्थ महसूस करते हैं, साथ ही साथ उपभोक्ता संरक्षण और घोटालों और धोखाधड़ी के बारे में जानकारी मुहैया करता है।

अपनी सेवानिवृत्ति के लिए वित्त पोषण करना

ओल्ड एज सिक्योरिटी पेंशन

ओल्ड एज सिक्योरिटी (OAS) पेंशन कनाडा के नागरिकों और कनाडा के कानूनी निवासियों को भुगतान की जाने वाली एक संघ-वित्त पोषित आधार मासिक पेंशन है, जो 65 वर्ष की आयु तक पहुंच चुके हैं और निवास की आवश्यकताओं को पूरा करते हैं।

ऐसे व्यक्ति जो किसी अन्य देश में रहते हैं या काम करते हैं, जिसका कनाडा के साथ सामाजिक सुरक्षा समझौता है, इस समझौते के तहत आप कनाडा या अन्य देश से OAS लाभों के लिए पात्र हो सकते हैं।

OAS लाभ दरों की समीक्षा जनवरी, अप्रैल, जुलाई और अक्टूबर में की जाती है ताकि उपभोक्ता मूल्य सूचकांक द्वारा मापी गई जीवनयापन की लागत में वृद्धि को प्रतिबिंबित किया जा सके। सक्रिय नामांकन पत्र प्राप्त न होने पर एक व्यक्ति को अपने 65वें जन्मदिन से कम से कम छह महीने पहले या OAS लाभ प्राप्त करने के लिए अपनी पात्रता की तारीख से आवेदन करने की आवश्यकता होती है। जुलाई 2013 तक, एक व्यक्ति उच्च मासिक राशि के बदले, पात्र होने की तिथि के बाद 60 महीने तक OAS पेंशन प्राप्त करने को आस्थगित कर सकता है। OAS और प्रोग्राम में विभिन्न परिवर्तनों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, सर्विस कनाडा से संपर्क करें, या उनकी वेबसाइट पर जाए।

फोन (कनाडा और अमेरिका, अंग्रेज़ी, टोल-फ्री): 1 800 277-9914
फोन (कनाडा और अमेरिका, फ्रेंच, टोल-फ्री): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री TTY): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "ओल्ड एज सिक्योरिटी" दर्ज करें)

गारंटीड इनकम सप्लीमेंट

गारंटीड इनकम सप्लीमेंट (GIS) कनाडा में रहने वाले पात्र कम आय वाले वरिष्ठ लोगों को ओल्ड एज सिक्योरिटी पेन्शन के ऊपर अतिरिक्त धन मुहैया करता है। व्यक्तियों को GIS प्राप्त करने के लिए आवेदन करना होगा, जो कि वार्षिक आय पर आधारित है, या एक जीवनसाथी या सामान्य-कानूनी भागीदार की संयुक्त आय जो उनके वार्षिक आयकर रिटर्न में रिपोर्ट की गई है।

अगर व्यक्ति पात्र बने रहते हैं और समय पर अपना वार्षिक आयकर रिटर्न फाइल करते हैं, तो GIS लाभ प्रत्येक वर्ष स्वचालित रूप से नवीनीकृत हो जाते हैं। अगर कोई व्यक्ति समय पर अपना आयकर रिटर्न फाइल नहीं करता है, या अगर अधिक जानकारी की ज़रूरत होती है, तो आवेदकों को मेल में एक नवीनीकरण फॉर्म प्राप्त होगा। GIS के बारे में अधिक जानकारी के लिए, सर्विस कनाडा से संपर्क करें, या उनकी वेबसाइट पर जाएं।

फोन (कनाडा और अमेरिका, अंग्रेज़ी, टोल-फ्री): 1 800 277-9914
फोन (कनाडा और अमेरिका, फ्रेंच, टोल-फ्री): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca/
(खोज बार में "गारंटीड इनकम सप्लीमेंट" दर्ज करें)

वृद्धावस्था सुरक्षा पेंशन प्राप्त नहीं करने वाले बुज़ुर्गों के लिए आय सहायता

बुज़ुर्ग लोग जो 65 वर्ष या उससे अधिक के हैं और ओल्ड एज सिक्योरिटी पेन्शन और गारंटीड इनकम सप्लीमेंट के लिए पात्र नहीं हैं, वे BC इम्प्लॉइमेन्ट एंड असिस्टेंस (BCEA) प्रोग्राम से आय सहायता के लिए पात्र हो सकते हैं। पात्रता वार्षिक आय, संपत्ति और अन्य कारकों पर आधारित है। अधिक जानकारी के लिए कृपया संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 866 866-0800; 2 दबाएं
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "OAS ना प्राप्त करने वाले B.C. इनकम असिस्टेंस फॉर सीनियर्स" दर्ज करें)

अलाउंस/अलाउंस फॉर द सर्वाइवर

ऐसे बुज़ुर्ग जो ओल्ड एज सिक्योरिटी और गारंटीड इनकम सप्लीमेंट दोनों प्राप्त करने वाले किसी व्यक्ति का जीवनसाथी या सामान्य-कानूनी भागीदार हैं, अलाउंस नामक लाभ के लिए अर्हता प्राप्त कर सकते हैं। अलाउंस 60 से 64 वर्ष की आयु वाले पात्र लो-इनकम वाले व्यक्तियों को अतिरिक्त धन मुहैया करता है। लाभ राशि एक व्यक्ति और उसके जीवनसाथी या सामान्य कानूनी भागीदार की संयुक्त आय पर आधारित होती है।

ऐसे मामले में जहां 60 से 64 वर्ष की आयु के कम आय वाले बुज़ुर्ग व्यक्ति के जीवनसाथी या सामान्य कानूनी भागीदार की मृत्यु हो जाती है (या मृत्यु हो चुकी है), तो सर्वाइवर को 65 वर्ष की आयु तक अलाउंस फॉर द सर्वाइवर नामक एक लाभ प्राप्त हो सकता है। सभी पात्रता मापदंडों के लिए कृपया सर्विस कनाडा वेबसाइट देखें।

अलाउंस/अलाउंस फॉर द सर्वाइवर प्राप्त करने के लिए आवेदन करना होगा। अगर व्यक्ति पात्र बने रहते हैं और समय पर अपना वार्षिक आयकर रिटर्न फाइल करते हैं, तो लाभ प्रत्येक वर्ष स्वचालित रूप से नवीनीकृत हो जाएंगे।

अगर आप समय पर अपना रिटर्न फाइल नहीं करते हैं, या अगर अधिक जानकारी की ज़रुरत है, तो आपको मेल में एक नवीनीकरण फॉर्म प्राप्त होगा। चूंकि आपकी वार्षिक आय साल-दर-साल बदल सकती है, आपको हर साल अपनी आय या तो एक आवेदन पत्र भरकर या अपना आयकर रिटर्न फाइल करके देनी होगी।

अलाउंस या अलाउंस फॉर द सर्वाइवर के बारे में अधिक जानकारी के लिए, सर्विस कनाडा से संपर्क करें, या उनकी वेबसाइट पर जाएं।

फोन (कनाडा और अमेरिका, अंग्रेज़ी, टोल-फ्री): 1 800 277-9914
फोन (कनाडा और अमेरिका, फ्रेंच, टोल-फ्री): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "60-64 आयु वर्ग के लोगों के लिए अलाउंस" दर्ज करें)
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "अलाउंस फॉर द सर्वाइवर" दर्ज करें)

कनाडा पेंशन योजना

कनाडा पेंशन योजना (CPP) उन लोगों के लिए एक सेवानिवृत्ति पेंशन और अन्य लाभ मुहैया करती है जिन्होंने कनाडा में पेड एम्प्लॉईमेन्ट के माध्यम से योजना में योगदान दिया है। CPP लाभ की राशि नियोजित समय के दौरान आपके द्वारा किए गए योगदान से निर्धारित होती है। जीवन यापन की लागत में वृद्धि के साथ CPP को हर जनवरी में मुद्रास्फीति के लिए समायोजित किया जाता है। व्यक्तियों को CPP लाभ प्राप्त करने के लिए आवेदन करना होगा – सेवानिवृत्ति लाभ स्वचालित रूप से शुरू नहीं होते हैं, सिवाय उन लोगों को जो 65 वर्ष के होने पर CPP विकलांगता लाभ प्राप्त कर रहे थे। CPP के लिए आवेदन कम से कम छह महीने पहले जमा किए जाने चाहिए, इससे पहले कि आवेदक अपनी CPP पेंशन शुरू करना चाहते हों।

अगर कोई व्यक्ति CPP सेवानिवृत्ति लाभों को जल्दी (60-64 आयु) शुरू करने के लिए आवेदन करता है, तो उन्हें कम पेंशन मिलेगी। अगर वे 65 वर्ष की आयु के बाद और 70 वर्ष की आयु तक आवेदन करते हैं, तो उन्हें बढ़ी हुई पेंशन प्राप्त होगी। अगर वे 65 वर्ष की आयु में अपनी पेंशन शुरू करने के लिए आवेदन करते हैं, तो उन्हें आपकी पूरी पेंशन राशि बिना किसी वृद्धि या कमी के प्राप्त होगी।

वे लोग जो किसी ऐसे अन्य देश में रहते या काम करते हैं, जिसका कनाडा के साथ सोशल सिक्योरिटी एग्रीमेंट है, या अगर कोई व्यक्ति किसी ऐसे व्यक्ति का जीवित जीवनसाथी या सामान्य कानूनी भागीदार है जो कनाडा के साथ सोशल सिक्योरिटी एग्रीमेंट करने वाले किसी अन्य देश में रहता या काम करता है, तो वे कनाडा या दूसरे देश से लाभ के पात्र हो सकते हैं।

उन व्यक्तियों के लिए जिन्होंने अनिवार्य वर्षों के लिए CPP में योगदान दिया है, CPP मृत्यु पर उनकी संपत्ति के अनुपात में एक बार एकमुश्त मृत्यु लाभ की भी पेशकश करता है। इसके अलावा, किसी व्यक्ति का जीवनसाथी या सामान्य कानूनी साथी मासिक सर्वाइवर पेंशन प्राप्त करने के लिए पात्र हो सकता है। 25 वर्ष की आयु तक के डिपेन्डेन्ट बच्चे भी लाभ के पात्र हो सकते हैं (18 से 25 वर्ष के बीच के बच्चों को फुल टाइम स्कूल जाना चाहिए)।

2019 से शुरू, कनाडा पेंशन योजना (CPP) को धीरे-धीरे बढ़ाया जाएगा। इसका मतलब है कि लोगों को अधिक योगदान करने के बदले में अधिक लाभ मिलेगा। CPP वृद्धि केवल उन व्यक्तियों को प्रभावित करेगी जो काम कर रहे हैं और 2019 तक CPP में योगदान कर रहे हैं।

CPP के बारे में अधिक जानकारी के लिए सर्विस कनाडा से संपर्क करें।

फोन (कनाडा और अमेरिका, अंग्रेज़ी, टोल-फ्री): 1 800 277-9914
फोन (कनाडा और अमेरिका, फ्रेंच, टोल-फ्री): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "कनाडा पेंशन योजना" दर्ज करें)

अधिक जानकारी के लिए, इस गाइड के इस सेक्शन में *वर्किंग सीनियर्स* के तहत इम्प्लॉइड सीनियर्स रिसीविंग CPP देखें।

वेट्रन्स अफेयर्स कनाडा

वेट्रन्स अफेयर्स कनाडा (VAC) पात्र वेट्रन्स, उनके परिवारों और देखभालकर्ताओं के लिए घर और सामुदायिक सुविधाओं दोनों में कई तरह की सेवाएं और लाभ मुहैया करता है। इनमें विकलांगता के लाभ, वेट्रन्स और उनके परिवारों के लिए वित्तीय सहायता, स्वास्थ्य देखभाल, राहत देखभाल, उपशामक देखभाल, विशेष उपकरण, और विशेष जरूरतों वाले वेट्रन्स के लिए घरेलू अनुकूलन के लिए सहयोग शामिल हैं। VAC समुदाय और प्रांत द्वारा वेट्रन्स, और उनके परिवारों और देखभालकर्ताओं की जरूरतों को पूरा करने के लिए प्रदान की जाने वाली सेवाओं को एक साथ लाने में भी मदद कर सकता है। अधिक जानकारी के लिए, वेट्रन्स अफेयर्स कनाडा को कॉल करें या उनकी वेबसाइट पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 866 522-2122
वेबसाइट: www.veterans.gc.ca/eng/services

सीनियर्स सप्लीमेंट

सीनियर्स सप्लीमेंट ऐसे कम आय वाले बुज़ुर्ग लोगों के लिए एक मासिक भुगतान है जो फ़ेडरल ओल्ड ऐज सिक्योरिटी और गारंटीड इनकम सप्लीमेंट या फ़ेडरल अलाउंस ले रहे हैं। अगर किसी पात्र बुज़ुर्ग की आय का स्तर प्रांत द्वारा गारंटीड स्तर से नीचे आता है, तो अंतर को पूरा करने के लिए सप्लीमेंट मुहैया किया जाता है। जो पात्र हैं उन को स्वचालित रूप से भुगतान किया जाता है – बुज़ुर्गों को आवेदन करने की ज़रूरत नहीं होती है।

अधिक जानकारी के लिए, सीनियर्स सप्लीमेंट कॉल सेंटर से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 866 866-0800; 2 दबाएं
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "सीनियर की सप्लीमेंट प्रोग्राम" दर्ज करें)

रजिस्टर्ड रिटायरमेंट सेविंग्स प्लान्स

रजिस्टर्ड रिटायरमेंट सेविंग्स प्लान्स (RRSP) एक सेवानिवृत्ति बचत योजना है जो ऐसे समय में तत्काल कर लाभ मुहैया करती है जब किसी व्यक्ति की आय आम तौर पर अधिक होती है और बाद के वर्षों में करों को आस्थगित कर देती है जब उनकी आय आम तौर पर कम होती है।

RRSP एक सेवानिवृत्ति बचत योजना है जहां आपके देय कर को कम करने के लिए आपके कर रिटर्न पर योग्य योगदान काटा जा सकता है। व्यक्तियों के पास अपने RRSP में योगदान करने के लिए 71 की आयु तक पहुंचने वाले वर्ष के 31 दिसंबर तक का समय है।

RRSPs के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपनी आयकर गाइड देखें या CRA वेबसाइट देखें:

Website: www.canada.ca
(खोज बार में "रजिस्टर्ड रिटायरमेंट सेविंग्स प्लान्स" दर्ज करें)

वर्किंग सीनियर्स

एम्प्लॉयमेंट इन्शुरन्स बेनिफिट्स

ऐसे बुज़ुर्ग लोग जो 65 वर्ष की आयु के बाद भी काम करना जारी रखना चाहते हैं, वे कनाडा में अन्य श्रमिकों के समान एम्प्लॉयमेंट इन्शुरन्स (EI) लाभों के पात्र हैं। आपको योग्यता और पात्रता शर्तों को पूरा करना होगा।

व्यक्तियों को एक ही समय में पेंशन आय और EI लाभ मिल सकते हैं। अगर कोई काम पर लौटता है और दावा स्थापित करने के लिए एंटाइटलमेंट कंडीशंस को पूरा करने वाले पर्याप्त बीमा योग्य घंटे जमा करता है, तो उनकी पेंशन आय उनके EI लाभों से नहीं काटी जाएगी। एम्प्लॉयमेंट इन्शुरन्स के लाभों के लिए आवेदन ऑनलाइन किया जा सकता है:

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "अप्लाई एम्प्लॉयमेंट इन्शुरन्स बेनिफिट्स" दर्ज करें)

अधिक जानकारी के लिए सर्विस कनाडा से संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 800 206-7218

अगर आप सेल्फ-एम्प्लॉयड हैं, और EI प्रोग्राम तक पहुंच के लिए पंजीकृत हैं, तो आप EI के विशेष लाभों के लिए आवेदन करने के योग्य हो सकते हैं। सेल्फ-एम्प्लॉयड कनाडिअन्स के लिए EI के बारे में अधिक जानकारी के लिए, सर्विस कनाडा वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "अप्लाई EI सेल्फ-इम्प्लॉइड" दर्ज करें)

EI उन व्यक्तियों को कम्पैशनेट केयर बेनिफिट्स प्रदान करता है, जिन्हें अस्थायी रूप से काम से दूर होना चाहिए ताकि वे परिवार के किसी ऐसे सदस्य की देखभाल या सहयोग प्रदान कर सकें जो मौत के एक महत्वपूर्ण जोखिम के साथ गंभीर रूप से बीमार है। कौन पात्र है और कैसे आवेदन करें, इस बारे में अधिक जानकारी के लिए सर्विस कनाडा वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "देखभाल लाभ और छुट्टी" दर्ज करें)

EI उन व्यक्तियों को सिकनेस बेनिफिट्स मुहैया करता है जो बीमारी, चोट या क्वारंटाइन के कारण काम करने में असमर्थ हैं। कौन पात्र है और कैसे आवेदन करें, इस बारे में अधिक जानकारी के लिए सर्विस कनाडा वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "EI सिकनेस बेनिफिट्स" दर्ज करें)

CPP पेंशन और लाभ प्राप्त करने वाले कार्यरत बुजुर्ग

वे व्यक्ति जो कनाडा पेंशन योजना (CPP) रिटायरमेंट पेंशन प्राप्त करते हुए काम करना जारी रखते हैं, और जिनकी आयु 70 वर्ष से कम है, वे CPP में भाग लेना जारी रख सकते हैं। CPP योगदान पोस्ट-रिटायरमेंट बेनिफिट्स (PRB) की ओर जाएगा, जिससे किसी व्यक्ति की सेवानिवृत्ति आय में वृद्धि होगी। व्यक्ति योग्य हैं अगर वे:

- 60 से 70 वर्ष की आयु के हैं
- CPP के लिए काम करना और योगदान देना
- CPP या क्यूबेक पेंशन योजना (QPP) से रिटायरमेंट पेंशन प्राप्त करना।
- यह लाभ प्राप्त करने के लिए, व्यक्तियों और उनके नियोक्ता को CPP में योगदान करना होगा। सेल्फ-इम्प्लॉइड व्यक्तियों को CPP योगदान के कर्मचारी और नियोक्ता दोनों भागों का भुगतान करना होगा।

65 वर्ष से कम आयु के कार्यरत CPP रिटायरमेंट पेंशन प्राप्तकर्ताओं के लिए CPP योगदान अनिवार्य है। 65 वर्ष की आयु से, व्यक्ति CPP में योगदान नहीं करने का विकल्प चुन सकते हैं।

यह चुनाव कैसे करें, या CPP योगदान के बारे में अधिक जानकारी के लिए, आयकर गाइड देखें, कनाडा रेवेन्यू एजेंसी को कॉल करें, या नीचे दी गई वेबसाइट पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "CPP पोस्ट-रिटायरमेंट बेनिफिट्स" दर्ज करें)

टैक्स क्रेडिट

निम्नलिखित जानकारी टैक्स क्रेडिट का वर्णन करती है जो व्यक्तियों के लिए उपलब्ध हो सकती है जब वे अपना वार्षिक आयकर और लाभ रिटर्न तैयार करते और जमा करते हैं।

एज अमाउंट

मूल व्यक्तिगत राशि के अलावा, जो व्यक्ति वर्ष के दौरान 65 वर्ष के हो गए (या अधिक), एज अमाउंट का दावा करने के हकदार हो सकते हैं, जो पात्र बुजुर्गों को उनके देय आयकर को कम करने के लिए एक गैर-वापसी योग्य टैक्स क्रेडिट की अनुमति देता है। व्यक्ति जिस राशि का दावा कर सकता है वह उनकी शुद्ध आय पर आधारित है।

पेंशन आय राशि

पेंशन आया, मासिक पेंशन या वार्षिकी भुगतान प्राप्त करने वाले व्यक्ति, पेंशन आय राशि का दावा करने के योग्य हो सकते हैं। एक व्यक्ति की योग्य पेंशन आय राशि का उपयोग उनके संघीय आयकर को कम करने के लिए उपयोग किए जाने वाले कुल गैर-वापसी योग्य टैक्स क्रेडिट के निर्धारण में किया जाएगा।

जीवनसाथी से ट्रांस्फर हुई राशि

व्यक्ति अपने जीवनसाथी को लाभ राशि ट्रांस्फर करने के योग्य हो सकते हैं, जिसके लिए वे अर्हता प्राप्त करते हैं, लेकिन उन्हें अपने संघीय आयकर को शून्य करने के लिए उपयोग करने की ज़रूरत नहीं है। उदाहरण के लिए, एक जीवनसाथी एज अमाउंट, पेंशन आय राशि या विकलांगता राशि को ट्रांस्फर करने के योग्य हो सकते हैं।

पेंशन आय का विभाजन

पात्रता आवश्यकताओं को पूरा करने वाले व्यक्ति भी अपनी पात्र पेंशन आय को अपने जीवनसाथी या सामान्य कानूनी साथी के साथ विभाजन के विचार का पता लगाना चाहते हैं। आय का विभाजन का उपयोग करके, व्यक्ति अपनी पेंशन आय का आधा हिस्सा अपने जीवनसाथी या सामान्य कानूनी भागीदार को आयकर उद्देश्यों के लिए ट्रान्स्फर करने के योग्य हो सकते हैं।

पेंशन आय का विभाजन के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया अपनी आयकर गाइड देखें, कनाडा रेवेन्यू एजेंसी को कॉल करें या canda.ca पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "पेंशन विभाजन" दर्ज करें)

अन्य राशि

व्यक्ति नर्सिंग होम में एक परिचारक या पूर्णकालिक देखभाल के लिए मेडिकल खर्च और खर्चों के लिए राशि का दावा करने का योग्य हो सकते हैं।

अधिक जानकारी के लिए, कृपया अपनी आयकर गाइड देखें, कनाडा रेवेन्यू एजेंसी को कॉल करें या उनकी वेबसाइट पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "मेडिकल खर्च टैक्स क्रेडिट" दर्ज करें)

विकलांगता टैक्स क्रेडिट

शारीरिक या मानसिक कार्यों में गंभीर और लंबे समय तक दुर्बलता वाले व्यक्ति विकलांगता टैक्स क्रेडिट का दावा करने के पात्र हो सकते हैं। पात्रता निर्धारित करने के लिए, फॉर्म T2201, विकलांगता टैक्स क्रेडिट सर्टिफिकेट को पूरा करें और इसे एक योग्य व्यवसायी द्वारा प्रमाणित करें। एक बार पूरा होने पर, प्रमाणित मूल फॉर्म अपने कर केंद्र को भेजें।

अधिक जानकारी के लिए, अपनी आयकर गाइड देखें, कनाडा रेवेन्यू एजेंसी को कॉल करें या canada.ca पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "विकलांगता टैक्स क्रेडिट" दर्ज करें)

गुड्स एंड सर्विसेज टैक्स (GST) क्रेडिट

GST क्रेडिट एक कर-मुक्त त्रैमासिक भुगतान है जो कम और मामूली आय वाले व्यक्तियों और परिवारों को उनके द्वारा भुगतान किए जाने वाले GST के सभी या उसके हिस्से को ऑफसेट करने में मदद करता है।

