

راهنمای سالمندان BC



بریتیش
کلمبیا

وزارت
بهداشت

ویرایش 12ام

پیام وزیر بهداشت

ما در بریتیش کلمبیا، برای ترویج یک سبک زندگی فعال و سالم می‌خواهیم به سالمندانی که تعدادشان رو به افزایش است کمک کنیم تا حد امکان به شکل مستقل در منازل خودشان زندگی کنند و بهترین مراقبت و پشتیبانی ممکن را در زمان و مکان مورد نیاز در اختیارشان بگذاریم. ما باید اطمینان پیدا کنیم اطلاعات و منابع مربوط به خدمات به آسانی در دسترس سالمندان، خانواده‌های آن‌ها و پرستاران قرار دارد تا این افراد بتوانند آگاهانه درباره سلامتشان تصمیم بگیرند.

راهنمای سالمندان BC یک ابزار جامع است که می‌تواند با ساکنین بریتیش کلمبیا کمک کند اطلاعاتی که با بالا رفتن سن به آن نیاز دارند، دریافت کنند. در این راهنما، اطلاعاتی درباره برنامه‌های استانی و فدرال ذکر شده و بخش‌هایی مرتبط با مزایا، بهداشت، سبک زندگی، مسکن، حمل و نقل، امور مالی، ایمنی و امنیت و سایر خدمات مهم در آن گنجانده شده است. این کتابچه به زبان‌های انگلیسی، فرانسوی، پنجابی، چینی، کره‌ای، ویتنامی و فارسی در دسترس است. این راهنما را می‌توان به صورت مجلد یا آنلاین دریافت کرد. راهنمای کهنسالان BC یک منبع مشابه است که برای افراد سالمند محلی، ساکنین اولیه کانادا و متبیس طراحی شده است. این راهنما با همکاری دولت بریتیش کلمبیا و اداره بهداشت ساکنان اولیه ایجاد شده است. می‌توانید راهنمای سالمندان BC و راهنمای کهنسالان BC را به صورت آنلاین از آدرس www.gov.bc.ca/seniorsguide دریافت کنید.

ما در بریتیش کلمبیا