GST क्रेडिट भुगतान प्राप्त करने के लिए, व्यक्तियों को प्रत्येक वर्ष अपना आयकर रिटर्न फाइल करना होगा, भले ही उन्हें उस वर्ष के दौरान कोई आय प्राप्त न हुई हो। कनाडा रेवेन्यू एजेंसी क्रेडिट भुगतान की गणना के लिए आयकर और लाभ रिटर्न से जानकारी का उपयोग करती है और उन लोगों को सलाह देगी जो क्रेडिट प्राप्त करने के पात्र हैं।

अगर आपका कोई जीवनसाथी या सामान्य कानून भागीदार है, तो आप में से केवल एक ही क्रेडिट प्राप्त कर सकता है। क्रेडिट का भुगतान उस व्यक्ति को किया जाएगा जिसके टैक्स रिटर्न का पहले आंकलन किया जा चुका है, और राशि वही होगी जो इसे (जोड़े में) प्राप्त करता है।

अधिक जानकारी के लिए, अपनी आयकर गाइड देखें, कनाडा रेवेन्यू एजेंसी को कॉल करें, या उनकी वेबसाइट पर जाएं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 387-1193
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "GST क्रेडिट" दर्ज करें)

सेल्स टैक्स क्रेडिट

व्यक्ति कर वर्ष के लिए सेल्स टैक्स क्रेडिट का दावा करने के पात्र हैं अगर वे कर वर्ष के 31 दिसंबर को B.C. के निवासी थे और निम्नलिखित में से कोई भी उन पर लागू होता है:

- 19 वर्ष या उससे अधिक उम्र के हैं;
- एक जीवनसाथी या सामान्य कानूनी साथी है; या
- माता-पिता हैं।

व्यक्ति अपने लिए 75 डॉलर तक और आपके साथ रहने वाले जीवनसाथी या सामान्य-कानूनी साथी के लिए 75 डॉलर का दावा कर सकते हैं। अगर वे अविवाहित हैं, तो उनकी नैट आय का 15,000 डॉलर से अधिक का दो प्रतिशत क्रेडिट कम हो जाता है। अगर उनके पास एक साथ रहने वाला जीवनसाथी या सामान्य-कानूनी भागीदार है, तो उनके परिवार की शुद्ध आय 18,000 डॉलर से अधिक का दो प्रतिशत क्रेडिट कम हो जाता है।

ब्रिटिश कोलंबिया क्रेडिट फॉर्म (BC479) का उपयोग करके व्यक्ति अपने T1 आयकर रिटर्न फाइल करते समय सेल्स टैक्स क्रेडिट का दावा कर सकते हैं। क्रेडिट उस हद तक वापसी योग्य है, जो इससे अधिक है और व्यक्ति का आयकर देय है। निम्नलिखित वेबसाइट पर ब्रिटिश कोलंबिया क्रेडिट फॉर्म तक पहुंचें:

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "BC479" दर्ज करें)

ब्रिटिश कोलंबिया क्लाइमेट एक्शन टैक्स क्रेडिट

BC क्लाइमेट एक्शन टैक्स क्रेडिट कम आय वाले ब्रिटिश कोलंबिया के निवासियों के लिए प्रोविंशियल कार्बन टैक्स की लागत को ऑफसेट करने में मदद करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। टैक्स क्रेडिट को त्रैमासिक संघीय GST/HST क्रेडिट के साथ जोड़ा जाता है।

जुलाई 2019 से जून 2020 की अवधि के लिए अधिकतम वार्षिक भुगतान राशि आपके लिए 154.50 डॉलर, आपके जीवनसाथी या सामान्य-कानून साथी के लिए 154.50 डॉलर, और प्रति बच्चा 45.50 डॉलर (एकल माता-पिता परिवार में पहले बच्चे के लिए 154.50 डॉलर) है।

बिना संतान वाले एकल व्यक्तियों के लिए, अधिकतम क्रेडिट उनकी नैट आय 34,876 डॉलर से अधिक का दो प्रतिशत कम हो जाता है। परिवारों के लिए, अधिकतम क्रेडिट उनके समायोजित परिवार की नैट आय 40,689 डॉलर से अधिक का दो प्रतिशत क्रेडिट कम हो जाता है। शुद्ध नैट थ्रेशहोल्ड प्रांतीय मुद्रास्फीति के अनुपात में वार्षिक रूप से अनुक्रमित की जाती है।

अधिक जानकारी के लिए:

फोन (टोल फ्री): 1 877 387-3332; 2 दबाएं
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-3332 “2” दबाएं
ईमेल: ITBTaxQuestions@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में “क्लाइमेट एक्शन टैक्स” दर्ज करें)
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में “BC क्लाइमेट एक्शन टैक्स क्रेडिट” दर्ज करें)

अगर आप मूव होते हैं

कनाडा रेवेन्यू एजेंसी को पते के किसी भी परिवर्तन के बारे में तुरंत सूचित करें, यहां तक की अगर आप सीधे जमा का उपयोग करते हैं और आपका बैंक खाता भी नहीं बदलता है। यह सुनिश्चित करेगा कि भुगतान बाधित या बंद न हो।

अपना पता बदलने के लिए, जाएं:

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में “अपना पता कैसे बदलें” दर्ज करें)

व्यक्तिगत आयकर और ट्रस्ट पूछताछ – कनाडा रेवेन्यू एजेंसी

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में “टेलीफोन नंबर्स – CRA” दर्ज करें)

वर्चुअल टैक्स क्लिनिक फाइंडर

यह वेबसाइट करों के बारे में गहन जानकारी प्रदान करती है। साइट उन व्यक्तियों के लिए संपर्क जानकारी भी प्रदान करती है जो बुज़ुर्ग वयस्कों को निःशुल्क कर सेवाएं प्रदान करते हैं। बड़े वयस्क जो अपने समुदाय में मुफ्त टैक्स सेवा प्रदान कर रहे हैं।

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "फ्री टैक्स क्लीनिक" दर्ज करें)

पॉवर ऑफ अटॉर्नी

पॉवर ऑफ अटॉर्नी एक कानूनी दस्तावेज है जो किसी दूसरे व्यक्ति (व्यक्तियों) को नियुक्त करता है, जिसे "अटॉर्नी (वकील)" कहा जाता है, जो किसी के व्यवसाय और संपत्ति से निपटने और किसी की ओर से वित्तीय और कानूनी निर्णय लेने के लिए नियुक्त करता है। इसका दायरा व्यापक हो सकता है या विशिष्ट मामलों तक सीमित हो सकता है। अगर कोई व्यक्ति मानसिक रूप से अक्षम हो जाता है, तो एक "नियमित" (गैर-स्थाई) अटॉर्नी की शक्ति समाप्त हो जाती है। अगर कोई व्यक्ति चाहता है कि पॉवर ऑफ अटॉर्नी जारी रहे, यहां तक की वे वित्तीय निर्णय लेने में मानसिक रूप से अक्षम हो जाते हैं, तो वह स्थायी पॉवर ऑफ अटॉर्नी बनाने का विकल्प चुन सकते हैं। स्थायी अटर्नी की शक्तियों सहित अक्षमता की अग्रिम योजना बनाने के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया इस गाइड का आपका बचाव और सुरक्षा सेक्शन देखें। अधिक जानकारी और फार्म के लिए पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी की वेबसाइट देखें।

वेबसाइट: www.trustee.bc.ca
(खोज बार में "पर्सनल प्लानिंग" दर्ज करें)

बचाव एवं सुरक्षा

बचाव एवं सुरक्षा

प्रोटेक्शन एंड सपोर्ट व्हेन यू नीड इट

तेजी से बढ़ती बुज़ुर्गों की जनसंख्या के साथ, ब्रिटिश कोलंबिया प्रांत में बड़े वयस्कों की रक्षा और सुरक्षा में सहयोग करने के लिए आवश्यक जानकारी और सेवाएं मुहैया करने के लिए प्रतिबद्ध है।

गाइड का यह सेक्शन सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार और अनदेखी की बढ़ती समस्या के बारे में जानकारी मुहैया करता है। चिंता है कि कोई बुज़ुर्ग के साथ दुर्व्यवहार कर रहा है या अनदेखी कर रहा है, और यह एक आपात स्थिति है, इसकी सूचना पुलिस को दी जा सकती है (9-1-1 या अपने स्थानीय आपातकालीन नंबर पर डायल करें)। अगर यह कोई आपात स्थिति नहीं है, तो इस सेक्शन में *बड़ों के साथ दुर्व्यवहार और उपेक्षा निवारण* शीर्षक के अंतर्गत संपर्क जानकारी देखें।

इस सेक्शन में उन कानूनी विकल्पों और संसाधनों के बारे में भी जानकारी उपलब्ध है जो भविष्य में अक्षमता की स्थिति में योजना बनाने में सक्षम वयस्कों की सहायता के लिए उपलब्ध हैं। इसमें कानूनी और वित्तीय, या स्वास्थ्य और व्यक्तिगत देखभाल के निर्णय लेने के लिए किसी को नियुक्त करने के तरीके के बारे में जानकारी शामिल है, अगर कोई इन निर्णयों को स्वयं करने में असमर्थ हो जाता है। एक अग्रिम देखभाल योजना में स्वास्थ्य देखभाल के लिए व्यक्तिगत विश्वासों, मूल्यों और इच्छाओं पर चर्चा करना और लिखना शामिल है। यह सेक्शन *माई वॉयस – एक्सप्रेस्सिंग माई विशेस फॉर फ्यूचर हेल्थ केयर ट्रीटमेंट* जैसे संसाधन प्रदान करता है, जो व्यक्तियों को अपनी अग्रिम देखभाल योजना बनाने में मदद करेगा ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि कोई भी देखभाल उनकी इच्छा के अनुसार की जाती है।

घोटाले और धोखाधड़ी भी बुज़ुर्गों के लिए चिंता के विषय हैं। यह सेक्शन उन संगठनों के बारे में जानकारी प्रदान करता है जो बुज़ुर्गों को अनुचित व्यावसायिक प्रैक्टिसेज़ और निवेश धोखाधड़ी से बचाने में मदद कर सकते हैं। साथ ही, अपराध के पीड़ितों के लिए उपलब्ध सहायता और सेवाओं के बारे में जानकारी और बुज़ुर्गों और उनके परिवारों को तैयार होने और आपातकाल या प्राकृतिक आपदा की स्थिति में सुरक्षित रहने में मदद करने के लिए सूचना और संसाधन उपलब्ध हैं।

बड़ों के साथ दुर्व्यवहार और उपेक्षा निवारण

बाद के जीवन में दुर्व्यवहार और अनदेखी एक वयस्क के स्वास्थ्य, आज़ादी और सुरक्षा को प्रभावित कर सकती है। बड़े वयस्कों को विभिन्न प्रकार के नुकसान का अनुभव हो सकता है, जैसे शारीरिक, भावनात्मक, या वित्तीय दुर्व्यवहार या उन लोगों द्वारा अनदेखी करना, जिन पर वे विश्वास या भरोसा करते हैं।

धक्का-मुक्की करना, मारना, धमकाना, धन या संपत्ति लेना, पर्याप्त देखभाल मुहैया करने में विफल रहना, और दवा को रोकना या अनुचित तरीके से देना, ये सभी दुर्व्यवहार और अनदेखी के उदाहरण हैं। इनमें से कई आपराधिक अपराध हैं।

बड़े वयस्कों के साथ दुर्व्यवहार घर पर, समुदाय में या संस्थागत व्यवस्थाओं में हो सकता है। दुर्व्यवहार करने वाले अक्सर परिवार के सदस्य होते हैं, जैसे कि किसी व्यक्ति का जीवनसाथी या बच्चे, लेकिन वे दोस्त और देखभाल करने वाले भी हो सकते हैं।

9-1-1 पर इस चिंता के साथ कॉल करें कि किसी वरिष्ठ के साथ दुर्व्यवहार किया जा रहा है, उसका फायदा उठाया जा रहा है या उसकी अनदेखी की जा रही है, और वह तत्काल खतरे में है। ऐसे मामलों में जहां कोई सिर पर खतरा नहीं है, या एल्डर्स के साथ दुर्व्यवहार और अनदेखी के बारे में जानकारी के लिए, सीनियर्स एब्यूज़ एंड इंफॉर्मेशन लाइन (SAIL), या विक्टिमलिंक (VictimLink) BC से संपर्क करें। अगर बुज़ुर्ग लोग स्वयं सहायता प्राप्त करने में असमर्थ हैं, तो आपके स्वास्थ्य प्राधिकरण में नामित एजेंसियों को, प्रोविडेंस हेल्थ केयर को, या, विकासात्मक विकलांगता वाले व्यक्तियों के लिए, कम्युनिटी लिविंग BC को चिंताओं की सूचना दी जा सकती है। अगर दुराचार में किसी स्थानापन्न निर्णय निर्माता द्वारा वित्तीय दुर्व्यवहार या दुर्व्यवहार शामिल होता है (जैसे, पॉवर ऑफ अटॉर्नी के तहत), तो ब्रिटिश कोलंबिया की पब्लिक गार्जियन एंड ट्रस्टी सहायता करने के योग्य हो सकती है। इन संगठनों के लिए संपर्क जानकारी नीचे या इस गाइड के पीछे *डिरेक्टरी* में पाई जा सकती है।

नीचे सूचीबद्ध कई फोन नंबर TTY और भाषा व्याख्या सेवाएं प्रदान करते हैं। विवरण के लिए कृपया इस गाइड के पीछे *डिरेक्टरी* देखें।

सीनियर्स फर्स्ट BC सोसायटी

सीनियर्स फर्स्ट BC सोसायटी ("सोसायटी") एक गैर-लाभकारी संगठन है जो सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार को रोकने के लिए प्रोग्रामों और सेवाएं प्रदान करता है।

विक्टिम सर्विसेज प्रोग्राम

यह प्रोग्राम 50+ आयु वर्ग के लोगों को सूचना, सहयोग और रेफरल प्रदान करता है जो परिवार और यौन हिंसा सहित दुर्व्यवहार के शिकार हैं।

BC एसोसिएशन ऑफ एबोरिजिनल फ्रेंडशिप सेंटर्स

BC एसोसिएशन ऑफ एबोरिजिनल फ्रेंडशिप सेंटर्स एल्डर एब्यूज़ अवेयरनेस एंड प्रिवेंशन के बारे में जानकारी मुहैया करते हैं, जिसमें यह भी शामिल है कि आपके समुदाय में एल्डर एब्यूज़ एंड अपलिफ्ट एल्डर्स के लिए स्थानीय फ्रेंडशिप सेंटर्स क्या कर रहे हैं।

वेबसाइट: www.bcaafc.com
(खोज बार में "सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार" दर्ज करें)

लीगल प्रोग्राम

एल्डर लॉ क्लिनिक (ELC)

इस प्रोग्राम के माध्यम से सोसायटी कम आय वाले बुज़ुर्ग लोगों और उनके देखभालकर्ताओं को कानूनी सेवाएं मुहैया करती है, जो वकील को किराए पर नहीं ले सकते। सोसायटी पूरे प्रांत में बुज़ुर्गों और उनके देखभालकर्ताओं के लिए टेलीफोन पर कानूनी परामर्श भी मुहैया करती है।

लीगल एडवोकेसी प्रोग्राम (LAP)

इस प्रोग्राम के माध्यम से सोसायटी बुज़ुर्गों को पेंशन, आवासीय किरायेदारी के मुद्दों और ऋण से संबंधित उनके अधिकारों को आगे बढ़ाने में सहायता करती है। LAP में सोसायटी बुज़ुर्गों को उनके अधिकारों का दावा करने और सरकारी संस्थानों के माध्यम से अपना रास्ता खोजने में सहायता करती है।

एजुकेशन एंड आउटरीच प्रोग्राम

यह प्रोग्राम बड़े वयस्कों और सामुदायिक समूहों के लिए बुज़ुर्गों के साथ दुर्व्यवहार जागरूकता, वित्तीय साक्षरता, बदमाशी और आवासीय किरायेदारी पर फ्री वर्कशॉप की पेशकश करता है।

सीनियर्स एब्यूज़ एंड इंफॉर्मेशन लाइन (SAIL)

SAIL बड़े वयस्कों और उनके देखभालकर्ताओं के लिए, किसी से उन स्थितियों के बारे में बात करने के लिए एक सुरक्षित स्थान है जहां उन्हें लगता है कि उनके साथ दुर्व्यवहार या दुराचार किया जा रहा है, या बुज़ुर्गों के साथ दुर्व्यवहार की रोकथाम के बारे में जानकारी प्राप्त करने के लिए।

उपरोक्त प्रोग्रामों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, सीनियर्स एब्यूज एंड इंफॉर्मेशन लाइन से संपर्क करें।

सीनियर्स एब्यूज एंड इंफॉर्मेशन लाइन, रोज़ाना सुबह 8 बजे से रात 8 बजे (छुट्टियों को छोड़कर):

फोन (टोल फ्री): 1 866 437-1940
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 437-1940
फोन (TTY): 7-1-1 1 855 306-1443,
सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे से शाम 4 बजे तक,
भाषा का अनुवाद उपलब्ध है,
सोमवार से शुक्रवार सुबह 9 बजे से शाम 4 बजे तक
ईमेल: info@seniorsfirstbc.ca
वेबसाइट: www.seniorsfirstbc.ca

विक्टिमलिंकबीसी (VictimLinkBC)

विक्टिमलिंकबीसी एक टोल-फ्री, गोपनीय, बहुभाषी टेलीफोन सेवा है जो पूरे B.C. और युकोन में उपलब्ध है। यह अपराध के सभी पीड़ितों को सूचना और रेफरल सेवाएं मुहैया करता है और परिवार और यौन हिंसा के पीड़ितों को तत्काल संकट सहायता प्रदान करता है, जिसमें श्रम या यौन सेवाओं के लिए मानव तस्करी के शिकार भी शामिल हैं। विक्टिमलिंकबीसी 17 उत्तरी अमेरिकी आदिवासी भाषाओं सहित 110 से अधिक भाषाओं में सेवा मुहैया करता है।

फोन (B.C. और युकोन में टोल-फ्री): 1 800 563-0808
(दिन के 24 घंटे, सप्ताह के 7 दिन)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "Victim Link BC" दर्ज करें)

नामित एजेंसियां

पांच क्षेत्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण, साथ ही प्रोविडेंस हेल्थ केयर और कम्युनिटी लिविंग BC, *एडल्ट गार्जियनशिप एक्ट* के तहत नामित एजेंसियां हैं, जिन पर संदिग्ध दुर्व्यवहार या कमजोर वयस्कों की अनदेखी की रिपोर्ट की जांच करने की जिम्मेदारी है। किसी ऐसे बड़े वयस्क के दुर्व्यवहार, उपेक्षा या आत्म-अनदेखी की रिपोर्ट करने के लिए, चाहे वह स्वास्थ्य सुविधा में हो या समुदाय में, जो स्वयं सहायता और सहयोग प्राप्त नहीं कर सकता, नीचे दी गई नामित एजेंसियों में से किसी एक से संपर्क करें:

फ़्रेज़र हेल्थ

फोन (टोल-फ्री): 1 877 REACT-08 (1 877 732-2808)

इंटीरियर हेल्थ

कमजोर और अक्षम वयस्कों के लिए कार्यालय: 1 844 870-4754
ईमेल: IHAdultguardianship@interiorhealth.ca

आइलैंड हेल्थ

फोन (साउथ आइलैंड, टोल-फ्री): 1 888 533-2273
फोन (सेंट्रल आइलैंड, टोल-फ्री): 1 877 734-4101
फोन (नॉर्थ आइलैंड, टोल-फ्री): 1 866 928-4988

नॉर्दर्न हेल्थ

एडल्ट प्रोटेक्शन लाइन फोन (टोल-फ्री): 1 844 465-7414
फोन (प्रिंस जॉर्ज): 250 565-7414

वैंकूवर कोस्टल हेल्थ

ReAct एडल्ट प्रोटेक्शन प्रोग्राम फोन
(टोल-फ्री): 1 877 REACT-99 (1 877 732-2899)
वेबसाइट: www.vchreact.ca

प्रोविडेंस हेल्थ केयर सोसायटी

फोन (टोल-फ्री): 1 877 REACT-99 (1 877 732-2899)

कम्युनिटी लिविंग BC (विकासात्मक विकलांगता वाले व्यक्तियों के लिए)

फोन (टोल फ्री): 1 877 660-2522

पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया

अगर आपको किसी असुरक्षित वयस्क के वित्तीय दुर्व्यवहार या किसी विकल्पी निर्णय-निर्माता द्वारा दुर्व्यवहार की रिपोर्ट करने की आवश्यकता है (जैसे, पॉवर ऑफ अटॉर्नी या प्रतिनिधित्व समझौते के तहत), तो ब्रिटिश कोलंबिया के पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी से संपर्क करें।

फोन (सर्विस BC, टोल-फ्री): 1 800 663-7867
(पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी को स्थानांतरित करने के लिए कहें)
वेबसाइट: www.trustee.bc.ca

असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री

अगर आपको लगता है कि असिस्टेड लिविंग फैसिलिटी में किसी के साथ दुर्व्यवहार या अनदेखी की जा रही है, तो आप असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री से संपर्क कर सकते हैं।

डाक का पता:
PO Box 9638 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P1
फोन (टोल फ्री): 1 866 714-3378
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 778 974-4887
ईमेल: hlth.assistedlivingregistry@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री" दर्ज करें)

BC एसोसिएशन ऑफ कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क्स

BC एसोसिएशन ऑफ कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क्स कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क्स के विकास के माध्यम से पूरे B.C. में समुदायों में वयस्क दुर्व्यवहार, अनदेखी और खुद की अनदेखी को संबोधित करने और रोकने के लिए सामुदायिक क्षमता का निर्माण करता है। हर एक कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क संबंधित समुदाय के सदस्यों, एजेंसियों और सेवा प्रदाताओं का एक विविध समूह है जो वयस्क दुर्व्यवहार, अनदेखी और खुद की अनदेखी के लिए एक समन्वित सामुदायिक प्रतिक्रिया बनाने के लिए एक साथ आते हैं।

वेबसाइट: www.bccrns.ca

स्वास्थ्य मंत्रालय

सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार की रोकथाम, मान्यता और प्रतिक्रिया पर जानकारी और संसाधनों के लिए, यहां जाएं:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार" दर्ज करें)

हेल्थलिंक बीसी (HEALTHLINK BC)

हेल्थलिंक BC को दिन या रात के किसी भी समय 8-1-1 पर गोपनीय, गैर-आपातकालीन स्वास्थ्य जानकारी और सहयोग के लिए कॉल करें अगर आप या आपका कोई परिचित दुर्व्यवहार का अनुभव कर रहा है या चिंतित है। अनुरोध करने पर कॉल गुमनाम रखी जा सकती हैं। अनुवाद सेवाएं 130 से अधिक भाषाओं में उपलब्ध हैं।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca
(खोज बार में "सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के अधिवक्ता का कार्यालय (Office of the Seniors Advocate)

ऑफिस ऑफ द सीनियर्स एडवोकेट 2014 में प्रांतीय सरकार के एक स्वतंत्र कार्यालय के रूप में स्थापित किया गया था। यह कनाडा में अपनी तरह का पहला कार्यालय था।

एडवोकेट बुज़ुर्गों की सेवाओं की निगरानी, बुज़ुर्गों के मुद्दों और सहयोग के बारे में जागरूकता को बढ़ावा देने और समाधानों की पहचान करने के लिए सहयोगात्मक रूप से काम करने और प्रमुख क्षेत्रों में बुज़ुर्गों के सामने आने वाले सिस्टम-व्यापी मुद्दों के बारे में सरकार को सिफारिशें करने के लिए जिम्मेदार है: स्वास्थ्य देखभाल, व्यक्तिगत देखभाल, आवास, परिवहन और आय सहयोग। एडवोकेट नियमित रिपोर्ट जारी करता है, सर्वेक्षण करता है और बुज़ुर्गों, हितधारकों और जनता से प्रतिक्रिया एकत्र करने के लिए प्रांत के चारों ओर यात्रा करता है। कार्यालय बुज़ुर्गों की जानकारी और रेफरल के लिए एक संसाधन है।

Office of the Seniors Advocate
6th Floor – 1405 Douglas Street
Victoria BC V8W 9P4
फोन (टोल फ्री): 1 877 952-3181
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 952-3181
ईमेल: info@seniorsadvocatebc.ca
वेबसाइट: www.seniorsadvocatebc.ca

अक्षमता के अग्रिम में योजना बनाना

भविष्य के लिए योजना बनाना महत्वपूर्ण है, खासकर अगर कुछ अप्रत्याशित होता है और कोई अपनी स्वास्थ्य देखभाल, व्यक्तिगत देखभाल या वित्तीय निर्णय लेने में असमर्थ हो जाता है। सतर्क योजना व्यक्तियों और उनके परिवार को अधिक सहज महसूस करने और कठिन समय का प्रबंधन करने में मदद कर सकती है। भविष्य में अक्षमता की स्थिति में योजना बनाने में सक्षम वयस्कों की सहायता के लिए ब्रिटिश कोलंबिया में कई कानूनी विकल्प और संसाधन उपलब्ध हैं। हालांकि नीचे सूचीबद्ध फार्म और दस्तावेजों का उपयोग करने के लिए किसी वकील या नोटरी पब्लिक के पास जाने की आवश्यकता नहीं है, यह सिफारिश की जाती है कि व्यक्ति उन्हें पूरा करने से पहले कानूनी और चिकित्सीय सलाह लें। व्यक्तिगत योजना विकल्पों के बारे में जानकारी के लिए देखें:

वेबसाइट: www.trustee.bc.ca
(खोज बार में "फाइनेंशियल मैनेजमेंट एंड पर्सनल डिसीज़न मेकिंग" दर्ज करें)

माई वॉयस – एक्सप्रेसिंग माई विशेस फॉर फ्यूचर हेल्थ केयर ट्रीटमेंट (अंग्रेजी और अन्य भाषाओं में गाइड, कार्यपुस्तिका और वीडियो):

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "एडवांस केयर प्लानिंग" दर्ज करें)

स्पीक अप BC एक ऑनलाइन इंटरैक्टिव कार्यपुस्तिका है जो व्यक्तियों को एक अग्रिम देखभाल योजना को पूरा करने में मदद करती है जो ऐसे हालात में स्वास्थ्य देखभाल निर्णयों के बारे में उनकी इच्छाओं को रेखांकित करती है जब वे ऐसा करने में असमर्थ होते हैं।

वेबसाइट: www.speak-upinbc.ca/get-started/

हेल्थलिंक BC वेबसाइट पर अग्रिम देखभाल योजना के संसाधन भी हैं।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca
(खोज बार में "एडवांस केयर प्लानिंग" दर्ज करें)

फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी के पास अग्रिम देखभाल योजना के बारे में अतिरिक्त जानकारी है।

वेबसाइट: www.fnha.ca
(खोज बार में "एडवांस केयर प्लानिंग" दर्ज करें)

संभावित भविष्य की अक्षमता की योजना बनाने में व्यक्तियों की सहायता करने के लिए मिनिस्ट्री ऑफ अटॉर्नी जनरल द्वारा प्रकाशित मानक फॉर्मों के लिए, देखें:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "इन्कपैसिटी प्लानिंग" दर्ज करें)

एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी

एक एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी आपकी ओर से वित्तीय और कानूनी निर्णय लेने के लिए किसी दूसरे व्यक्ति को नियुक्त कर सकता है। स्थाई पॉवर ऑफ अटॉर्नी बनाते समय मानसिक रूप से सक्षम होना चाहिए। एक "नियमित" (अस्थाई) पॉवर ऑफ अटॉर्नी के विपरीत, जो मानसिक रूप से अक्षम होने पर समाप्त हो जाती है, अगर कोई अक्षम हो जाता है तो एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी प्रभावी होती है। एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी व्यापक या बहुत विशिष्ट हो सकती है।

रेप्रेज़ेंटेशन एग्रीमेंट

रेप्रेज़ेंटेशन एग्रीमेंट उन व्यक्तियों के लिए निर्णय लेने के लिए एक प्रतिनिधि नियुक्त करता है जो स्वयं ऐसा करने में असमर्थ हो जाते हैं। प्राधिकरण के विभिन्न क्षेत्रों और उन्हें बनाने के लिए विभिन्न क्षमता आवश्यकताओं के साथ – दो प्रकार के रेप्रेज़ेंटेशन एग्रीमेंट हैं – सेक्शन 7 और सेक्शन 9। एक प्रतिनिधि को व्यक्तिगत और स्वास्थ्य देखभाल निर्णय लेने के लिए अधिकृत किया जा सकता है, और कुछ मामलों में, किसी व्यक्ति के वित्तीय मामलों के नियमित प्रबंधन के बारे में निर्णय (सेक्शन 7)।

एडवांस डिरेक्टिव

एडवांस डिरेक्टिव सीधे स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता (प्रदाताओं) को स्वास्थ्य देखभाल उपचार के बारे में निर्देश मुहैया करता है जिसे कोई व्यक्ति स्वीकार या अस्वीकार करना चाहता है, जिसमें लाइफ-सपोर्ट एंड लाइफ-प्रोलांगिंग मेडिकल इन्टर्वेशन्स शामिल हैं। आम तौर पर, जब तक कि किसी व्यक्ति के पास कोई प्रतिनिधि न हो, स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं को एक एडवांस डिरेक्टिव का पालन करना चाहिए और किसी से सहमति का निर्णय नहीं लेना चाहिए, जब एक एडवांस डिरेक्टिव में निर्देश उस समय आवश्यक देखभाल को ऐड्रेस करते हैं।

अगर आपने अक्षमता से पहले योजना नहीं बनाई है

अस्थायी एवज़ी निर्णयकर्ता (Temporary Substitute Decision Maker)

विशिष्ट परिस्थितियों में और B.C. कानून के अनुसार, एक स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता एक अस्थायी एवज़ी निर्णयकर्ता (TSDM) नियुक्त कर सकता है। एक TSDM को नियुक्त किया जा सकता है अगर कोई व्यक्ति अक्षम हो जाता है और उसे स्वास्थ्य देखभाल संबंधी निर्णय लेने की ज़रूरत होती है और उनके पास अदालत द्वारा नियुक्त अभिभावक (व्यक्ति की समिति) या उनके लिए स्वास्थ्य देखभाल संबंधी निर्णय लेने का अधिकार वाला प्रतिनिधि नहीं होता है, और उनके पास कोई ऐसा एडवांस डिरेक्टिव नहीं होता है जो स्वास्थ्य देखभाल फैसले पर लागू होता है। TSDM को अपने निर्णय किसी व्यक्ति के ज्ञात निर्देशों या उसके सक्षम होने पर व्यक्त की गई इच्छाओं के आधार पर लेने चाहिए, या अगर उनकी इच्छाएं अज्ञात हैं, तो उनके सर्वोत्तम हित में। कोई TSDM किसी दीर्घकालिक देखभाल गृह में किसी वयस्क के प्रवेश की अनुमति नहीं दे सकता है। माई वॉयस – एक्सप्रेस्सिंग मई विशेस फॉर फ्यूचर हेल्थ केयर ट्रीटमेंट अग्रिम देखभाल योजना गाइड सीनियर्सबीसी (SeniorsBC) की वेबसाइट पर उपलब्ध है और एक अग्रिम देखभाल योजना के हिस्से के रूप में संपर्क सूची बनाने के लिए अधिक जानकारी और एक फॉर्म मुहैया करता है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "एडवांस केयर प्लानिंग" दर्ज करें)

गार्डीअन्शिप (कमिटी शिप)

अगर कोई व्यक्ति मानसिक रूप से अक्षम हो जाता है और उन्होंने एक वैध अक्षमता योजना नहीं बनाई है या योजना विफल हो जाती है, तो एक अभिभावक की नियुक्ति के लिए अक्सर परिवार के किसी सदस्य या मित्र द्वारा B.C. की सुप्रीम कोर्ट में एक आवेदन किया जा सकता है, जिसे उनकी ओर से निर्णय लेने वाली एक समिति भी कहा जाता है। स्वास्थ्य देखभाल और व्यक्तिगत मामलों, और/या वित्तीय और कानूनी मामलों के बारे में निर्णय लेने के लिए एक अभिभावक (समिति) को नियुक्त किया जा सकता है।

इस अवसर पर, पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी को अदालत द्वारा अभिभावक (संपत्ति की समिति) के रूप में नियुक्त किया जा सकता है और एक अक्षम वयस्क के वित्तीय और कानूनी मामलों के लिए जिम्मेदार वैधानिक संपत्ति अभिभावक (संपत्ति की समिति) भी बन सकता है अगर नामित स्वास्थ्य प्राधिकारी द्वारा अक्षमता का प्रमाण पत्र जारी किया जाता है। इस प्रक्रम के बारे में अधिक जानकारी पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी की वेबसाइट से प्राप्त करें।

वेबसाइट: www.trustee.bc.ca (खोज बार में "फाइनेंशियल मैनेजमेंट एंड पर्सनल डिसीज़न मेकिंग" दर्ज करें)

गाइड टू द सर्टिफिकेट ऑफ इंकैपेबिलिटी प्रोसेस:
www.trustee.bc.ca (खोज बार में "ए गाइड टू द सर्टिफिकेट ऑफ इंकैपेबिलिटी प्रोसेस" दर्ज करें)

निडस पर्सनल प्लानिंग रिसोर्स सेंटर एंड रजिस्ट्री

निडस पर्सनल प्लानिंग रिसोर्स सेंटर एक गैर-लाभकारी, धर्मार्थ संगठन है। निडस व्यक्तिगत और कानूनी योजना के साथ शिक्षा और सहायता मुहैया करता है जैसे कि बिलों का भुगतान करना या बीमारी, चोट या विकलांगता के कारण स्वास्थ्य देखभाल के निर्णय लेना। निडस की वेबसाइट रेप्रेज़ेंटेशन एग्रीमेंट्स के लिए जानकारी और फॉर्म मुहैया करती है, साथ ही एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी, एडवांस डिरेक्टिव और स्वास्थ्य देखभाल सहमति के बारे में जानकारी प्रदान करती है। वेबसाइट मृत्यु में चिकित्सा सहायता (MAiD) और वसीयत सहित संपत्ति योजना (मृत्यु के बाद के लिए) पर भी जानकारी मुहैया करती है।

निडस महत्वपूर्ण जानकारी और दस्तावेज़ों के लिए एक केंद्रीकृत रजिस्ट्री संचालित करता है, जिनकी स्वास्थ्य संकट या आपदा जैसे जंगल की आग या बाढ़ में ज़रूरत हो सकती है। अधिक जानकारी के लिए, कृपया निडस से संपर्क करें:

Nidus Personal Planning Resource Centre and Registry
1440 W. 12th Ave.
Vancouver BC V6H 1M8
वॉइसमेल: 604 408-7414
ईमेल: info@nidus.ca
वेबसाइट: www.nidus.ca

पीपल्ज़ लॉ स्कूल

पीपल्ज़ लॉ स्कूल एक गैर-लाभकारी सोसायटी है जो सभी ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों के लिए न्याय तक पहुंच को बेहतर बनाने के लिए काम करता है। सोसायटी की विज़न एक ऐसा प्रांत है जहां लोगों के पास अपनी रोजमर्रा की कानूनी समस्याओं को हल करने के लिए ज्ञान, कौशल और आत्मविश्वास हो। वे व्यक्तिगत कानूनी समस्याओं पर कानूनी सलाह नहीं देते हैं; हालांकि, दुसरे लोगों के बारे में सुझाव दे सकते हैं जो मदद कर सकते हैं, और संसाधन उनकी वेबसाइट पर उपलब्ध हैं। आसानी से समझ में आने वाली भाषा में लिखे गए व्यक्तिगत योजना के लिए उपकरण उपलब्ध हैं:

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 331-5400
ईमेल: info@peopleslawschool.ca
वेबसाइट: www.peopleslawschool.ca
पुस्तिकाएं प्रिंट और डिजिटल स्वरूपों में उपलब्ध हैं; थोक आर्डर:
www.crownpub.bc.ca पर
लाइव कक्षाएं: BC के आसपास के समुदायों में – वेबसाइट देखें

पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया

ब्रिटिश कोलंबिया का पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी (PGT) तब सहायता प्रदान करता है जब कोई व्यक्ति कानूनी, वित्तीय या स्वास्थ्य संबंधी निर्णय स्वयं नहीं ले सकता। PGT की नियुक्ति बच्चों के कानूनी और वित्तीय हितों की रक्षा करने, निर्णय लेने में सहायता की ज़रूरत वाले वयस्कों के कानूनी, वित्तीय और व्यक्तिगत देखभाल हितों का प्रबंधन करने और मृतक और लापता व्यक्तियों की संपत्ति का बन्दोबस्त करने के लिए की जाती है।

PGT उन बुज़ुर्गों के हितों की सेवा करता है जिन्हें निम्नलिखित तरीकों से निर्णय लेने में सहायता की आवश्यकता होती है:

दुर्व्यवहार की रिपोर्ट पर प्रतिक्रिया देना

कमजोर वयस्कों के दुर्व्यवहार, उपेक्षा और आत्म-उपेक्षा के आरोपों के जवाब में PGT नामित एजेंसियों (क्षेत्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण, प्रोविडेंस हेल्थ केयर और कम्युनिटी लिविंग BC) के साथ सहयोग करता है।

जब वित्तीय दुरुपयोग का आरोप लगाया जाता है, तो PGT वहां एक जांच कर सकता है जहां वयस्क की संपत्ति को नुकसान का तत्काल जोखिम है, यह मानने का कारण है कि वयस्क अपने वित्तीय या कानूनी मामलों का प्रबंधन करने में सक्षम नहीं है, और किसी अन्य उपयुक्त व्यक्ति (परिवार या मित्र) के पास अधिकार नहीं है या वह व्यक्ति की ओर से कार्य करने के लिए इच्छुक और योग्य नहीं है।

विशेष रूप से, PGT निम्नलिखित तरीकों से सहायता कर सकता है:

- जब वयस्क अक्षम हो और वित्तीय प्रबंधन के बारे में चिंताएं उठाई गई हों, तो एनड्यूरिंग पॉवर ऑफ अटॉर्नी के तहत ट्रस्टियों, प्रतिनिधियों या वकीलों की कार्रवाई की जांच करना;
- अगर वयस्क दुर्व्यवहार या अनदेखी का सामना कर रहा है, और स्वयं सहायता प्राप्त करने में सक्षम नहीं है, तो नामित एजेंसी को शामिल करना;
- अस्थायी रूप से बैंक खातों तक पहुंच को प्रतिबंधित करने या संपत्ति हस्तांतरण को रोकने सहित सुरक्षात्मक उपायों का प्रयोग करना;
- दुर्व्यवहार, अनदेखी या खुद की अनदेखी की जटिल स्थितियों पर परामर्श करना; तथा
- उपलब्ध विकल्पों के बारे में जानकारी प्रदान करना।

स्वास्थ्य देखभाल निर्णयों के लिए अस्थायी एवज़ी निर्णयकर्ता (Temporary Substitute Decision Maker) के रूप में अधिकृत करना या कार्य करना

ऐसी स्थितियों में जहां कोई वयस्क स्वास्थ्य देखभाल के लिए सहमति देने या अस्वीकार करने में असमर्थ हो और कानून में सूची से कोई कानूनी प्रतिनिधि, परिवार या मित्र नहीं है जो अस्थायी एवज़ी निर्णयकर्ता (TSDM) के रूप में वैकल्पिक सहमति प्रदान करने के लिए अधिकृत और योग्य हो, तो पब्लिक गार्जियन एंड ट्रस्टी (PGT) TSDM को वयस्क के लिए स्वास्थ्य देखभाल संबंधी निर्णय लेने के लिए अधिकृत कर सकता है। आवश्यक होने पर, PGT स्वयं अंतिम उपाय के TSDM के रूप में कार्य कर सकता है।

वेबसाइट: www.trustee.bc.ca (रिपोर्टर्स एंड पब्लिकेशन पर क्लिक करें और "इन्फॉर्मेशन फॉर टेम्परेरी सब्स्टिटूट डिसिज़न मेकर्स ऑथराइज़्ड बाई द PGT अन्डर एडल्ट गार्डीअन्शिप" देखें)

टेम्परेरी सब्स्टिटूट डिसिज़न मेकर्स के बारे में अधिक जानकारी के लिए गाइड में पहले *क्या आपने अक्षमता से पहले की अग्रिम योजना नहीं बनाई* सेक्शन को देखें।

स्थानापन्न वित्तीय निर्णय (Substitute Financial Decisions) लेने के लिए समिति के रूप में कार्य करना

जहां यह मानने का कारण है कि एक वयस्क अपने वित्तीय मामलों का प्रबंधन करने में असमर्थ है, वयस्क के पास ऐसी संपत्ति है जिसके लिए प्रबंधन की आवश्यकता होती है, और वयस्क के मामलों को प्रबंधित करने के लिए कोई अन्य उपयुक्त व्यक्ति उपलब्ध नहीं है, वहां PGT वयस्क की ओर से सब्स्टिटूट डिसिज़न्स लेने और वयस्क के मामलों का प्रबंधन करने के लिए वयस्क के लिए समिति के रूप में कार्य कर सकता है। व्यक्तिगत गार्डीअन्शिप/कमिटी शिप के बारे में अधिक जानकारी के लिए देखें कि क्या आपने पहले से अक्षमता की योजना नहीं बनाई है।

कुछ मामलों में, अगर कोई अन्य उपयुक्त व्यक्ति कार्य करने के लिए उपलब्ध नहीं है, तो अदालत वयस्क के लिए स्वास्थ्य और व्यक्तिगत देखभाल के निर्णय लेने के लिए PGT को भी नियुक्त कर सकती है।

पब्लिक गार्डीअन्शिप एंड ट्रस्टी रीसॉर्सेज़: आप कैसे मदद कर सकते हैं

वेबसाइट: www.trustee.bc.ca (खोज बार में "पर्सनल प्लानिंग " दर्ज करें)

जब PGT एक कमिटी है

वेबसाइट: www.trustee.bc.ca
(खोज बार में "जब PGT एक कमिटी है" दर्ज करें)

इस्टेट और व्यक्तिगत ट्रस्ट सेवाएं

जब इग्ज़ेक्यटर, अंतरराज्यीय उत्तराधिकारी, लाभार्थी या अन्य पात्र व्यक्ति ऐसा करने में योग्य या इच्छुक नहीं है तो पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी (PGT) किसी संपत्ति का बन्दोबस्त संभाल सकता है।

PGT उपयुक्त परिस्थितियों में वसीयत में इग्ज़ेक्यटर नियुक्त होने के लिए भी सहमत हो सकता है।

जब कोई व्यक्ति मर जाता है और वसीयत छोड़ देता है, तो वसीयत में नामित एग्ज़ीक्यूटर को अंतिम संस्कार की व्यवस्था और संपत्ति के बन्दोबस्त को संभालने का पहला अधिकार होता है। अगर एग्ज़ीक्यूटर अनिच्छुक है, या कार्य करने में असमर्थ है और कोई अन्य (कोई वैकल्पिक एग्ज़ीक्यूटर या लाभार्थी) संपत्ति का बन्दोबस्त संभालने के लिए इच्छुक और योग्य नहीं है, तो PGT यह सेवा प्रदान कर सकता है। एक वयस्क भी अपनी वसीयत में PGT को एग्ज़ीक्यूटर के रूप में नामित करने का विकल्प चुन सकता है। ऐसे वयस्क जो PGT को अपने एग्ज़ीक्यूटर के रूप में नामित करने की योजना बना रहे हैं, उन्हें अपनी वसीयत तैयार करने से पहले परामर्श के लिए PGT से संपर्क करना चाहिए।

अगर कोई व्यक्ति B.C. में वसीयत के बिना मर जाता है, B.C. कानून उन लोगों को उल्लिखित करता है जिनके पास अंतिम संस्कार की व्यवस्था करने और संपत्ति के बन्दोबस्त को संभालने का अधिकार है। अगर परिवार के सदस्यों का पता नहीं चल सकता है या कार्रवाई के लिए उपलब्ध नहीं हैं तो PGT को यह सेवा मुहैया करने के लिए भी कहा जा सकता है। अधिक जानकारी के लिए PGT से संपर्क करें।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-4444
फोन (विक्टोरिया): 250 356-8160
फोन (केलोना): 250 712-7576
फोन (सर्विस BC, B.C. के दूसरे सभी क्षेत्रों से टोल-फ्री):
1 800 663-7867 (पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी पर
604 660-4444 पर ट्रान्स्फर करने के लिए कहें)
ईमेल: mail@trustee.bc.ca
वेबसाइट: www.trustee.bc.ca

पीड़ित सेवाएं और अपराध रोकथाम

B.C. की सरकार पूरे प्रांत में 160 से अधिक विक्टिम सर्विस प्रोग्रामों का समर्थन करती है जो अपराध के पीड़ितों को सूचना, रेफरल, भावनात्मक समर्थन और व्यावहारिक सहयोग मुहैया करते हैं।

B.C. की सरकार पूरे B.C. में 250 से अधिक प्रोग्रामों का भी सहयोग करती है, जो हिंसा से प्रभावित महिलाओं और बच्चों को सहायता मुहैया करते हैं। इन प्रोग्रामों में स्टॉपिंग द वायलेंस काउंसलिंग, PEACE (प्रिवेंशन, एजुकेशन, एडवोकेसी, कॉउन्सेल्लिंग एंड एम्पॉवरमेंट) प्रोग्रामों, आउटरीच सर्विसिज़ और मल्टीकल्चरल आउटरीच सर्विसिज़ शामिल हैं। अपने क्षेत्र में किसी प्रोग्राम को पाने के लिए, कृपया नीचे दिए गए नंबर पर विक्टिमलिंकबीसी (VictimLinkBC) से संपर्क करें।

विक्टिमलिंकबीसी एक टोल-फ्री, गोपनीय, बहुभाषी टेलीफोन सेवा है जो B.C. और युकोन में 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन उपलब्ध है। यह अपराध के सभी पीड़ितों को सूचना और रेफरल सेवाएं मुहैया करता है और परिवार और यौन हिंसा के पीड़ितों को तत्काल संकट सहायता प्रदान करता है, जिसमें श्रम या यौन सेवाओं के लिए मानव तस्करी के शिकार भी शामिल हैं। विक्टिमलिंकबीसी 17 उत्तरी अमेरिकी स्वदेशी

भाषाओं सहित 110 से अधिक भाषाओं में सेवा मुहैया करता है। अगर आप, या आपका कोई परिचित, पीड़ित या अपराध या हिंसा का गवाह है, तो अपने क्षेत्र में पीड़ित सेवा प्रोग्राम पाने के लिए नीचे दिए गए नंबर पर विक्टिमलिंकबीसी से संपर्क करें।

विक्टिमलिंकबीसी; 24/7 उपलब्ध है
फोन (B.C. और युकोन में टोल-फ्री): 1 800 563-0808
वेबसाइट: www.victimlinkbc.ca

कुछ अपराधों के शिकार प्रांतीय सरकार के क्राइम विक्टिम असिस्टेंस प्रोग्राम (CVAP) के माध्यम से वित्तीय सहायता और लाभ के पात्र हो सकते हैं। CVAP हिंसक अपराध के प्रभावों से निपटने में पीड़ितों, परिवार में करीब के सदस्यों और कुछ गवाहों की सहायता करता है। यह वित्तीय नुकसान की भरपाई करने और अपराध के प्रभावों से उबरने में मदद करने के लिए वित्तीय लाभ मुहैया करता है। अपराध के शिकार लोगों के लिए वित्तीय सहायता और लाभों के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया नीचे दी गई वेबसाइट देखें।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "क्राइम विक्टिम असिस्टेंस प्रोग्राम" दर्ज करें)

अपने समुदाय में विक्टिम सर्विसेज़ और अपराध को रोकने के बारे में अधिक जानने के लिए, नीचे दी गई जानकारी का उपयोग करके मिनिस्ट्री ऑफ पब्लिक सेफ्टी एंड सॉलिसिटर जनरल से संपर्क करें।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-5199
ईमेल: ईमेल: VictimServices@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "विक्टिम सर्विसेज़ ऑर क्राइम प्रिवेंशन" दर्ज करें)

व्यक्तिगत सुरक्षा सुझाव

अपनी व्यक्तिगत सुरक्षा बनाए रखने के लिए बुज़ुर्गों सहित सभी उम्र के लोग कई चीजें कर सकते हैं। ब्रिटिश कोलंबिया में रॉयल कैनेडियन माउंटेड पुलिस (RCMP) "एजलेस विजडम: पर्सनल सेफ्टी" नामक एक वेबपेज पर सुझाव मुहैया करती है।

वेबसाइट: www.rcmp.ca
(खोज बार में "एजलेस विजडम: पर्सनल सेफ्टी" दर्ज करें)

करदाता के अधिकार

करदाताओं के पास अधिकार है, जिनमें सेवा से संबंधित अधिकार शामिल हैं, जिन्हें टैक्सपेयर बिल ऑफ राइट्स में उल्लिखित किया गया है। ये कनाडा रेवेन्यू एजेंसी (CRA) के साथ बातचीत को नियंत्रित करते हैं। उदाहरण के लिए, करदाताओं के पास पेशेवराना, विनम्र और निष्पक्षता के साथ व्यवहार किए जाने का अधिकार है। साथ ही, उन्हें CRA से पूर्ण, सटीक, स्पष्ट और समय पर जानकारी प्राप्त करने का अधिकार है। करदाताओं के अधिकारों से संबंधित चिंताओं के लिए ऑफिस ऑफ द टैक्सपेयर्स ओम्बड्समैन से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "ऑफिस ऑफ द टैक्सपेयर्स ओम्बड्समैन" दर्ज करें)
फोन (टोल फ्री): 1 866 586-3839

लीगल सर्विसेज़ सोसायटी

लीगल सर्विसेज सोसायटी उन व्यक्तियों के लिए कुछ कानूनी समस्याओं को कवर करती है जो विशिष्ट वित्तीय दिशानिर्देशों को पूरा करते हैं और कानूनी सहायता के लिए पात्र हैं। लीगल सर्विसेज सोसायटी इनमें लोगों की मदद करती है:

- गंभीर पारिवारिक समस्याएं;
- बाल संरक्षण के मामले;
- आपराधिक कानून के मुद्दे; तथा
- कुछ इम्मीग्रेशन, मानसिक स्वास्थ्य और जेल कानून के मुद्दे।

कानूनी सहायता सेवाओं में शामिल हैं:

- कानूनी जानकारी ताकि लोग स्वतंत्र रूप से समस्याओं के माध्यम से काम कर सकें;
- लोगों को उनकी समस्या से निपटने में सहायता करने के लिए वकील से कानूनी सलाह; और/या
- अदालत में कानूनी प्रतिनिधित्व (किसी व्यक्ति के लिए कार्यकारी वकील) जब किसी व्यक्ति के पास गंभीर कानूनी समस्या होती है और इसे हल करने का कोई दूसरा तरीका नहीं होता है।

अधिक जानने के लिए, अपने स्थानीय कानूनी सहायता कार्यालय से संपर्क करें (लिस्टिंग लीगल सर्विसेज सोसायटी की वेबसाइट पर हैं) या सोसायटी के कॉल सेंटर से।

फोन (टोल फ्री): 1 866 577-2525
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 408-2172
वेबसाइट: www.lss.bc.ca

उपभोक्ता संरक्षण

उपभोक्ता संरक्षण BC

ब्रिटिश कोलंबिया में उपभोक्ताओं की सुरक्षा के लिए कानून हैं। उपभोक्ता संरक्षण BC गैर-लाभकारी निगम है, जो सरकार से स्वतंत्र रूप से काम कर रहा है, जो यात्रा उद्योग, गतिशील तस्वीरें, कर्ज वसूली उद्योग, पे-डे लेन्डर्स, गृह-निरीक्षकों और टेलीमार्केटिंग उद्योग के क्षेत्रों के साथ-साथ श्मशान, अंत्येष्टि और अंतिम संस्कार सेवा उद्योग को नियंत्रित करता है।

यह ब्रिटिश कोलंबियाई उपभोक्ताओं और हितधारकों को यह सुनिश्चित करने के लिए शिक्षित करने पर केंद्रित है कि उपभोक्ता लेनदेन उन कानूनों का सम्मान करते हैं। जब उपभोक्ता संरक्षण कानूनों का उल्लंघन किया जाता है, तो उपभोक्ता संरक्षण BC प्रवर्तन कार्रवाई कर सकता है।

यह ट्रैवल एश्योरेंस फंड के बन्दोबस्त के लिए भी जिम्मेदार है। यह फंड एक अंतिम उपाय है, जो यात्रा सेवाओं के लिए भुगतान की गई लेकिन प्राप्त नहीं होने पर मुआवजे का एक संभावित स्रोत मुहैया करता है, जब वे सेवाएं एक लाइसेंस प्राप्त B.C. ट्रैवल एजेंसी से प्राप्त की जाती हैं।

उपभोक्ता संरक्षण BC की वेबसाइट और टोल-फ्री टेलीफोन लाइन उपभोक्ताओं और व्यापार मालिकों को B.C. के कानूनों के तहत उनके अधिकारों और जिम्मेदारियों के बारे में जानकारी मुहैया करती है।

अगर आप या आपके परिवार के किसी सदस्य को उपभोक्ता लेनदेन के बारे में शिकायत है, तो उपभोक्ता संरक्षण BC एक टोल-फ्री पूछताछ केंद्र के माध्यम से शिकायत समाधान और रेफरल की पेशकश करता है। अधिक जानकारी के लिए, उनसे संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 888 564-9963
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 320-1667
वेबसाइट: www.consumerprotectionbc.ca
ईमेल: info@consumerprotectionbc.ca

ब्रिटिश कोलंबिया के वाहन बिक्री प्राधिकरण

व्हीकल सेल्स अथॉरिटी (VSA) एक गैर-लाभकारी स्वतंत्र एजेंसी है जिसे कानून द्वारा मोटर डीलर एक्ट, बिज़नेस प्रैक्टिसेज़ एंड कंज़्यूमर प्रोटेक्शन एक्ट के निर्धारित सेक्शनों और उन अधिनियमों के तहत संबंधित नियमों को प्रशासित करने के लिए बनाया गया है।

VSA मोटर डीलरों और बिक्री पेशेवरों को लाइसेंस और नियंत्रित करता है। VSA उन सभी डीलरशिप कर्मचारियों के लिए अनिवार्य प्रमाणन पाठ्यक्रम और सतत शिक्षा भी मुहैया करता है जो सीधे ब्रिटिश कोलंबिया में खुदरा वाहन खरीदारों से निपटते हैं।

VSA लाइसेंस प्राप्त मोटर डीलरों के लिए उपभोक्ता संरक्षण कानून की देखरेख करता है, जिसमें शिकायत समाधान, उपभोक्ता संरक्षण, उद्योग मानक सेटिंग और प्रवर्तन शामिल हैं। लक्ष्य एक सम्मानित मोटर डीलर उद्योग है जो एक सूचित और आत्मविश्वासी जनता की सेवा करता है।

ऐसी बहुत सी बातें हैं जो एक उपभोक्ता को नया या प्रयुक्त वाहन खरीदने से पहले पता होनी चाहिए, और VSA उपभोक्ता को एक सूचित खरीद निर्णय लेने में मदद करने के लिए उपकरण और जानकारी मुहैया करता है।

अधिक जानकारी के लिए, कृपया उनकी वेबसाइट देखें या नीचे सूचीबद्ध नंबरों पर कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 1 877 294-9889
ईमेल: consumer.services@mvsabc.com
वेबसाइट: https://mvsabc.com/

निवेशक शिक्षा बुज़ुर्गों को घोटालों से बचने में मदद करती है - बीसी सेक्योरिटीज़ कमिशन

कई निवेशकों ने जोखिम भरे या छलपूर्ण निवेशों के कारण अपनी जीवन बचत खो दी है क्योंकि वे जोखिमों को नहीं समझ पाए, सही प्रश्न पूछें, स्वतंत्र शोध करें, या जब निवेश का मन हो तो दूसरी राय ज़रूर लें।

धोखाधड़ी से खुद को बचाने के तरीकों के बारे में लोगों को शिक्षित करने में मदद करने के लिए, BC सिक्योरिटीज़ कमीशन (BCSC) के पास अपनी निवेशक शिक्षा वेबसाइट InvestRight.org पर उपकरणों और संसाधनों का एक सूट मौजूद है। व्यक्ति धोखाधड़ी के चेतावनी संकेतों, निवेश घोटालों की पहचान कैसे करें, और निवेश सलाहकार की पृष्ठभूमि की जांच कैसे करें, के बारे में जान सकते हैं।

BCSC निवेश योजना, अनुपयुक्त निवेश और घोटालों के बारे में प्रश्नों का उत्तर देने में मदद कर सकता है। InvestRight.org निवेशकों के लिए निवेश संबंधी निर्णय लेने के तरीके के बारे में खुद को शिक्षित करने के लिए एकमात्र भरोसेमंद संसाधन है।

वेबसाइट: www.investright.org

चाहे आप बुज़ुर्ग हों, परिवार के सदस्य हों या देखभालकर्ता हों, आप लोगों को निवेश धोखाधड़ी से बचा सकते हैं और उनकी रक्षा कर सकते हैं। सतर्क रहें और संदिग्ध गतिविधि को प्रतिभूति नियामकों के ध्यान में लाएं। आपकी देखभाल और ध्यान किसी मित्र, परिवार के सदस्य या आपके समुदाय के सदस्य को एक घोटालेबाज कलाकार का शिकार होने से बचा सकता है।

किसी घोटाले की रिपोर्ट करने के लिए, BCSC से संपर्क करें या उनकी वेबसाइट पर एक टिप सबमिट करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 373-6393
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 899-6854
वेबसाइट: www.investright.org
(खोज बार में "सबमिट ए टिप" दर्ज करें)

आपातकालीन और आपदाकालीन तैयारी

प्रांतीय आपातकालीन तैयारियों का एक महत्वपूर्ण हिस्सा व्यक्तिगत तैयारी है। यह जानने की जिम्मेदारी सबकी है कि आपात स्थिति में अपनी और अपनों की सुरक्षा के लिए क्या करें। B.C. में 50 से अधिक पहचाने गए खतरे हैं, जिनमें जंगल की आग, भूकंप, सुनामी और बाढ़ शामिल हैं। तैयार रहने से इस तरह की चरम घटनाओं के प्रभाव को कम किया जा सकता है और बिजली की कटौती या बर्फीले तूफान जैसी कम गंभीर घटनाओं के दौरान भी मदद कर सकता है।

किसी आपात स्थिति के लिए तैयार रहने के लिए कई सरल कार्य किए जा सकते हैं। संघीय सरकार कम से कम 72 घंटों के लिए तैयार रहने की सिफारिश करती है, हालांकि, कुछ प्राधिकरण, जैसे कि कैपिटल रीजनल डिस्ट्रिक्ट (ग्रेटर विक्टोरिया और दक्षिणी खाड़ी द्वीपों को कवर करते हुए), अब न्यूनतम सात दिनों के लिए तैयार रहने की सलाह देते हैं। तैयारी की दिशा में पहले कदम के रूप में इस गाइड की शुरुआत में की कॉन्टेक्ट्स सेक्शन में पर्सनल रिकॉर्ड एंड इमरजेंसी नंबर्स पेज भरना। इन्हें शामिल करना सुनिश्चित करें:

- परिवार और दोस्त – फोन नंबर और पते, जिसमें एक बाहरी क्षेत्र (आदर्श रूप से एक प्रांत से बाहर) संपर्क शामिल है;
- पारिवारिक चिकित्सक – फोन नंबर और पता;
- कोई अन्य चिकित्सा संपर्क जैसे विशेषज्ञ, विशेष उपकरण के आपूर्तिकर्ता, फिजियोथेरेपिस्ट, निकटतम वॉक-इन क्लिनिक, आदि;
- निकटतम दो अस्पतालों के गैर-आपातकालीन नंबर और पते;
- आपकी नगर पालिका और स्थानीय आपातकालीन प्रबंधन संपर्क;
- BC हाइड्रो, FortisBC और TELUS संपर्क जानकारी;
- BC ड्रग एंड पॉइज़न इंफॉर्मेशन सेंटर फोन नंबर;
- फार्मेसी संपर्क जानकारी;
- पशु चिकित्सक संपर्क जानकारी (यदि लागू हो); तथा
- बीमा एजेंट संपर्क जानकारी।

किसी भी आपात स्थिति की तैयारी में परिवार और दोस्तों के साथ-साथ आपकी देखभाल में शामिल किसी भी व्यक्ति (जैसे, आपका पारिवारिक चिकित्सक, घरेलू देखभाल प्रदाता या दीर्घकालिक देखभाल गृह प्रदाता) के साथ आपकी ज़रूरतों पर चर्चा और समन्वय बनाना भी महत्वपूर्ण है। अपने पारिवारिक चिकित्सक के साथ किसी विशिष्ट चिकित्सा संबंधी आवश्यकताओं पर चर्चा करें। निम्न आसान चरणों से आपको तैयार होने में मदद मिलती है:

- एक आपातकालीन संपर्क सूची बनाएं और उस सूची में सभी से इस बारे में बात करें कि आपातकालीन स्थिति के दौरान आप उन्हें कैसे संपर्क करने की कोशिश करेंगे या अगर आपको अपनी बिल्डिंग छोड़ना पड़े तो आप उनसे कहां मिलने की कोशिश करेंगे;
- अपने घर के लिए एक आपातकालीन किट और आवश्यक चीजों के साथ एक 'उठाओ-और-चलो' (grab-and-go) किट पैक कर लें, जिसे आप आसानी से अपने साथ ले जा सकते हैं।

एक आपातकालीन किट में निम्नलिखित चीजों का होना ज़रूरी है:

- ☐ पानी: हाइड्रेशन और स्वच्छता के लिए चार लीटर प्रति व्यक्ति, प्रति दिन, कम से कम तीन दिनों के लिए
- ☐ खराब न होने वाला खाना जिसे आप खाना पसंद करते हैं और जो आपके किसी भी आहार संबंधी प्रतिबंध के मद्देनज़र उपयुक्त है
- ☐ प्राथमिक चिकित्सा किट
- ☐ आपके सबसे हाल के प्रेसक्रिप्शन की प्रतियां
- ☐ चश्मे की एक अतिरिक्त जोड़ी
- ☐ फ्लैशलाइट (टॉर्च) और अतिरिक्त बैटरी, या हाथ क्रैंक या विंड-अप फ्लैशलाइट
- ☐ AM/FM रेडियो और अतिरिक्त बैटरी या हैंड क्रैंक या विंड-अप रेडियो
- ☐ मौसम के अनुरूप कपड़े, जूते और स्वच्छता संबंधी सामान
- ☐ परिवार विशेष के साथ मुलाकात के स्थानों बताने वाले स्थानीय मानचित्र
- ☐ छोटे बिल के लिए नकद राशि
- ☐ मदद के लिए संकेत देने के लिए बुनियादी उपकरण और सीटी
- ☐ जन्म प्रमाण पत्र और वित्तीय/बीमा जानकारी जैसे महत्वपूर्ण दस्तावेजों की प्रतियां
- ☐ पालतू जानवरों की तैयारी की चीज़ें

यदि आपको जल्दी से कहीं और जाना करना है तो एक 'उठाओ-और-चलो' किट का एक बैकपैक या छोटा रोलिंग सूटकेस होना चाहिए जिसमें आवश्यक चीजें हों। इसे या तो दरवाजे के पास या किसी वाहन में रखना चाहिए। निम्नलिखित आइटम्स को रखने का ध्यान रखें:

- ☐ पानी की बोतल
- ☐ खराब न होने वाला खाना
- ☐ ज़रूरी दवाएं
- ☐ प्रेसक्रिप्शन की प्रतियां
- ☐ ज़रूरी कागज़ातों की प्रतियां, जैसे ड्राइविंग लाइसेंस, बीमा पॉलिसी और जन्म प्रमाण पत्र
- ☐ छोटे बिल के लिए नकद राशि
- ☐ अतिरिक्त घर और कार की चाबियां
- ☐ पालतू जानवरों के लिए अनिवार्य सामान, बशर्ते लागू हो
- ☐ टॉर्च
- ☐ मज़बूत जूते

'उठाओ-और-चलो' किट को एक दरवाजे के पास रखें, मसलन; प्रवेश द्वार की आलमारी या अपने वाहन में। आपात स्थिति और 'उठाओ-और-चलो' किट की सामग्री की नियमित रूप से जांचें और उन्हें अपडेट करें और नष्ट हो चुके भोजन और दवाओं को बदलें।

आपातकालीन स्थिति के लिए कोई योजना बनाएं। अपने घर या भवन से बाहर निकलने के मार्गों को जानें और सुनिश्चित कर लें कि आपको पता है कि ऐसी किसी घटनाओं की स्थिति में किसे कॉल करना है।

निम्नलिखित प्रोग्रामों लोगों को आपातकालीन स्थिति के लिए तैयार करने में मदद करने के लिए सूचना और संसाधन प्रदान करते हैं। अपने क्षेत्र में आपातकालीन प्रोग्रामों के संबंध में विशिष्ट जानकारी के लिए, अपनी नगरपालिका सरकार के माध्यम से अपने स्थानीय आपातकालीन प्रोग्रामों से संपर्क करें। बहुत सारी नगरपालिकाएं आपके क्षेत्र के लिए विशिष्ट आपातकालीन तैयारी संबंधी ब्रोशर प्रदान करती हैं और नियमित रूप से आपातकालीन तैयारी के लिए निःशुल्क सत्र आयोजित करती हैं। हो सकता है निर्दिष्ट तैयारी सत्र की व्यवस्था करना भी संभव हो, उदाहरण के लिए यदि एक पूरे स्तर का कॉम्प्लेक्स भाग लेने में दिलचस्पी लेता है।

आपातकालीन प्रबंधन BC

आपातकालीन प्रबंधन BC (EMBC) आपातकालीन स्थिति या आपदाओं से पहले, दौरान और बाद में सार्वजनिक सुरक्षा को पुख्ता करने के लिए काम करता है। EMBC ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों को B.C. में खतरों, सामान्य आपातकालीन तैयारियों और जोखिम-विशिष्ट आपातकालीन तैयारियों के बारे में जानकारी प्रदान करता है। उनके कई प्रकाशन और संसाधन हैं जो आपकी आवश्यकताओं के अनुसार आपातकालीन स्थिति के लिए तैयार होने में आपकी सहायता कर सकते हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "आपातकालीन तैयारियां, प्रतिक्रिया एवं रिकवरी" दर्ज करें)

विकलांग लोगों के लिए आपातकालीन तैयारियों के बारे में जानकारी

आपातकालीन प्रबंधन BC वेबसाइट का यह अनुभाग उन लोगों के लिए तैयारी संबंधी की जानकारी प्रदान करता है जिनके लिए सुनना, चलना-फिरना, बात करना, संज्ञानात्मक या अन्य चुनौतियां हो सकती हैं

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "विकलांग लोगों के लिए आपातकालीन तैयारियां" दर्ज करें)

आपातकालीन जानकारी BC

आपातकालीन जानकारी BC ब्रिटिश कोलंबिया में आपातकालीन घटनाओं के बारे में अपडेट जानकारी प्रदान करता है। आप अपने क्षेत्र में आपातकालीन अपडेट प्राप्त कर सकते हैं, सलाह सुन सकते हैं और आपातकालीन तैयारियों की जानकारी तथा संसाधनों तक पहुंच प्राप्त कर सकते हैं।

वेबसाइट: www.emergencyinfobc.gov.bc.ca

शेकआउट बीसी (ShakeOut BC)

शेकआउट बीसी हर अक्टूबर के तीसरे गुरुवार को होने वाली सालाना भूकंप संबंधी प्रशिक्षण (ड्रिल) है। अगर आपको भूकंप का झटका महसूस होता है तो क्या करना चाहिए, यह जानना आघात को रोकने में मदद करने के लिए बहुत ही अहम बात है। आप जहां भी हों, लेट जाएं! कवर कर लें! रूक जाएं!

वेबसाइट: www.shakeoutbc.ca

तैयार हो जाएं (संघीय सरकार)

72 घंटे: क्या आपका परिवार तैयार है? क्या आपातकालीन तैयारियों को बढ़ावा देने के लिए कनाडा सार्वजनिक सुरक्षा, कनाडाई रेड क्रॉस, सेंट जॉन एम्बुलेंस और साल्वेशन आर्मी के बीच एक सहयोग है। यह अभियान आपातकालीन तैयारियों के साथ-साथ संसाधनों जैसे तैयारी गाइड के बारे में जानकारी प्रदान करता है। सामान्य तौर पर *आपकी आपातकालीन तैयारी गाइड* और *विकलांग/विशेष आवश्यकता वाले लोगों के लिए आपातकालीन तैयारी गाइड* दोनों बुज़ुर्गों के लिए सहायक संसाधन हैं। इन गाइडों में आपातकालीन स्थिति की तैयारी के बारे में व्यावहारिक जानकारी होती है।

वेबसाइट: www.getprepared.ca

अपनी आपातकालीन तैयारी गाइड को ऑनलाइन से प्राप्त करें।

वेबसाइट: www.getprepared.gc.ca
(खोज बार में "आपकी आपातकालीन तैयारी गाइड" दर्ज करें)

विकलांग/विशेष ज़रूरत वाले लोगों के लिए आपातकालीन तैयारी गाइड को ऑनलाइन से प्राप्त करें।

वेबसाइट: www.getprepared.gc.ca
(खोज बार में "विकलांग/विशेष ज़रूरत" दर्ज करें)

डिरेक्टरी

डिरेक्टरी

इस गाइड में वर्णित या बुज़ुर्गों के लिए उपलब्ध सेवाओं की वर्णानुक्रमिक सूची निम्नलिखित है।

A

अबिलटी411 (Ability411)

वेबसाइट: www.ability411.ca

ऐबोरिजनल बुजुर्ग परिवहन

(एल्डर्स ट्रांसपोर्टेशन प्रोग्राम देखें)

गहन, घरेलू और सामुदायिक देखभाल सेवाएं

अपने समुदाय में सेवाओं को खोजने के लिए HealthLink BC डिरेक्टरी देखें या HealthLink BC को 8-1-1 पर कॉल करें। आप इस गाइड के आपका स्वास्थ्य अनुभाग में घर और सामुदायिक देखभालसेवाओं के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री TTY): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca/find

वयस्क उन्नयन (अपग्रेडिंग)

पब्लिक पोस्ट सैकंडरी संस्थानों, स्कूल डिस्ट्रिक्ट, वयस्क शिक्षण केंद्रों और ऑनलाइन के माध्यम से पूरे प्रांत में वयस्क उन्नयन की पेशकश की जाती है। वयस्क उन्नयन पाठ्यक्रम छात्रों को उनकी साक्षरता, अंकज्ञान और शैक्षणिक कौशल में सुधार करने में मदद करते हैं। वेबसाइट: www.upgradebc.ca

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "वयस्क शिक्षा" दर्ज़ करें)

बच्चों की किफायती देखभाल संबंधी लाभ

फोन (टोल फ्री): 1 888 338-6622
बहरे लोगों के लिए टेलीफोन डिवाइस (TDD): 711 (पूरे B.C. भर में)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "किफायती बाल देखभाल लाभ" दर्ज़ करें)

बुज़ुर्गों के लिए किफ़ायती आवास

(BC आवास देखें)

मृत्यु के बाद: जब किसी की मृत्यु हो जाए तो क्या करें

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "मृत्यु के बाद" दर्ज़ करें)

उम्र के अनुकूल BC (उम्र के अनुकूल समुदाय)

ईमेल: AgefriendlyBC@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "उम्र के अनुकूल" दर्ज करें)

अल-अनोन (Al-Anon) फ़ैमिली ग्रुप BC/युकोन

अल-अनोन गुमनाम रहने की नीति के साथ, शराबियों के परिवारों और दोस्तों के लिए स्वयं सहायता प्रोग्रामों प्रदान करता है।

वेबसाइट: www.bcyukon-al-anon.org

ऐलकोहोलिक्स अनौनिमस BC/युकोन

यह वेबसाइट गुमनाम शराबियों के लिए प्रोग्राम और दर्शन की व्याख्या करती है और स्थानीय सहायता समूहों के लिए संपर्क जानकारी प्रदान करती है।

वेबसाइट: www.bcyukonaa.org

अलाउंस/अलाउंस फॉर द सर्वाइवर

फोन (कनाडा और अमेरिका, अंग्रेज़ी, टोल-फ्री): 1 800 277-9914
फोन (कनाडा और अमेरिका, फ्रेंच, टोल-फ्री): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "60-64 आयु वर्ग के लोगों के लिए भत्ता" दर्ज करें)
www.canada.ca
(खोज बार में "सर्वाइवर के लिए अलाउंस" दर्ज करें)

B.C. की अल्जाइमर सोसायटी

फोन (टोल फ्री): 1 800 667-3742
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 681-6530
ईमेल: info@alzheimerbc.org
वेबसाइट: www.alzheimer.ca/en/bc

एम्बुलेंस

(BC आपातकालीन स्वास्थ्य सेवाएं देखें)

आर्थ्राटिस जवाब लाइन

हर सवाल का एक जवाब होता है। आपकी सहायता और उम्मीद के स्रोत के रूप में आर्थ्राटिस जवाब लाइन यहां हाज़िर है।

सुबह 10 बजे से शाम 4 बजे तक, सोमवार से शुक्रवार (टोल-फ्री):
1 800 321-1433
फोन (दुभाषिया सेवाएं, टोल-फ्री): 1 877 228-2557

आर्थ्राटिस सोसायटी

फोन (टोल फ्री): 1 866 414-7766
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 714-5550
ईमेल: info@bc.arthritis.ca
वेबसाइट: www.arthritis.ca/bc

असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री

डाक पता:
PO Box 9638 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P1
फोन (टोल फ्री): 1 866 714-3378
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 778 974-4887
ईमेल: Hlth.assistedlivingregistry@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "असिस्टेड लिविंग रजिस्ट्री" दर्ज करें)

ऑटोमोबाइल बीमा छूट

(बुज़ुर्गों के वाहन के लिए बीमा छूट देखें)

B

BC शराब और नशीली दवाओं की जानकारी और रेफरल लाइन

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-1441
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-9382

BC एम्बुलेंस सेवा

(BC आपातकालीन स्वास्थ्य सेवाएं देखें)

BC एसोसिएशन ऑफ कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क्स

ईमेल: info@bccrns.ca
वेबसाइट: www.bccrns.ca

BC मस्तिष्क आघात संघ

c/o Sea to Sky Meeting and Association Management Inc.
Suite 206, 201 Bewicke Ave.
North Vancouver BC V7M 3M7
ईमेल: info@brainstreams.ca
वेबसाइट: www.brainstreams.ca

BC कैंसर एजेंसी

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-3333
वेबसाइट: www.bccancer.bc.ca

BC देखभाल प्रदाता एसोसिएशन

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 736-4233
ईमेल: info@bccare.ca
वेबसाइट: www.bccare.ca

BC रोग नियंत्रण केंद्र (BCCDC)

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 707-2400
वेबसाइट: www.bccdc.ca/our-services

BC डेंटल एसोसिएशन

फोन (टोल फ्री): 1 888 396-9888
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 736-7202
ईमेल: info@yourdentalhealth.ca
वेबसाइट: www.yourdentalhealth.ca

आपातकालीन BC स्वास्थ्य सेवाएं

BC आपातकालीन स्वास्थ्य सेवाएं BC एम्बुलेंस सेवा और BC रोगी स्थानांतरण सेवाओं की देखरेख करती हैं

आपातकालीन चिकित्सीय स्तिथि में:

9-1-1 पर कॉल करें
जिन क्षेत्रों में 9-1-1 उपलब्ध नहीं है, वहां टोल फ्री 1 800 461-9911 पर कॉल करें
BC के बाहर से सेलफोन/SAT फोन: 250-374-5937
वेबसाइट: www.bcehs.ca

एम्बुलेंस बिलिंग के लिए संपर्क करें:

British Columbia Ambulance Service Ambulance
Billing Department
PO Box 9676 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P7
फोन (टोल फ्री): 1 800 665-7199
वेबसाइट: www.bcehs.ca
(खोज बार में "अपना एम्बुलेंस बिल भरें" दर्ज करें)

BC फेरीज़

B.C. 65+ उम्र के वरिष्ठ नागरिक छुट्टी के दिनों को छोड़कर, सोमवार से गुरुवार (11 नवंबर को स्मरण दिवस सहित) के अधिकांश BC फेरीज़ मार्गों पर निःशुल्क यात्रा करते हैं। उत्तरी मार्गों पर, 65+ आयु वर्ग के वरिष्ठ नागरिकों को सभी यात्रा के लिए यात्री किराए पर एक तिहाई छूट मिलती है। यह सिर्फ यात्री किराए पर लागू होता है।

ग्राहक सूचना और आरक्षण:

फोन (उत्तरी अमेरिका में टोल-फ्री): 1 888 BC-FERRY
(1 888 223-3779)
फोन (उत्तरी अमेरिका के बाहर): 1 800 223-3779
फोन (Rogers या TELUS मोबिलिटी नेटवर्क्स पर सेल फोन): *BCF (*223)
वेबसाइट: www.bcferries.com

B.C. हेल्थ केयर सिस्टम

फोन (सर्विस BC, टोल-फ्री): 1 800 663-7867

BC हेल्दी कम्युनिटीज सोसायटी

BC हेल्दी कम्युनिटीज सोसायटी एक प्रांत चौड़ा, गैर-लाभकारी संगठन है जो स्वस्थ, समावेशी और टिकाऊ समुदायों को बढ़ावा देता है और उनका समर्थन करता है।

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 590-8442
ईमेल: bchc@bchealthycommunities.ca
वेबसाइट: www.bchealthycommunities.ca

B.C. आश्रम प्रशामक देखभाल संघ

फोन (टोल फ्री): 1 877 410-6297
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 267-7024
ईमेल: office@bchpca.org
वेबसाइट: www.bchpca.org

BC हाउसिंग और हाउसिंग रजिस्ट्री

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
वेबसाइट: www.bchousing.org (खोज बार में "आवास प्रदाताओं के लिए हाउसिंग रजिस्ट्री" दर्ज करें)

लोअर मेनलैंड सीधे प्रबंधित कार्यालय

फोन: 604 609-7024

वैंकूवर आइलैंड क्षेत्रीय कार्यालय

फोन (टोल फ्री): 1 800 787-2807
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 475-7550

इंटीरियर रीज़नल ऑफ़िस

फोन (टोल फ्री): 1 800 834-7149
फोन (पेंटिक्टन): 250 493-0301

नॉर्दर्न रीज़नल ऑफ़िस

फोन (टोल फ्री): 1 800 667-1235
फोन (प्रिंस जॉर्ज): 250 562-9251

BC हाइड्रो

विद्युत सेवा या ऊर्जा दक्षता जानकारी के लिए:

वेबसाइट: www.bchydro.com

बिजली की कटौती या तार कट जाने की रिपोर्ट करने के लिए

फोन (टोल-फ्री): 1 800 BCHYDRO (1 800 224-9376)

B.C. कम आय वाले जलवायु संबंधी कार्रवाई टैक्स क्रेडिट

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "कम आय वाले जलवायु टैक्स" दर्ज करें)

BC मानसिक स्वास्थ्य सूचना लाइन

फोन (टोल-फ्री) 310-6789 (क्षेत्र कोड की आवश्यकता नहीं है)

BC प्रशामक देखभाल लाभ

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "हम किसे कवर करते हैं PharmaCare" दर्ज करें)

BC पार्क्स – कैंपसाइट शुल्क में छूट

वेबसाइट: www.bcparks.ca/fees/senior.html

BC पार्टनर्स फॉर मेन्टल हेल्थ एंड एडिक्शन्स इन्फॉर्मेशन

फोन (टोल फ्री): 1 800 661-2121
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 669-7600
ईमेल: bcpartners@heretohelp.bc.ca
वेबसाइट: www.heretohelp.bc.ca

B.C. मनोरंजन और पार्क एसोसिएशन

फोन (टोल फ्री): 1 866 929-0965
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 629-0965
वेबसाइट: www.bcrpa.bc.ca

BC सिक्योरिटीज़ कमीशन

फोन (टोल फ्री): 1 800 373-6393
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 899-6854
ईमेल: inquiries@bcsc.bc.ca
वेबसाइट: www.bcsc.bc.ca

B.C. सीनियर्स कम्युनिटी पार्क्स

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "सीनियर्स कम्युनिटी पार्क्स" दर्ज करें)

BC सीनियर्स गेम्स सोसायटी (55+ BC गेम्स)

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 778 426-2940
ईमेल: info@55plusbcgames.org
वेबसाइट: www.55plusbcgames.org

BC सर्विसेज कार्ड

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "सर्विस कार्ड आईडी" दर्ज करें)

BC ट्रांज़िट

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 382-6161; B.C. में कहीं भी, अपने स्थानीय ट्रांज़िट ऑपरेटर से संपर्क करें
ईमेल: transitinfo@bctransit.com
वेबसाइट: www.bctransit.com
(मेट्रो वैंकूवर ट्रांजिट के बारे में जानकारी के लिए ट्रांसलिंक देखें)

घर पर बेहतर

यह प्रोग्राम, जिसे लोअर मेनलैंड के यूनाइटेड वे द्वारा प्रबंधित किया जाता है, पूरे प्रांत में कई समुदायों में बुज़ुर्गों के लिए गैर-चिकित्सा घरेलू सहायता सेवाएं प्रदान करता है।

फोन: 604-268-1312 (सामान्य पूछताछ)
वेबसाइट: www.betterathome.ca

बाउंस बैक: रीक्लेम यॉर हेल्थ

ऐसे लोग जो अवसाद और चिंता से ग्रस्त हैं उनके लिए इस प्रोग्राम के बारे में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें।

वेबसाइट: www.bouncebackbc.ca

बुज़ुर्गों का मानसिक स्वास्थ्य

आपके मस्तिष्क के स्वास्थ्य में बेहतरी करने में आपकी मदद करने के लिए पांच आसान कदम।

वेबसाइट: www.alzheimer.ca (खोज बार में "मानसिक स्वास्थ्य" दर्ज करें)

अल्जाइमर रोग के जोखिम कारक और उन जोखिमों को कम करने में मदद के लिए आप क्या कर सकते हैं, जानने के लिए यहां जाएं:

वेबसाइट: www.alzheimer.ca (खोज बार में "जोखिम कारक" दर्ज करें)

विकलांगों के लिए एक बेहतर B.C. का निर्माण

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "ऐक्सेसबिलिटी" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के लिए बस किराए में छूट

(ट्रांजिट सीनियर्स फ़ेयर डिस्काउंट और बस पास प्रोग्राम देखें)

बस पास प्रोग्राम

फोन (टोल फ्री): 1 866-866-0800

- विकल्प 1 – अगर आप सामाजिक विकास और गरीबी उन्मूलन मंत्रालय की सेवाएं* प्राप्त कर रहे हैं, तो अपनी व्यक्तिगत पहचान संख्या और पिन या अपना सोशल इंशोरेंस नंबर दर्ज करें, फिर विकल्प 1 दबाएं।
- विकल्प 2 – अगर आप सामाजिक विकास और गरीबी उन्मूलन मंत्रालय की सेवाएं* प्राप्त कर रहे हैं और आपके पास व्यक्तिगत पहचान संख्या या सोशल इंशोरेंस नंबर नहीं है या सभी सामान्य पूछताछ के लिए, अपना 10-अंकीय फोन नंबर दर्ज करें, फिर विकल्प 2 दबाएं।

* नीचे दी गई वेबसाइट पर पात्रता मानदंड देखें।

ईमेल: SDSIBUSPA@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "बस पास प्रोग्राम" दर्ज करें)

C

कनाडा पेंशन योजना

फोन (कनाडा और अमेरिका, अंग्रेज़ी, टोल-फ्री): 1 800 277-9914
फोन (कनाडा और अमेरिका, फ्रेंच, टोल-फ्री): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "कनाडा पेंशन योजना" दर्ज करें)

कैनेडा रेवेन्यू एजेंसी

फोन (व्यक्तिगत आयकर और ट्रस्ट पूछताछ, टोल-फ्री):
1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "रेवेन्यू एजेंसी" दर्ज करें)
www.canada.ca फ्रेंच है (खोज बार में "एजेंसी रेवेन्यू" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के मानसिक स्वास्थ्य के लिए कनाडाई गठबंधन

बुज़ुर्गों के मानसिक स्वास्थ्य में उन्नति और बेहतरी के लिए कार्य करना। इस साइट पर उपलब्ध जानकारी और उपकरणों की जांच करें:

वेबसाइट: www.ccsmh.ca

कैनेडियन इंस्टिट्यूट फॉर सब्सटांस यूज़ रिसर्च

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 408-7753
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 472-5445
ईमेल: cisur@uvic.ca
वेबसाइट: www.uvic.ca (खोज बार में "cisur" दर्ज करें)

चॉइस इन सपोर्टस फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग (CSIL)

अधिक जानकारी के लिए अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज में "सपोर्टस इंडिपेंडेंट लिविंग" दर्ज करें)

चूज़ टू मूव (Choose to Move)

1-पर-1 कोचिंग सहायता के साथ 6 महीने का निःशुल्क शारीरिक गतिविधि संबंधी प्रोग्राम।

फोन: 604 875-4111 ext. 21787
ईमेल: contact@choosetomove.info
वेबसाइट: www.choosetomove.info

पुराने रोग संबंधी सेल्फ मैनेजमेंट प्रोग्राम

(सेल्फ-मैनेजमेंट BC देखें)

सिविल रेजोल्यूशन ट्रिब्यूनल

(CRT) अब स्ट्राटा विवादों को सुलझाने का एक तरीका पेश करता है।

फोन (कनाडा में टोल-फ्री): 1 844 322-2292
ईमेल:
वेबसाइट: www.civilresolutionbc.ca

कोकीन अनानीमस – ब्रिटिश कोलंबिया क्षेत्र

इस वेबसाइट में कोकीन अनॉनमस प्रोग्राम और दर्शन का विवरण होता है और यह स्थानीय सहायता समूहों के लिए संपर्क जानकारी प्रदान करती है।

वेबसाइट: www.ca-bc.org

सामुदायिक केंद्र और अन्य सामुदायिक सेवा एजेंसियां

अपनी फोन बुक में स्थानीय सामुदायिक केंद्र सूची तलाशने या सामुदायिक संगठन की जानकारी ऑनलाइन खोजने के सुझावों के लिए WelcomeBC वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.welcomebc.ca

सामुदायिक प्रतिक्रिया नेटवर्क

(BC एसोसिएशन ऑफ कम्युनिटी रेस्पॉन्स नेटवर्क्स देखें)

सामुदायिक यात्रा प्रशिक्षण प्रोग्राम

BC ट्रांज़िट के लिए 250 382-6161 पर फोन करें और 0 दबाएं या अपने क्षेत्र में यात्रा प्रशिक्षण के बारे में जानने के लिए अपने स्थानीय ट्रांज़िट प्रदाता को कॉल करें। विक्टोरिया, केलोना, प्रिंस जॉर्ज और वर्नोन में संपर्क करें:

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 385-2551
वेबसाइट: https://bctransit.com/travel-training-victoria/riderinfo/accessibility/travel-training
फोन (केलोना): 250 860-8121
वेबसाइट: https://bctransit.com/kelowna-travel-training/riderinfo/accessibility/travel-training
फोन (प्रिंस जॉर्ज): 250 563-0011
वेबसाइट: https://bctransit.com/prince-george-travel-training/riderinfo/accessibility/travel-training
फोन (वर्नोन): 250 545-7221

सामुदायिक स्वयंसेवक आयकर प्रोग्राम

कम्युनिटी वॉलंटियर इंकम टैक्स प्रोग्राम के बारे में जानकारी के लिए, वॉलंटियर बनने का तरीका जानने के लिए या अपने क्षेत्र में भाग लेने वाले किसी सामुदायिक संगठन को खोजने के लिए, कैनेडा रेवेन्यू एजेंसी की वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "फ्री टैक्स क्लिनिक" दर्ज करें)
फ्रेंच: www.canada.ca (खोज बार में "comptoirs d'impôts gratuits" दर्ज करें)

अनुकंपा देखभाल लाभ

(रोज़गार बीमा [EI] लाभ – अनुकंपा देखभाल देखें)

बधाई संदेश

किसी अहम जन्मदिन या शादी की सालगिरह के लिए बधाई संदेशों का अनुरोध किया जा सकता है। अधिक जानकारी के लिए प्रांतीय सरकार के कार्यालय प्रोटोकॉल से संपर्क करें।

फोन (सर्विस BC, टोल-फ्री): 1 800 663-7867
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-1616
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "बधाई संदेश" दर्ज करें)

प्रौद्योगिकी से जुड़ना (कनेडियन इंस्टीट्यूट फॉर द ब्लाइंड)

यह पहल पूरे कनाडा में बुनियादी डिजिटल कौशल प्रशिक्षण प्रदान करेगी। प्रशिक्षण व्यक्तिगत रूप से और टेलीकांफ्रेंस के माध्यम से आयोजित किया जाएगा और डिजिटल साक्षरता की दुनिया में ज्ञान, कौशल, महत्वपूर्ण सोच और सूचना प्रबंधन को बढ़ाने के लिए सहायक और अनुकूली प्रौद्योगिकी से सांस थामे हुए प्रतिभागियों परिचित कराएगा। प्रतिभागी डिजिटल अर्थव्यवस्था और उनके समुदायों में भाग लेने के लिए ऐप्स, ईमेल, सोशल मीडिया, सर्च इंजन और अन्य संचार उपकरणों का सुरक्षित और प्रभावी ढंग से उपयोग करना सीखेंगे।

ईमेल: info@cnib.ca

दूतावास सेवाएं

(विदेशी सेवाएं देखें)

उपभोक्ता संरक्षण BC

फोन (टोल फ्री): 1 888 564-9963
वेबसाइट: www.consumerprotectionbc.ca

अपराध निवारण और सामुदायिक पुलिसिंग

अपने स्थानीय पुलिस विभाग या RCMP दस्ते से संपर्क करें।

(पीड़ित सेवाएं भी देखें)

क्राइसिस लाइन एसोसिएशन BC

मानसिक स्वास्थ्य संकट समर्थन:

फोन (टोल-फ्री): 1 800 784-2433 (1 800 SUICIDE)

मानसिक स्वास्थ्य सहायता और जानकारी के लिए:

फोन (टोल-फ्री): 310-6789 (किसी क्षेत्र कोड की ज़रूरत नहीं है)

B.C. में क्राइसिस लाइन के बारे में अधिक जानकारी के लिए, निम्न वेबसाइट पर जाएं:

वेबसाइट: www.crisislines.bc.ca

D

डिमेंशिया हेल्पलाइन (First Link®)

फोन (टोल फ्री): 1 800 936-6033, सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से शाम 4 बजे तक
दक्षिण एशियाई डिमेंशिया हेल्पलाइन: 1 833 674-5003
वेबसाइट: www.alzheimerbc.org

(B.C. की अल्जाइमर सोसायटी और फर्स्टलिंक® डिमेंशिया हेल्पलाइन भी देखें)

डायबिटीज एसोसिएशन कैनेडा

फोन (टोल फ्री): 1 800 226-8464
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 732-1331
ईमेल: info@diabetes.ca
वेबसाइट: www.diabetes.ca

विकलांगता मैत्री BC

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-1278
वेबसाइट: www.disabilityalliancebc.org

विकलांगता टैक्स क्रेडिट

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट: www.canada.ca/disability

घरेलू हिंसा हेल्पलाइन (विक्टिम लिंक BC)

फोन (टोल फ्री): 1 800 563-0808, दिन के 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन
वेबसाइट: www.domesticviolencebc.ca

ड्राइवबीसी (DriveBC)

फोन (टोल फ्री): 1 800 550- 4997
वेबसाइट: www.drivebc.ca

ड्राइवर की चिकित्सा परीक्षण रिपोर्ट और उन्नत सड़क परीक्षण आकलन (रोडसेफ्टीबीसी-RoadSafetyBC)

फोन (टोल फ्री): 1 855-387-7747,
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-7747
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "ड्राइवर मेडिकल फिटनेस" दर्ज करें)

ड्राइवर लाइसेंस (ICBC)

फोन (टोल फ्री): 1 800 950-1498
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 978-8300
वेबसाइट: www.icbc.com/driver-licensing

ड्राइविंग – CAA सीनियर ड्राइवर्स टूलकिट

बुज़ुर्ग ड्राइवरों और उनका समर्थन करने वालों को ड्राइविंग कौशल का आकलन करने, बदलती क्षमताओं के बारे में जानने और अगर आवश्यक हो, तो ड्राइविंग की आदतों को संशोधित करने में मदद करने संबंधी जानकारी देता है।

वेबसाइट: www.caa.ca/seniors

E

सीनियर्स से दुर्व्यवहार रोकथाम

आपातकालीन स्थिति में, हमेशा 9-1-1 पर कॉल करें या अपनी फोन बुक में सामने सूचीबद्ध आपातकालीन नंबर पर कॉल करें। आप इस गाइड के आपका बचाव और सुरक्षा अनुभाग में सीनियर्स के साथ दुर्व्यवहार की रोकथाम के बारे में अधिक पढ़ सकते हैं।

जानकारी, रेफरल और समर्थन के लिए:

सीनियर्स एब्यूज़ एंड इंफॉर्मेशन लाइन (SAIL)

फोन (टोल फ्री): 1 866 437-1940
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 437-1940
वेबसाइट: www.seniorsfirstbc.ca

विक्टिमलिंक BC (VictimLink BC)

फोन (B.C. और युकोन में टोल-फ्री): 1 800 563-0808, दिन के 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): 604 875-0885 (संग्रह करने के लिए कॉल करने के लिए, कृपया TELUS रिले सेवा को 7-1-1 पर डायल करें)
टैक्स्ट: 604 836-6381
ईमेल: VictimLinkBC@bc211.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "VictimLink BC" दर्ज करें)

(इस डिरेक्टरी में BC सेंटर फॉर एल्डर एडवोकेसी एंड सपोर्ट, पब्लिक गार्जियन एंड ट्रस्टी, और सीनियर्स एब्यूज एंड इंफॉर्मेशन लाइन लिस्टिंग भी देखें)

एल्डर्स ट्रांसपोर्टेशन प्रोग्राम

B.C. एसोसिएशन ऑफ एबोरिजिनल फ्रेंडशिप सेंटर्स

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 388-5522
फोन (टोल फ्री): 1 800 990-2432
ईमेल: frontdesk@bcaafc.com
वेबसाइट: www.bcaafc.com/help/elders

आपातकालीन जानकारी BC

आपातकालीन जानकारी BC ब्रिटिश कोलंबिया में आपातकालीन घटनाओं के बारे में अपडेट जानकारी प्रदान करता है।

वेबसाइट: www.emergencyinfobc.gov.bc.ca

आपातकालीन प्रबंधन BC

आपातकालीन प्रबंधन BC आपातकालीन स्थिति या आपदाओं से पहले, दौरान और बाद में सार्वजनिक सुरक्षा को बढ़ाने के लिए काम करता है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca/PreparedBC
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "आपातकालीन प्रबंधन BC" दर्ज करें)

रोजगार बीमा (EI) लाभ

फोन (सर्विस कनाडा, टोल फ्री): 1 800 206-7218
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "रोजगार बीमा लाभ" दर्ज करें)

EI अनुकंपा देखभाल लाभ

EI उन व्यक्तियों को कम्पैशनेट केयर बेनिफिट्स प्रदान करता है, जिन्हें अस्थायी रूप से काम से दूर होना चाहिए ताकि वे परिवार के किसी ऐसे सदस्य की देखभाल या सहयोग प्रदान कर सकें जो मौत के एक महत्वपूर्ण जोखिम के साथ गंभीर रूप से बीमार है।

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "देखभाल लाभ और छुट्टी" दर्ज करें)

EI सिकनेस बेनिफिट्स

EI उन व्यक्तियों को सिकनेस बेनिफिट्स मुहैया करता है जो बीमारी, चोट या क्वारंटाइन के कारण काम करने में असमर्थ हैं।

वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "सिकनेस बेनिफिट्स" दर्ज करें)

रोजगार मानक शाखा

यह शाखा *रोज़गार मानक अधिनियम और विनियमन* का संचालन करती है, जो अधिकांश कार्यस्थलों में मजदूरी और काम करने की स्थिति के न्यूनतम मानकों को निर्धारित करता है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-3316
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "रोजगार मानक" दर्ज करें)

अधिक उम्र के श्रमिकों के लिए रोज़गार सहायता

(ओल्डर वर्कर्स प्रोग्राम और WorkBC देखें)

अंग्रेज़ी भाषा प्रशिक्षण

B.C. में वयस्क नवागंतुकों, जो स्थायी निवासी या संरक्षित व्यक्ति हैं, के लिए अंग्रेजी भाषा का नि:शुल्क निर्देश उपलब्ध है, इसके लिए कनाडा सरकार धन मुहैया करती है। सार्वजनिक उत्तर-माध्यमिक संस्थान भी ट्यूशन-मुक्त अंग्रेज़ी भाषा सीखने की पेशकश करते हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "अंग्रेज़ी सीखें" दर्ज करें)

F

फ़ेयर फार्मकेयर योजना

(फार्मकेयर देखें)

गिरने से बचना

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "गिरने से बचना" दर्ज करें)
वेबसाइट: https://findingbalancebc.ca/

फ़ैमिली केयर गिवर्स ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया

देखाभाल कर्ता सहायता लाइन फोन (टोल-फ्री): 1 877 520- 3267
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 384-0408
वेबसाइट: www.familycaregiversbc.ca

संघीय और प्रांतीय गैर-वापसी योग्य टैक्स क्रेडिट

संघीय

फोन (टोल फ्री): 1 800 959-8281
वेबसाइट:www.canada.ca
(खोज बार में "प्रांतीय और क्षेत्रीय टैक्स और क्रेडिट" दर्ज करें)

प्रांतीय

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "ब्रिटिश कोलंबिया आयकर क्रेडिट" दर्ज करें)

संघीय प्रोग्राम

कनाडा सरकार के किसी प्रोग्राम या सेवा के बारे में जानकारी के लिए सर्विस कनाडा से संपर्क करें।

फोन (टोल-फ्री): 1 800 O-Canada (1 800 622-6232)
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): 1 800 926-9105
वेबसाइट: www.servicecanada.gc.ca

सीनियर्स कनाडा ऑन-लाइन

वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "सीनियर्स के लिए प्रोग्राम और सेवाएं" दर्ज करें)

फेरीज़

BC फेरीज़ और B.C. में इनलैंड के बारे में जानकारी इस गाइड के *गैटिंग अराउंड* अनुभाग में उपलब्ध है।

(इस डिरेक्टरी में BC फेरीज़ और इनलैंड फेरीज़ भी देखें)

फर्स्ट लिंक® डिमेंशिया हेल्पलाइन

वेबसाइट: www.alzheimerbc.org

(B.C. की अल्जाइमर सोसायटी और फर्स्ट लिंक® डिमेंशिया हेल्पलाइन भी देखें)

बुज़ुर्गों के लिए मछली पकड़ने (मारने) और शिकार करने के लिए लाइसेंस

मछली पकड़ने (मारने) के बारे में जानकारी के लिए

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "मछली पकड़ने का लाइसेन्स" दर्ज करें)

शिकार संबंधी लाइसेंस के बारे में जानकारी के लिए:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "शिकार करने का लाइसेन्स" दर्ज करें)

विदेशी सेवाएं

प्रोटोकॉल का B.C. कार्यालय प्रांत में दूतावास अधिकारियों द्वारा प्रतिनिधित्व किए गए 70 से अधिक देशों के लिए संपर्क जानकारी प्रदान करता है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "प्रोटोकॉल का कार्यालय" दर्ज करें)

अन्य सभी देशों के बारे में जानकारी के लिए, जिनसे औटवा स्थित उनके दूतावासों और उच्चायोगों के माध्यम से संपर्क किया जा सकता है, निम्नलिखित वेबसाइट देखें।

वेबसाइट: www.international.gc.ca/protocol-protocole

G

ग्लू डिजिटल कोचिंग नेटवर्क

यह पहल पूरे ब्रिटिश कोलंबिया में बुज़ुर्ग वयस्कों को बुनियादी डिजिटल कौशल प्रशिक्षण प्रदान करेगी। ग्लू टेक्नोलॉजी सोसायटी अपने समुदाय में वरिष्ठ नागरिकों को डिजिटल कौशल प्रशिक्षण और सहायता प्रदान करने में सक्षम 'डिजिटल पीयर कोच' के नेटवर्क की भर्ती और समर्थन करेगी। प्रतिभागी सार्वजनिक WIFI का सुरक्षित रूप से उपयोग करने, सुरक्षित रूप से इंटरनेट ब्राउज़ करने, ऑनलाइन खातों का प्रबंधन करने, धोखाधड़ी वाले ईमेल की पहचान करने, वीडियो कॉलिंग का उपयोग करने, सोशल मीडिया को समझने और ऑनलाइन सरकारी सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने सहित कई तरह के कौशल को सीखेंगे। अंग्रेज़ी और फ्रेंच में उपलब्ध है।

ईमेल: hello@gluusociety.org
फोन (टोल-फ्री): 1 855 458-8622
फोन: 604 343-4946

गुड्स एंड सर्विसेज टैक्स (GST) क्रेडिट

फोन (टोल फ्री): 1 800 387-1193
वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "gst" दर्ज करें)

सरकारी एजेंट

(सर्विस BC सेंटर देखें)

कनाडा सरकार

सेवानिवृत्ति और सार्वजनिक पेंशनें:

वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "सार्वजनिक पेंशनें" दर्ज करें)

सीनियर्स कनाडा ऑन-लाइन

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "सीनियर्स के लिए प्रोग्राम और सेवाएं" दर्ज करें)

दादा-दादी/नाना-नानी द्वारा पोते-पोतियों की परवरिश सहायता लाइन

फोन (टोल फ्री): 1 855 474-9777
सुबह 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक सोमवार, मंगलवार, गुरूवार और शुक्रवार
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 558-4740
वेबसाइट: www.parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren/

उम्र के अनुकूल समुदाय के लिए अनुदान

ईमेल: ईमेल: AgefriendlyBC@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.ubcm.ca
(खोज बार में "उम्र के अनुकूल समुदाय के लिए अनुदान" दर्ज करें)

गारंटीड इनकम सप्लीमेंट

गारंटीड इनकम सप्लीमेंट के बारे में जानकारी इस गाइड के *आपका पैसा* अनुभाग में उपलब्ध है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 277-9914
फोन (टोल-फ्री, फ्रेंच): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "गारंटीड इनकम सप्लीमेंट" दर्ज करें)

H

हैंडीडार्ट कस्टम ट्रांजिट

BC ट्रांजिट (ग्रेटर विक्टोरिया और बाकी B.C. मेट्रो वैंकूवर के बाहर)

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 727-7811
सोमवार से शुक्रवार - सुबह 8 बजे से शाम 5 बजे तक
वेबसाइट: www.bctransit.com/Victoria/riderinfo/handydart/register

ट्रांसलिंक (केवल मेट्रो वैंकूवर)

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 575-6600
फोन (टोल फ्री): 1 844 475-6600
वेबसाइट: www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit/HandyDART.aspx

स्वास्थ्य प्राधिकरण

फ़्रेज़र हेल्थ

फोन (टोल-फ्री):
1 877 935-5669
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 587-4600
वेबसाइट:
www.fraserhealth.ca

इंटीरियर हेल्थ

फोन (केलोना):
250 862-4200
वेबसाइट:
www.interiorhealth.ca

आइलैंड हेल्थ

फोन (टोल-फ्री):
1 877 370-8699
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 370-8699
वेबसाइट:
www.islandhealth.ca

नॉर्दर्न हेल्थ

फोन (टोल-फ्री):
1 866 565-2999
फोन (प्रिंस जॉर्ज):
250 565-2649
वेबसाइट:
www.northernhealth.ca

वैंकूवर कोस्टल हेल्थ

फोन (टोल-फ्री):
1 866 884-0888
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 736-2033
वेबसाइट:
www.vch.ca

प्रांतीय स्वास्थ्य सेवा प्राधिकरण

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 675-7400
वेबसाइट:
www.phsa.ca

फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी

फोन (टोल-फ्री):
1 866 913-0033
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 693-6500
वेबसाइट:
www.fnha.ca

हेल्थ कनेक्शन

हेल्थ कनेक्शन उन रोगियों के लिए परिवहन तक पहुंच प्रदान करता है जिन्हें गैर-आपातकालीन चिकित्सा अपॉइंटमेंट के लिए यात्रा करना ज़रूरी है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "हेल्थ कनेक्शन" दर्ज करें)

नॉर्दर्न हेल्थ

नॉर्दर्न हेल्थ कनेक्शन के माध्यम से प्रदान की जाने वाली सेवा। कृपया अपना BC सर्विसेज कार्ड नंबर और अपॉइंटमेंट संबंधी जानकारी साथ में तैयार रखें।

फोन (टोल-फ्री): 1 888 647-4997 (सप्ताह में 7 दिन, सुबह 8 से शाम 5 बजे तक)
वेबसाइट: www.nhconnections.ca

इंटीरियर हेल्थ

BC ट्रांजिट के माध्यम से प्रदान की जाने वाली सेवा। B.C. इंटीरियर में हेल्थ कनेक्शन के बारे में अधिक जानकारी के लिए, अपने स्थानीय BC ट्रांजिट कार्यालय से संपर्क करें या अपनी स्थानीय BC ट्रांजिट वेबसाइट देखें (शेड्यूल और मानचित्र पर क्लिक करें और पृष्ठ के दाईं ओर स्वास्थ्य संपर्क लिंक देखें)।

वेबसाइट: www.bctransit.com

वैंकूवर कोस्टल हेल्थ

चिकित्सा यात्रा टिकट बेला कूला वैली स्वास्थ्य सेवाओं के माध्यम से प्रदान किए जाते हैं। सेवा सेंट्रल कोस्ट और बेला कूला वैली पर केंद्रित है।

फोन (बेला कूला वैली स्वास्थ्य सेवाएं): 250 799-5311
(यात्रा सहायता प्रोग्राम भी देखें)

हेल्थलिंक बीसी (HEALTHLINK BC)

हेल्थलिंक बीसी गैर-आपातकालीन स्वास्थ्य, पोषण, शारीरिक गतिविधियों, दवा और स्वास्थ्य सेवा की जानकारी प्रदान करता है।

हेल्थलिंक बीसी वेबसाइट पर जाएं या दिन या रात के किसी भी समय हेल्थलिंक बीसी से 8-1-1 पर संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca

हेल्थ प्रमोशन वर्कशॉप

(B.C. के वरिष्ठ नागरिक संगठनों की परिषद)

वेबसाइट: www.coscobc.org/index.php/cosco-workshops

बुज़ुर्गों के लिए स्वस्थ खान-पान

स्वस्थ खान-पान की जानकारी के लिए इस गाइड के *आपकी जीवनशैली* अनुभाग देखें, जिसमें बुज़ुर्गों के लिए हेल्दी ईटिंग हैंडबुक और हेल्थलिंक बीसी पर आहार विशेषज्ञ सेवाओं की जानकारी शामिल है।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "सीनियर्स के लिए स्वस्थ खान-पान" दर्ज करें)
फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1

हार्ट एंड स्ट्रोक फाउंडेशन, B.C. और युकोन

फोन (टोल फ्री): 1 888 473-4636
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 778 372-8000
वेबसाइट: www.heartandstroke.ca

हीयरटूहेल्प (HeretoHelp)

हीयरटूहेल्प लोगों को मानसिक स्वास्थ्य और मादक पदार्थों के सेवन संबंधी समस्याओं को रोकने और प्रबंधित करने तथा स्वस्थ जीवन जीने में मदद करने के लिए जानकारी प्रदान करता है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 661-2121
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 669-7600
ईमेल: bcpartners@heretohelp.bc.ca
वेबसाइट: www.heretohelp.bc.ca

होम ऐडैप्टेशन फॉर इंडिपेंडेंस प्रोग्राम

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
वेबसाइट: www.bchousing.org (खोज बार में "HAFI" दर्ज करें)

गृह ऊर्जा छूट ऑफ़र

गृह ऊर्जा छूट ऑफर घर के मालिकों को घरेलू ऊर्जा को अपग्रेड करने के लिए प्रोत्साहित करता है जो मौजूदा ऊर्जा लागत को कम करने और उनके घरों में आरामियत में सुधार लाने में मदद करेगा।

वेबसाइट: www.bchydro.com (खोज बार में "गृह छूट" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के लिए गृहपति अनुदान

गृहपति अनुदान के बारे में अधिक जानकारी के लिए, जिसमें योग्यता प्राप्त करने वाले और आवेदन करने का तरीका शामिल है, पर जाएं:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "गृहपति अनुदान" दर्ज करें)

अगर आपके कोई प्रश्न हैं, तो अपनी नगर पालिका से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.civicinfo.bc.ca/11.asp

अगर आप ग्रामीण क्षेत्र में हैं, तो कर सर्वेक्षणकर्ता से संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 888 355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0555
ईमेल: ruraltax@gov.bc.ca

बुज़ुर्गों के लिए कम आय अनुदान अनुपूरक

निम्न-आय अनुदान अनुपूरक के बारे में अधिक जानकारी के लिए, जिसमें योग्यता प्राप्त करने वाले और आवेदन करने का तरीका शामिल है, पर जाएं:

फोन (टोल फ्री): 1 888-355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0555
ईमेल: hogadmin@gov.bc.ca
Website: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "बुज़ुर्गों के लिए कम आय अनुदान अनुपूरक" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों और विकलांग व्यक्तियों के लिए होम रेनोवेशन टैक्स क्रेडिट

बुज़ुर्गों और विकलांग व्यक्तियों के लिए होम रेनोवेशन टैक्स क्रेडिट एक वापसी योग्य व्यक्तिगत आयकर क्रेडिट है जो स्थायी घरेलू में रूपांतरण के खर्च में सहायता करता है जो उपयोग के अनुकूल बनाता है या बुज़ुर्गों को घर पर अधिक कार्याशील होने या चलने-फिरने में मदद करता है।

डाक पता:
Income Taxation Branch
PO Box 9444 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9W8
फोन (टोल फ्री): 1 877 387-3332
ईमेल: ITBTaxQuestions@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "सीनियर्स होम रेनोवेशन" दर्ज करें)

होम एक्सेसिबिलिटी टैक्स क्रेडिट (HATC)

नवीनीकरण जो वरिष्ठों या विकलांग व्यक्तियों के लिए घरों को सुरक्षित या अधिक सुलभ बनाते हैं, वे टैक्स क्रेडिट के लिए योग्यता प्राप्त कर सकते हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 877 387-3332
वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "HATC" दर्ज करें)

हाउसिंग रजिस्ट्री

सब्सिडी वाले आवास की तलाश करने वाले व्यक्ति हाउसिंग रजिस्ट्री सदस्यों द्वारा प्रबंधित विकास में किसी भी उपलब्ध आवास इकाइयों के लिए विचार करने के लिए BC हाउसिंग के लिए आवेदन कर सकते हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756; 1 दबाएं
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218 "1" दबाएं
वेबसाइट: www.bchousing.org
(खोज बार में "सब्सिडाइज्ड हाउसिंग" दर्ज करें)

बुज़ुर्गों के लिए शिकार करने और मछली मारने (पकड़ने) संबंधी लाइसेंस

शिकार संबंधी लाइसेंस के बारे में जानकारी के लिए:

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "शिकार करने का लाइसेन्स" दर्ज करें)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "मछली पकड़ने का लाइसेन्स" दर्ज करें)

I

iCON – इंटरकल्चरल ऑनलाइन हेल्थ नेटवर्क, ब्रिटिश कोलंबिया यूनिवर्सिटी मेडिसिन डिजिटल इमरजेंसी मेडिसिन फैकल्टी

iCON पूरे ब्रिटिश कोलंबिया में चीनी, दक्षिण एशियाई और मूल निवासी रोगियों, परिवारों और देखभाल करने वालों को दीर्घकालिक बीमारी प्रबंधन के बारे में ऑनलाइन और व्यक्तिगत रूप से सांस्कृतिक और भाषाई रूप से उपयुक्त स्वास्थ्य संसाधन प्रदान करता है।

फोन (टोल फ्री): 1-877-357-7611
ईमेल: iconsupport@ubc.ca
वेबसाइट: www.iconproject.org

अप्रवासी सेवाएं

वेबसाइट: www.canada.ca
(खोज बार में "मुफ्त नवागंतुक सेवाएं" दर्ज करें)

इम्यूनाइज़ेशन सर्विसेस

अपनी फोन बुक के नीले पृष्ठों में "स्वास्थ्य प्राधिकरण" के अंतर्गत अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता या स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य इकाई से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.immunizebc.ca

B.C. का बीमा निगम (ICBC)

ब्रिटिश कोलंबिया का बीमा निगम (ICBC) एक प्रांतीय क्राउन निगम है जिस पर पूरे प्रांत में वाहन को लाइसेंस देने और B.C. ड्राइवरों का बीमा करने का दायित्व है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-3051
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 661-2800
वेबसाइट: www.icbc.com

वृद्धावस्था संबंधी सुरक्षा प्राप्त नहीं करने वाले बुज़ुर्गों के लिए आय सहायता

सामाजिक विकास और गरीबी उन्मूलन मंत्रालय

फोन (टोल फ्री): 1 866 866-0800;
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "आय और विकलांगता सहायता सेवाएं की पहुंच" दर्ज करें)
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "सहायता के लिए अप्लाई करें" दर्ज करें)

इनलैंड फेरीज़

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "इनलैंड फेरीज़" दर्ज करें)

इंस्पायरहेल्थ सपोर्टिव कैंसर केयर

फोन (टोल फ्री): 1 888 734-7125
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 734-7125
वेबसाइट: www.inspirehealth.ca

निवेशक शिक्षा – BC प्रतिभूति आयोग

निवेशक शिक्षा इन्वेस्टराईट और BC सिक्योरिटीज़ कमीशन के माध्यम से प्रदान की जाती है। निःशुल्क समूह संगोष्ठी बुक करने के लिए कॉल करें या निवेश से संबंधित प्रश्न पूछें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 373-6393
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 899-6854
ईमेल: inquiries@bcsc.bc.ca
वेबसाइट: www.investright.org

K

कनाडा किडनी फाउंडेशन

B.C. और युकोन शाखा कार्यालय
200 - 4940 Canada Way
Burnaby BC V5G 4K6
फोन (टोल फ्री): 1 800 567-8112
फोन: (मेट्रो वैंकूवर): 604 736-9775
ईमेल: info.bcy@kidney.ca
वेबसाइट: www.kidney.ca/BCHome

L

B.C. भूमि अधिकार-पात्र और सर्वेक्षण प्राधिकरण

कॉर्पोरेट ऑफ़िस

फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 410-0600

भूमि अधिकार-पत्र कार्यालय और जिले

फोन (टोल-फ्री): 1 877 577-LTSA (5872)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 630-9630
वेबसाइट: www.ltsa.ca

लीगल सर्विसेज़ सोसायटी

फोन (टोल फ्री): 1 866 577-2525
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 408-2172
वेबसाइट: www.lss.bc.ca

वेट्रन्स के लिए लाइसेंस प्लेट

(वेट्रन्स के लिए विशिष्ट लाइसेंस प्लेट देखें)

लाइसेंसिंग और उपभोक्ता सेवाएं

फोन (टोल फ्री): 1 800-407-7757
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 646-7050
वेबसाइट: www.bchousing.org
(खोज बार में "लाइसेंसिंग और उपभोक्ता सेवाएं" दर्ज करें)

M

मेडिकल असिस्टेंस इन डाईंग (Maid)

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "मेडिकल असिस्टेंस इन डाईंग" दर्ज करें)।

चिकित्सा रोजगार बीमा (EI) लाभ

(चिकित्सा रोजगार बीमा (EI) लाभ – बीमारी में मिलने वाले लाभ देखें)

केवल चिकित्सीय सेवाएं

कम आय वाले बुज़ुर्ग जिन्होंने संघीय आय सहायता के लिए प्रांतीय आय सहायता छोड़ दी है, वे चिकित्सा सेवा योजना, फार्माकेयर, बुनियादी तौर पर दांतों की चिकित्सा, ऑप्टिकल और अन्य अनुमोदित चिकित्सा सहायता से जुड़ी खर्च के लिए राशि प्राप्त करने के पात्र हो सकते हैं।

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "केवल चिकित्सीय सेवाएं" दर्ज करें)

चिकित्सा सेवा योजना (MSP)

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "चिकित्सा सेवा योजना" दर्ज करें)

चिकित्सा सेवा योजना बिलिंग (B.C. के रेवेन्यू सर्विसेज़)

डाक पता:
PO Box 9401 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9S6
फोन (टोल फ्री): 1 877 405-4909
फोन (टोल फ्री): 1 866 361-5050
ईमेल: RevenueServicesBC@gov.bc.ca

इलाज़ कवरेज़

स्वास्थ्य बीमा BC (HIBC) स्वास्थ्य मंत्रालय की ओर से फार्माकेयर (और MSP) का प्रबंधन करता है। फार्माकेयर के बारे में अधिक जानकारी के लिए या पंजीकरण करने के लिए HIBC से संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "फार्माकेयर" दर्ज करें)

इलाज़ संबंधी जानकारी (हेल्थलिंक बीसी में फार्मासिस्ट सेवाएं)

अगर काउंटर से लेने वाली या प्रेसक्रिप्शन वाली दवाओं के बारे में आपका कोई प्रश्न हैं, तो फार्मासिस्ट से बात करने के लिए 8-1-1 पर कॉल करें। हेल्थलिंक बीसी फार्मासिस्ट हर रात के लिए जब हो सकता है आपका स्थानीय सामुदायिक फार्मासिस्ट अनुपलब्ध हो, तब के लिए शाम 5 बजे से सुबह 9 बजे तक उपलब्ध होता हैं। अनुवाद सेवाएं 130 से अधिक भाषाओं में उपलब्ध हैं।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca/medications

मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम – गाइड

मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम गाइड ब्रिटिश कोलंबिया के मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम के बारे में जानकारी प्रदान करती है। मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम के उन लोगों के लिए महत्वपूर्ण प्रभाव हैं जिनके जीवन को यह स्पर्श करता है – जो अधिनियम के तहत अनैच्छिक उपचार प्राप्त करते हैं; उनके परिवार, आम जनता जो इस अधिनियम का उपयोग करते हैं।

वेबसाइट: www.health.gov.bc.ca (खोज बार में *"मानसिक स्वास्थ्य अधिनियम"* दर्ज करें)

मानसिक स्वास्थ्य: मानसिक स्वास्थ्य में सुधार के लिए स्वयं सहायता रणनीतियां

बाउंस बैक ऐसे वयस्कों के लिए एक साक्ष्य-आधारित प्रोग्राम है जो किसी चिंता के करण या बिना किसी चिंता के हल्के से लेकर मध्यम अवसाद, बुझे हुए मूड या तनाव के लक्षणों का अनुभव कर रहे हों। इस प्रोग्राम के बारे में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से बात करें।

फोन (टोल फ्री): 1 866 639-0522
वेबसाइट: www.cmha.bc.ca (खोज बार में "बाउंस बैक" दर्ज करें)

जीवन के लिए कदम! DVD

जीवन के लिए आगे बढ़ें! सीनियर्सबीसी वेबसाइट से डाउनलोड किया जा सकता है या शारीरिक गतिविधि विशेषज्ञ से बात करने के लिए 8-1-1 पर कॉल करें

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "जीवन के लिए कदम DVD" दर्ज करें)

कनाडा की मल्टीपल स्केलेरोसिस सोसायटी

राष्ट्रीय कार्यालय

फोन (टोल-फ्री):
1 800 268-7582
वेबसाइट: www.mssociety.ca

लोअर मेनलैंड चैप्टर ऑफ़िस

फोन (मेट्रो वैंकूवर):
604 689-3144
ईमेल: info.bc@mssociety.ca

N

नारकोटिक्स एनोनिमस (B.C. क्षेत्र)

यह वेबसाइट प्रोग्राम का विवरण देती है और पूरे ब्रिटिश कोलंबिया में बैठकों की एक सूची प्रदान करती है।

वेबसाइट: www.bcrna.ca

नेशनल इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल क्राइसिस लाइन

(रेजिडेंशियल स्कूल सर्वाइवर सर्विसेज़ देखें)

बुज़ुर्गों के लिए न्यू होराइज़न प्रोग्राम (कनाडा सरकार)

बुज़ुर्गों के लिए समुदाय-आधारित और पैन-कनाडाई परियोजना के लिए वित्त पोषण।

वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "न्यू हॉरिजोन" दर्ज करें)

निडस पर्सनल प्लानिंग रिसोर्स सेंटर एंड रजिस्ट्री

वॉइसमेल: 604 408-7414
वेबसाइट: www.nidus.ca

नॉन-मेडिकल होम सपोर्ट

(घर पर बेहतर देखें)

पोषण संबंधी जानकारी

हेल्थलिंक बीसी आहार विशेषज्ञ सेवाएं

अगर स्वस्थ खाना, भोजन या पोषण के बारे में आपके कोई प्रश्न हैं, तो 8-1-1 पर कॉल करें। एक स्वास्थ्य सेवा नेविगेटर आपको सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से शाम 5 बजे तक एक पंजीकृत आहार विशेषज्ञ से जोड़ सकता है। अनुवाद सेवाएं 130 से अधिक भाषाओं में उपलब्ध हैं।

फोन (B.C. में टोल-फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "आहार विशेषज्ञ" दर्ज करें)

हेल्थलिंक बीसी आहार विशेषज्ञ वेबसाइट के माध्यम से ईमेल द्वारा भी आपके प्रश्न का उत्तर दे सकता है:

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca
(खोज बार में "हेल्थलिंक बीसी आहार विशेषज्ञ को ईमेल करें" दर्ज करें)
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "स्वस्थ खान-पान" दर्ज करें)

O

ओल्ड एज सिक्योरिटी (OAS) पेंशन

फोन (टोल फ्री): 1 800 277-9914
फोन (टोल-फ्री, फ्रेंच): 1 800 277-9915
फोन (बधिर/सुनने में अक्षम, टोल-फ्री): 1 800 255-4786
वेबसाइट: www.servicecanada.gc.ca
(खोज बार में "ओल्ड एज सिक्योरिटी पेंशन" दर्ज करें)

सीनियर्स श्रमिक प्रोग्राम

फोन (टोल फ्री): 1 877 952-6914
फोन: 250 952-6914
वेबसाइट: www.workbc.ca (खोज बार में "परिपक्व श्रमिक" दर्ज करें)

लोकपाल ऑफ़िस

अगर आपको लगता है कि प्रांतीय सरकार के मंत्रालय, सार्वजनिक एजेंसी, या स्थानीय सरकार ने आपके साथ गलत व्यवहार किया है, तो B.C. के लोकपाल कार्यालय में संपर्क करें।

पता:
2nd floor, 947 Fort St. Victoria BC V8V 3K3
डाक का पता:
PO Box 9039 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9A5
सोमवार से शुक्रवार
सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक
फोन (B.C. में टोल-फ्री): 1 800 567-3247
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-5855
फैक्स (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0198
वेबसाइट: www.bcombudsperson.ca

ब्रिटिश कोलंबिया ऑर्डर

ब्रिटिश कोलंबिया ऑर्डर उन लोगों को मान्यता देता है जिन्होंने बहुत बड़ी विशिष्ट सेवा की है और किसी भी क्षेत्र में प्रांत या अन्य जगहों के लोगों को लाभान्वित करने के लिए उत्कृष्ट प्रदर्शन किया है।

ईमेल: bchonoursandawards@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.orderofbc.gov.bc.ca

कनाडा ऑस्टियोपोरोसिस सोसायटी (B.C. डिवीजन)

फोन (अंग्रेज़ी, टोल फ्री): 1 800 463-6842
फोन (टोल-फ्री, फ्रेंच): 1 800 977-1778
वेबसाइट: www.osteoporosis.ca

P

पेन (Pain) BC

Pain BC दीर्घकालिक दर्द झेलने वाले लोगों के लिए सूचना और संसाधन प्रदान करता है जिनमें शामिल हैं: एक टेलीफोन-आधारित दर्द सहायता लाइन, सेल्फ मैनेजमेंट संसाधन Live Plan, स्वास्थ्य के लिए कोचिंग टेलीफोन सहायता और Pain Waves पॉडकास्ट के लिए ऑनलाइन रहें।

वेबसाइट: www.painbc.ca
फोन (टोल फ्री): फोन (टोल-फ्री): 1 844-430-0818
पेन सहायता लाइन: 1 844 880-PAIN (7246)

BC के लेस्बियन और गे लोगों के माता-पिता और परिवार (PFLAG)

गे, लेस्बियन, बाइसेक्शूअल और ट्रांसजेंडर के बारे में सवाल उठाने वाले माता-पिता, परिवारों और दोस्तों के लिए जानकारी और सहयोग।

वेबसाइट: www.pflagcanada.ca/pflag-chpaters/british-columbia/

ब्रिटिश कोलंबिया पार्किंसंस सोसायटी

ब्रिटिश कोलंबिया पार्किंसंस सोसायटी एक गैर-लाभकारी दातव्य संगठन है जिसका उद्देश्य पार्किंसंस रोग से प्रभावित लोगों की हिमायत करना और शिक्षा, सहायता सेवाओं और अनुसंधान में योगदान के माध्यम से उनके बोझ को कम करना है।

फोन (टोल फ्री): 1 800 668-3330
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 662-3240
वेबसाइट: www.parkinson.bc.ca

रोगी देखभाल की गुणवत्ता कार्यालय

(इस गाइड के आपका स्वास्थ्य अनुभाग में रोगी की देखभाल संबंधी गुणवत्ता कार्यालय की जानकारी देखें)

रोगी आवाज नेटवर्क

फोन (टोल फ्री): 1 877 282-1919
ईमेल: pvn@bcpsqc.ca
वेबसाइट: www.patientvoicesbc.ca

पीपल्ज़ लॉ स्कूल

फोन: 604 331-5400
ईमेल: info@peopleslawschool.ca
वेबसाइट: www.peopleslawschool.ca

व्यक्तिगत आयकर सूचना सेवाएं

फोन (टोल फ्री): 1 877 387-3332
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "व्यक्तिगत आयकर" दर्ज करें)

RCMP की ओर से व्यक्तिगत सुरक्षा सुझाव

वेबसाइट: www.bc.rcmp-grc.gc.ca (खोज बार में "सुरक्षा सुझाव" दर्ज करें)

फार्माकेयर

स्वास्थ्य बीमा BC (HIBC) स्वास्थ्य मंत्रालय की ओर से फार्माकेयर (और MSP) का प्रबंधन करता है। फार्माकेयर के बारे में अधिक जानकारी के लिए या पंजीकरण करने के लिए HIBC से संपर्क करें:

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "फार्माकेयर" दर्ज करें)

शारीरिक गतिविधि

सक्रिय होने और रहने से हमारे शरीर को लाभ होता है, हमें जीवन में व्यस्त रहने में मदद मिलती है, हमारे मनोदशा और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार होता है और हमें नए लोगों से मिलने के अवसर मिलते हैं। अधिक जानकारी के लिए, इस गाइड के *आपकी जीवनशैली* अनुभाग देखें, या हेल्थलिंक बीसी वेबसाइट पर जाएं।

वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "शारीरिक गतिविधि" दर्ज करें)

शारीरिक गतिविधि संबंधी सेवाएं

हर उम्र और स्वास्थ्य स्तर के लिए, एक निःशुल्क शारीरिक गतिविधि योजना है जो काम करती है। हेल्थलिंक बीसी बस B.C. की शारीरिक गतिविधि सेवाओं से जुड़ें, आपको अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने वाली अनुकूल शारीरिक गतिविधि योजनाएं प्रदान करने के लिए योग्य व्यायाम पेशेवर मिलेंगे।

फोन (टोल-फ्री): 8-1-1 (या बहरे लोगों के लिए 7-1-1)
वेबसाइट: www.HealthLinkBC.ca
(खोज बार में "शारीरिक गतिविधि सेवाएं" दर्ज करें)

ज़हर नियंत्रण केंद्र

अगर आपको संदेह है कि किसी को दवा, रसायन या अन्य मादक पदार्थ के ज़रिए ज़हर दिया गया है, तो नीचे दिए गए नंबर पर ज़हर नियंत्रण केंद्र पर कॉल करें।

फोन (टोल-फ्री): 1 800 567-8911 (24 – घंटे की लाइन)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 682-5050
वेबसाइट: www.dpic.org

बिजली की कटौती और मरम्मत

बिजली की कटौती या तार कट जाने की रिपोर्ट करने के लिए, BC हाइड्रो को कॉल करें या उनकी वेबसाइट पर एक रिपोर्ट जमा करें।

फोन (टोल-फ्री): 1 888-BCHYDRO (1 888 224-9376)
फोन (आपके सेल फोन से): *HYDRO (*49376)
वेबसाइट: www.bchydro.com/outages

प्राइडलाइनबीसी (PridelineBC)

ब्रिटिश कोलंबिया में किसी के लिए भी एक समान सपोर्ट, जानकारी और रेफरल।

फोन (टोल फ्री): 1 800 566-1170
फोन (लोअर मेनलैंड): 604 684-6869
सोमवार से शुक्रवार, शाम 7:00 बजे से 10:00 बजे

प्रॉब्लम गैंबलिंग

फोन (टोल फ्री): 1 888 795-6111,
दिन के 24 घंटे, सप्ताह के सातों दिन
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-5311
ईमेल: info@bcresponsiblegambling.ca
वेबसाइट: www.bcresponsiblegambling.ca

संपत्ति का आंकलन

अपने आंकलन नोटिस के सामने लिखे फोन नंबर या पते पर अपने स्थानीय B.C. आंकलन कार्यालय से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.bcassessment.ca

संपत्ति कर आस्थगन प्रोग्राम

टैक्स कलेक्टर के कार्यालय या सर्विस BC केंद्र (सरकारी एजेंट) से संपर्क करें जहां आप अपने संपत्ति कर का भुगतान करते हैं या नीचे दिए गए नंबरों पर टैक्स डिफरमेंट ऑफ़िस से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 888 355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0555
ईमेल: taxdeferment@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "संपत्ति कर आस्थगन" दर्ज करें)

पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया

फोन (सर्विस BC, टोल-फ्री): 1 800 663-7867
(पब्लिक गार्डियन एंड ट्रस्टी की ओर स्थानांतरित करने के लिए कहें)
फोन (सर्विस BC, विक्टोरिया से टोल-फ्री): 250 387-6121
(पब्लिक गार्जियन एंड ट्रस्टी की ओर स्थानांतरित करने के लिए कहें)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-4444
ईमेल: clientservice@trustee.bc.ca
वेबसाइट: www.trustee.bc.ca

सार्वजनिक स्वास्थ्य अलर्ट

पूरे ब्रिटिश कोलंबिया में स्वास्थ्य संबंधी चेतावनी जैसे प्रकोप, पानी उबालने की सलाह और उत्पाद रिकॉल के मामले आपके स्थानीय स्वास्थ्य प्राधिकरण क्षेत्र में और पूरे कनाडा में विभिन्न विश्वसनीय स्रोतों से आ सकते हैं। हेल्थलिंक बीसी सभी चेतावनी के लिए एक सुव्यवस्थित, एक स्थान प्रदान करता है – जो हेल्थलिंक बीसी वेबसाइट पर उपलब्ध होता है या 8-1-1 पर कॉल करके पाया जा सकता है।

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca
(खोज बार में "सार्वजनिक स्वास्थ्य अलर्ट" दर्ज करें)

(इस डिरेक्टरी में पोषण संबंधी जानकारी और इम्यूनाइज़ेशन सर्विसेस भी देखें)

Q

QMUNITY

वृद्ध वयस्क प्रोग्राम लेस्बियन, गे, बाइसेक्शूअल ट्रांसेक्सुअल, क्वीर और 55+ 2-स्पिरिट बुज़ुर्गों की सेवा करता है

फोन: 604 684-5307
ईमेल: reception@qmunity.ca
वेबसाइट: www.qmunity.ca/

क्विटनाओ (QuitNow)

(तंबाकू निवारण देखें)

R

रजिस्टर्ड रिटायरमेंट सेविंग्ज़ प्लैन (RRSPs) – कैनेडा रेवेन्यू एजेंसी रेजिडेंशियल स्कूल सर्वाइवर सर्विसेज़

फर्स्ट नेशंस हेल्थ अथॉरिटी (FNHA) इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल रेजोल्यूशन हेल्थ सपोर्ट प्रोग्राम, आवासीय स्कूल के योग्य पूर्व छात्रों और उनके परिवारों को निपटान समझौते की प्रक्रियाओं में उनकी भागीदारी से पहले, दौरान और बाद में मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक सहायता प्रदान करता है।

FNHA इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल इंफॉर्मेशन:

फोन (टोल फ्री): 1 877 477-0775

नेशनल इंडियन रेजिडेंशियल स्कूल सर्वाइवर सपोर्ट लाइन:

आवासीय विद्यालय के पूर्व छात्रों के लिए 24 घंटे भावनात्मक समर्थन और संकट रेफरल सेवाएं प्रदान करता है।

फोन (टोल फ्री): 1 866 925-4419

रेजिडेंशियल टेनन्सी ब्रांच

फोन (टोल फ्री): 1 800 665-8779
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-1020
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-1602
ईमेल: HSRTO@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "रेजिडेंशियल टेनन्सी" दर्ज करें)

BC की रेवेन्यू सेवाएं

(चिकित्सा सेवा योजना देखें)

रॉयल BC म्युज़ियम

फोन (टोल फ्री): 1 888 447-7977
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 356-7226
ईमेल: reception@royalbcmuseum.bc.ca
वेबसाइट: www.royalbcmuseum.bc.ca

ग्रामीण संपत्ति कर कार्यालय

स्थानीय टैक्स कलेक्टर के कार्यालय या सर्विस BC केंद्र (सरकारी एजेंट) से संपर्क करें जहां आप अपने संपत्ति कर का भुगतान करते हैं या नीचे दी गई जानकारी का उपयोग करके ग्रामीण संपत्ति कर कार्यालय से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 888 355-2700
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-0555
ईमेल: Ruraltax@gov.bc.ca
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "ग्रामीण संपत्ति कर" दर्ज करें)

S

सेल्स टैक्स क्रेडिट

वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "BC479 बिक्री कर क्रेडिट" दर्ज करें)

सेफर (SAFER)

(शैलटर ऐड फॉर एल्डर्ली रेंटर्ज देखें)

घोटाले और धोखाधड़ी (RCMP से जानकारी)

वेबसाइट: www.rcmp-grc.gc.ca/scams-fraudes

सेल्फ मैनेजमेंट BC, यूनिवर्सिटी ऑफ विक्टोरिया

यूनिवर्सिटी ऑफ विक्टोरिया सेंटर ऑन एजिंग दीर्घकालिक बीमारी से ग्रस्त लोगों के लिए रोगी शिक्षा कार्यक्रम प्रदान करता है।

फोन (टोल फ्री): 1 866 902-3767
ईमेल: selfmgmt@uvic.ca
वेबसाइट: www.selfmanagementbc.ca

सीनियर्स एब्यूज़ एंड इंफॉर्मेशन लाइन (SAIL)

फोन (टोल फ्री): 1 866 437-1940
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 437-1940
वेबसाइट: www.seniorsfirstbc.ca

(सीनियर फर्स्ट BC सोसायटी भी देखें)

बुज़ुर्गों के अधिवक्ता का कार्यालय (Office of the Seniors Advocate)

फोन (टोल फ्री): 1 877 952-3181
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 952-3181
ईमेल: info@seniorsadvocatebc.ca
वेबसाइट: www.seniorsadvocatebc.ca

सीनियर्स कनाडा ऑन-लाइन

(कनाडा सरकार – सीनियर्स कनाडा ऑन लाइन देखें)

सीनियर फर्स्ट BC

सीनियर्स एब्यूज़ एंड इंफॉर्मेशन लाइन (SAIL)

सुबह 8 बजे से रात 8 बजे तक (वैधानिक छुट्टियों को छोड़कर)
फोन (टोल फ्री): 1 866 437-1940
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 437-1940
फोन (TTY): 1 855 306-1443; सुबह 9 बजे से सायं 4 बजे तक,
सोमवार से शुक्रवार तक
भाषा अनुवाद उपलब्ध है सुबह 9 बजे से सायं 4 बजे तक,
सोमवार से शुक्रवार तक
ईमेल: info@ seniorsfirstbc.ca
वेबसाइट: www.seniorsfirstbc.ca/programs/sail/

बुज़ुर्गों की स्वास्थ्य जानकारी (HealthLink BC)

फोन (टोल फ्री): 8-1-1
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY], टोल फ्री): 7-1-1
वेबसाइट: www.healthlinkbc.ca (खोज बार में "बुज़ुर्गों की स्वास्थ्य जानकारी" दर्ज करें)

सीनियर्स सर्विसिज़ सोसायटी (केवल मेट्रो वैंकूवर)

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 520-6621
ईमेल: info@seniorsservicessociety.ca
वेबसाइट: www.seniorsservicessociety.ca

सीनियर्स सप्लीमेंट प्रोग्राम

सामाजिक विकास और गरीबी उन्मूलन मंत्रालय

फोन (टोल फ्री): 1 866 866-0800
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "सीनियर्स सप्लीमेंट प्रोग्राम" दर्ज करें)

सीनियर्स सपोर्टिव हाउसिंग

लोअर मेनलैंड (वैंकूवर शहर के बाहर): 604 433-2218
फोन (वैंकूवर आइलैंड रीज़न [टोल-फ्री]): 1 800 787-2807
फोन (इंटीरियर क्षेत्र [टोल-फ्री]): 1 800 834-7149
फोन (नॉर्दर्न क्षेत्र [टोल-फ्री]): 1 800 667-1235
ईमेल: shr@bchousing.org
वेबसाइट: www.bchousing.org
(खोज बार में "सीनियर्स सपोर्टिव हाउसिंग" दर्ज करें)

(BC आवास भी देखें)

सीनियर्स वेबसाइट

(कनाडा सरकार – सीनियर्स कनाडा ऑन-लाइन और SeniorsBC.ca देखें)

SeniorsBC.ca

वेबसाइट: www.SeniorsBC.ca

सर्विस BC

ब्रिटिश कोलंबिया सरकार की किसी सेवा या प्रोग्राम के बारे में जानकारी के लिए कॉल करें।

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7867
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 660-2421
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 387-6121
बहरे लोगों के लिए टेलीफोन डिवाइस (TDD): 711 (पूरे B.C. भर में)
वेबसाइट: www.servicebc.gov.bc.ca

सर्विस BC सेंटर्स

100 Mile House

300 South Highway 97
Box 1600
100 Mile House BC
V0K 2E0
फोन: 250 395-7832

Ashcroft

318 Railway Ave
Box 189
Ashcroft BC
V0K 1A0
फोन: 250 453-2412

Atlin

3rd Street, Box 100
Atlin BC
V0W 1A0
फोन: 250 651-7595

Bella Coola

636 Cliff St, Box 185
Bella Coola BC
V0T 1C0
फोन: 250 799-5361

Burnaby

1 800 -663-7867

Burns Lake

161 Highway 16
Box 3500
Burns Lake BC
V0J 1E0
फोन: 250 692-2528

Campbell River

115 – 1180 Ironwood Rd
Campbell River BC
V9W 5P7
फोन: 250 286-7555

Chetwynd

4744 – 52nd St, Box 105
Chetwynd BC
V0C 1J0
फोन: 250 788-2239

Chilliwack

Suite 1 – 45467 Yale Rd W
Chilliwack BC
V2R 3Z8
फोन: 604 795-8415

Clinton

1423 Cariboo Highway
Box 70
Clinton BC
V0K 1K0
फोन: 250 459-2268

Courtenay

2500 Cliffe Ave
Courtenay BC
V9N 5M6
फोन: 250 897-7500

Cranbrook

100 Cranbrook St N
Cranbrook BC
V1C 3P9
फोन: 250 426-1211

Creston

1404 Canyon St
Box 1190
Creston BC
V0B 1G0
फोन: 250 428-3211

Dawson Creek

1201 – 103rd Ave
Dawson Creek BC
V1G 4J2
फोन: 250 784-2224

Dease Lake

Block D, Highway 37
Bag 2000
Dease Lake BC
V0C 1L0
फोन: 250 771-3700

Duncan

5785 Duncan St
Duncan BC
V9L 3W6
फोन: 250 746-1400

Fernie

401 – 4th Ave, Box 1769
Fernie BC
V0M 1M0
फोन: 250 423-6845

Fort Nelson

5319 – 50th Ave S, Bag 1000
Fort Nelson BC
V0C 1R0
फोन: 250 774-6945

Fort St. James

470 Stuart Dr, Box 1328
Fort St. James BC
V0J 1P0
फोन: 250 996-7585

Fort St. John

10600 – 100th St
Fort St. John BC
V1J 4L6
फोन: 250 787-3350

Ganges (Salt Spring Island)

343 Lower Ganges Rd
Salt Spring Island BC
V8K 2V4
फोन: 250 537-5414

Golden

837 Park Dr, Box 39
Golden BC
V0A 1H0
फोन: 250 344-7550

Grand Forks

7290 – 2nd St, Box 850
Grand Forks BC
V0H 1H0
फोन: 250 442-4306

Hazelton

2210 Highway 62
PO Box 380
Hazelton BC
V0J 1Y0
फोन: 250 842-7624

Houston

3400 – 11th St, Bag 2000
Houston BC
V0J 1Z0
फोन: 250 845-5828

Invermere

625 – 4th St, Box 265
Invermere BC
V0A 1K0
फोन: 250 342-4

Kamloops

250 – 455 Columbia St
Kamloops BC
V2C 6K4
फोन: 250 828-4540

Kaslo

312 – 4th St, Box 580
Kaslo BC
V0G 1M0
फोन: 250 353-2219

Kelowna

305 – 478 Bernard Ave
Kelowna BC
V1Y 6N7
फोन: 250 861-7500

Kitimat

795 Lahakas Blvd
Kitimat BC
V8C 1G2
फोन: 250 632-6188

Lillooet

Suite A – 639 Main St
Bag 700
Lillooet BC
V0K 1V0
फोन: 250 256-7548

Mackenzie

64 Centennial Dr
PO Box 2400
Mackenzie BC
V0J 2C0
फोन: 250 997-4270

Maple Ridge

175 – 22470 Dewdney
Trunk Rd
Maple Ridge BC
V2X 5Z6
फोन: 604 466-7470

Masset (Haida Gwaii)

1666 Orr St, Box 226
Masset BC
V0T 1M0
फोन: 250 626-5278

Merritt

2194 Coutlee Ave,
Box 4400, STN MAIN
Merritt BC
V1K 1B8
फोन: 250 378-9343

Nakusp

204 – 6th Ave, PO Box 128
Nakusp BC
V0G 1R0
फोन: 250 265-4865

Port Alberni

4070 8th Ave
Port Alberni BC
V9Y 4S4
फोन: 250 720-2040

Port Hardy

8785 Gray St, Bag 11000
Port Hardy BC
V0N 2P0
फोन: 250 949-6323

Powell River

6953 Alberni St
Powell River BC
V8A 2B8
फोन: 604 485-3622

Prince George

1044 – 5th Ave
Prince George BC
V2L 5G4
फोन: 250 565-4488

Prince Rupert

201 – 3rd Ave W.
Prince Rupert BC
V8J 1L2
फोन: 250 624-7415

Princeton

10 – 135 Tapton Ave
PO Box 9
Princeton BC
V0X 1W0
फोन: 250 295-4600

Queen Charlotte City (Haida Gwaii)

216 Oceanview Dr, Box 309
Queen Charlotte City BC
V0T 1S0
फोन: 250 559-4452

Quesnel

102 – 350 Barlow Ave
Quesnel BC
V2J 2C2
फोन: 250 992-4313

Revelstoke

Room 104 Court House
1123 Second St W., Box 380
Revelstoke BC
V0E 2S0
फोन: 250 837-6981

Salmon Arm

850A – 16th St NE, Bag 100
Salmon Arm BC
V1E 4S4
फोन: 250 832-1611

Sechelt

102 – 5710 Teredo St
Box 950
Sechelt BC
V0N 3A0
फोन: 604 885-5187

Smithers

1020 Murray St, Bag 5000
Smithers BC
V0J 2N0
फोन: 250 847-7207

Sparwood

96 Greenwood Shopping Mall, Box 1086
Sparwood BC
V0B 2G0
फोन: 250 425-6890

Squamish

360 Pemberton Ave
Box 1008
Squamish BC
V8B 0A7
फोन: 604 892-2400

Terrace

101 – 3220 Eby St
Terrace BC
V8G 5K8
फोन: 250 638-6515

Trail

1050 Eldorado St
Trail BC
V1R 3V7
फोन: 250 364-0591

Ucluelet

5 –1636 Peninsula Rd
Box 609
Ucluelet BC
V0R 3A0
फोन: 250 726-7025

Valemount

1300 4th Ave
Box 657
Valemount BC
V0E 2Z0
फोन: 250 566-4448

Vanderhoof

189 East Stewart St
Box 1459
Vanderhoof BC
V0J 3A0
फोन: 250 567-6301

Vernon

3201 – 30th St
Vernon BC
V1T 9G3
फोन: 250 549-5511

Victoria

403 – 771 Vernon Ave
Victoria BC
V8W 9R5
फोन: 250 952-4111

Williams Lake

540 Borland St
Williams Lake BC
V2G 1R8
फोन: 250 398-421

सर्विस कैनेडा

कनाडा सरकार के किसी प्रोग्राम या सेवा की जानकारी के लिए।

फोन (टोल-फ्री): 1 800-O Canada (1 800 622-6232)
वेबसाइट: www.servicecanada.gc.ca

यौन संचारित संक्रमण

यौन संचारित संक्रमण दुनिया में सबसे व्यापक कुछ संक्रमणों में से एक हैं। एक बार हो जाने वाले संक्रमण के इलाज की तुलना में यौन संचारित संक्रमण को रोकना आसान है।

वेबसाइट: www.bccdc.ca
(खोज बार में "यौन संचारित संक्रमण" दर्ज करें)

शैलटर ऐड फॉर एल्डर्ली रेंटर्ज प्रोग्राम

शैलटर ऐड फॉर एल्डर्ली रेंटर्स (SAFER) प्रोग्राम ऐसे पात्र B.C. आवासीयों के लिए किराए में सब्सिडी के लिए मासिक नकद भुगतान मुहैया करता है जो 60 वर्ष या उससे अधिक आयु के हैं और जो अपने घरों के लिए किराए का भुगतान करते हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 800 257-7756
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 433-2218
वेबसाइट: www.bchousing.org (खोज बार में "SAFER" दर्ज करें)

बीमारी संबंधी लाभ

(चिकित्सा रोजगार बीमा (EI) लाभ – बीमारी में मिलने वाले लाभों को देखें)

SPARC

ब्रिटिश कोलंबिया की सामाजिक योजना और अनुसंधान परिषद। विकलांग व्यक्ति के लिए पार्किंग परमिट प्राप्त करने के लिए SPARC से संपर्क करें।

फोन (टोल फ्री): 1 888 718-7794
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 718-7744
(पार्किंग परमिट के लिए पूछताछ)
वेबसाइट: www.sparc.bc.ca

स्ट्राटा हाउसिंग

वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "स्ट्राटा हाउसिंग" दर्ज करें)

(स्ट्राटा विवादों को सुलझाने के लिए सिविल रिजॉल्यूशन ट्रिब्यूनल देखें)

सब्सिडाइज़ हाउसिंग

(BC आवास देखें)

T

टैक्सी बिल ऑफ राइट्स

वेबसाइट: www.taxirights.gov.bc.ca

टैक्सी सेवर प्रोग्राम

BC ट्रांज़िट

(मेट्रो वैंकूवर के बाहर ग्रेटर विक्टोरिया और पूरा B.C.)
विक्टोरिया के बाहर, अपने स्थानीय ट्रांज़िट ऑपरेटर से संपर्क करें।
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 995-5618
वेबसाइट: www.bctransit.com

ट्रांसलिंक (TransLink)

(केवल मेट्रो वैंकूवर)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 778 452-2860
वेबसाइट: www.translink.ca

करदाता सेवा सूचना लाइन (B.C. प्रांत)

फोन (टोल फ्री): 1 877 387-3332

माता-पिता को पढ़ाएं (ABC लाइफ लिटरेसी कनाडा)

माता-पिता के साथ साझेदारी में युवा सशक्तिकरण, यह पहल युवाओं को अपने समुदाय में अपने माता-पिता, अन्य वयस्कों और बुज़ुर्गों के डिजिटल साक्षरता स्तर में सुधार करने के लिए उन्हें इससे जोड़ेगी और सिखाएगी। युवा प्रशिक्षक ऑनलाइन डाउनलोड करने योग्य ट्यूटर गाइड के माध्यम से अपने कौशल का विकास करेंगे और वयस्कों को कीबोर्ड टाइपिंग, इंटरनेट ब्राउज़िंग, ऑनलाइन सुरक्षा और पासवर्ड सुरक्षा तथा ई-सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने जैसे विषयों पर व्यक्तिगत निर्देश प्रदान करेंगे। कई भाषाओं में उपलब्ध है।

ईमेल: info@abclifeliteracy.ca

बहरे लोगों के लिए टेलीफोन उपकरण (सर्विस BC)

बहरे लोगों के लिए टेलीफोन डिवाइस (TDD): 711 (पूरे B.C. भर में)

अस्थाई प्रीमियम सहायता (चिकित्सा सेवा योजना)

अस्थाई प्रीमियम सहायता योग्य व्यक्तियों और परिवारों के लिए MSP प्रीमियम छूट की एक अल्पकालिक अवधि प्रदान करती है।

डाक पता:
PO Box 9627 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P1
फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (लोअर मेनलैंड): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "अस्थाई प्रीमियम सहायता" दर्ज करें)

किरायेदार संसाधन सलाहकार केंद्र

फोन (टोल फ्री): 1 800 665-1185
वेबसाइट: www.tenants.bc.ca

तंबाकू निवारण (धूम्रपान छोड़ने में आपकी मदद करने के संसाधन)

क्विटनाओ (QuitNow) प्रोग्राम

फोन (टोल-फ्री):
1 877 455-2233
वेबसाइट: www.quitnow.ca

BC धूम्रपान निवारण प्रोग्राम

फोन: 8-1-1
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "फार्मकेयर निवारण" दर्ज करें)

ट्रांस लाइफलाइन

ट्रांस लाइफलाइन एक नई ट्रांसजेंडर क्राइसिस हॉटलाइन है, जिसने हाल ही में कनाडा में एक टोल-फ्री लाइन शुरू की है। उनका लक्ष्य किसी ऐसे व्यक्ति की सहायता करना है जो अपनी लैंगिक पहचान के साथ संघर्ष कर रहे हैं और उन्हें उन सेवाओं से जोड़ना है जो उनके सफर में उनकी सहायता कर सके।

फोन (टोल फ्री): 1 877 565-8860

ट्रांसकेयर BC (PHSA)

ट्रांसकेयर लिंग-पुष्टि देखभाल और निम्नलिखित संबंधित मुद्दों के लिए विभिन्न प्रकार के संसाधन प्रदान करता है: कानूनी/हिमायत, अप्रवासी और शरणार्थी, पार्टनर और पति/पत्नी, देखभाल कर्ता और परिवार।

वेबसाइट: www.phsa.ca/transcarebc/care-support

ट्रांज़िट पर सीनियर्स के भाड़े पर छूट

ट्रांसलिंक (TransLink)

(केवल मेट्रो वैंकूवर)
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 953-3333
वेबसाइट: www.translink.ca

BC ट्रांज़िट

(मेट्रो वैंकूवर के बाहर ग्रेटर विक्टोरिया और पूरा B.C.)
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 382-6161
वेबसाइट: www.bctransit.com

यात्रा सहायता प्रोग्राम (चिकित्सा यात्रा के लिए)

फोन (टोल फ्री): 1 800 663-7100
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 683-7151
वेबसाइट: www.gov.bc.ca
(खोज बार में "यात्रा सहायता प्रोग्राम" दर्ज करें)

U

ब्रिटिश कोलंबिया यूनिवर्सिटी फैकल्टी ऑफ इंटरकल्चरल ऑनलाइन (iCON) हेल्थ नेटवर्क

(iCON देखें)

V

ब्रिटिश कोलंबिया के वाहन बिक्री प्राधिकरण

ब्रिटिश कोलंबिया का वाहन बिक्री प्राधिकरण (VSA) एक गैर-लाभकारी एजेंसी है जो प्रांतीय सरकार द्वारा मोटर डीलर अधिनियम और व्यावसायिक व्यवहार और उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम के अनुभागों को प्रशासित करने के लिए अधिकृत है। VSA उपभोक्ताओं को वाहनों की खरीद, लीज़ और सुपुर्दगी के बारे में जानकारी प्रदान करता है। उपभोक्ताओं और लाइसेंस प्राप्त डीलरों के बीच विवाद समाधान भी उपलब्ध है।

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 574-5050
वेबसाइट: www.mvsabc.com

वेट्रन्स के लिए विशिष्ट लाइसेंस प्लेट

वेट्रन्स के लिए विशिष्ट प्लेट के लिए आवेदन करने के लिए, ICBC के वेबसाइट से आवेदन पत्र प्रिंट करें या अपने ऑटोप्लान ब्रोकर से एक प्रति लें। अधिक जानकारी के लिए, कृपया नीचे सूचीबद्ध संगठनों में से किसी एक से संपर्क करें।

वेबसाइट: www.icbc.com (खोज बार में "वेट्रन प्लेट" दर्ज करें)

ब्रिटिश कोलंबिया वेट्रन्स कमेमोरेटिव असोसिएशन

वेबसाइट: www.bcveterans.org

BC युकोन कमांड, रॉयल कैनेडियन लीजियन

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 575-8840
फोन (टोल फ्री): 1 888 261-2211
वेबसाइट: www.legionbcyukon.ca

कैनेडियन पीसकीपिंग वेट्रन्स एसोसिएशन

वेबसाइट: www.cpva.ca

वेट्रन्स अफेयर्स कनाडा

फोन (टोल फ्री): 1 866 522-2122
फोन (टोल-फ्री, फ्रेंच): 1 866-522-2022
वेबसाइट: www.veterans.gc.ca/eng/services

विक्टिमलिंक BC (VictimLink BC)

विक्टिमलिंक BC एक टोल-फ्री, गोपनीय टेलीफोन सेवा है जो B.C. और युकोन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन उपलब्ध है। विक्टिमलिंक BC अपराध के सभी पीड़ितों को जानकारी और रेफरल सेवाएं प्रदान करता है और परिवार और यौन हिंसा के पीड़ितों को तत्काल संकट संबंधी सहायता प्रदान करता है। विक्टिमलिंक BC 17 नॉर्थ अमेरिकी स्वदेशी भाषाओं सहित 110 से अधिक भाषाओं में सेवा प्रदान करता है।

फोन (B.C. और युकोन में टोल-फ्री): 1 800 563-0808
फोन (बहरे/सुनने में अक्षम [TTY]): 604 875-0885
(संग्रह करने के लिए कॉल करने के लिए, कृपया TELUS रिले सेवा को 7-1-1 पर डायल करें)
वेबसाइट: www.victimlinkbc.ca

पीड़ित सेवाएं

प्रांत अपराध के पीड़ितों और हिंसा से प्रभावित महिलाओं और बच्चों की सहायता के लिए पूरे B.C. में 400 से अधिक प्रोग्रामों का समर्थन करता है।

फोन (B.C. और युकोन में टोल-फ्री): 1 800 563-0808
वेबसाइट: www.gov.bc.ca (खोज बार में "पीड़ित सेवाएं" दर्ज करें)

वर्चुअल टैक्स क्लिनिक फाइंडर

यह वेबसाइट करों के बारे में गहन जानकारी प्रदान करती है। साइट उन व्यक्तियों के लिए संपर्क जानकारी भी प्रदान करती है जो बुज़ुर्ग वयस्कों को कर सेवाएं मुफ्त में प्रदान करते हैं।

वेबसाइट: www.canada.ca (खोज बार में "फ्री टैक्स क्लिनिक" दर्ज करें)

वालंटियर BC

फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 379-2311
ईमेल: info@volunteerbc.bc.ca
वेबसाइट: www.volunteerbc.bc.ca

वालंटियर कनाडा

वेबसाइट: www.volunteer.ca

W

वेलकमबीसी (WelcomeBC)

वेलकमबीसी ब्रिटिश कोलंबिया में नवागंतुकों के लिए प्रोग्रामों, सेवाओं और संसाधनों के बारे में जानकारी प्रदान करता है, और BC न्यूकमर्स गाइड प्रकाशित करता है। सहायता के लिए कॉल करें या विज़िट करें:

वेबसाइट: www.WelcomeBC.ca

वर्कबीसी (WorkBC)

वर्कबीसी एक प्रांतीय वेबसाइट है जो सभी ब्रिटिश कोलंबियाई लोगों को BC के श्रम बाजार में नेविगेट करने में मदद करती है, जिसमें परिपक्व श्रमिकों के लिए जानकारी, प्रोग्रामों और सेवाएं शामिल हैं।

फोन (टोल फ्री): 1 877 952-6914
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 952-6914
वेबसाइट (सामान्य): www.workbc.ca
वेबसाइट (परिपक्व श्रमिक): www.workbc.ca/Resources-for/Mature-Workers.aspx

वर्कसेफबीसी (WorkSafeBC)

B.C. श्रमिक और नियोक्ता के लिए WorkSafeBC कार्यस्थल स्वास्थ्य और सुरक्षा को प्रोत्साहित करने के लिए समर्पित है।

नियोक्ता और लघु व्यवसाय संबंधी पूछताछ

फोन (टोल फ्री): 1 888 922-2768
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 244-6181

दावा या पुनर्वास (दावा कॉल सेंटर)

फोन (टोल फ्री): 1 888 967-5377
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604 231-8888
वेबसाइट: www.worksafebc.com/en

काम करने की असुरक्षित स्थिति या आपातकालीन स्थिति की रिपोर्ट करने के लिए:

फोन (टोल-फ्री, व्यावसायिक घंटों के दौरान): 1 888 621-7233
फोन (टोल-फ्री, व्यावसायिक के घंटों के बाद): 1 866 922-4357
फोन (मेट्रो वैंकूवर): 604-276-3100

BRITISH COLUMBIA | Ministry of Health

सरकारी प्रोग्रामों और सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए,
www.SeniorsBC.ca. पर जाएं

स्वस्थ रह कर उम्र बढ़ने के बारे में जानकारी के लिए देखें www.HealthyFamiliesBC.ca

स्वास्थ्य संबंधी जानकारी के लिए HealthLink BC को 8-1-1 पर कॉल करें।

इस गाइड की अतिरिक्त प्रतियां ऑर्डर करने के लिए:
फोन (B.C. में टोल-फ्री): 1 877 952-3181
फोन (ग्रेटर विक्टोरिया): 250 952-3181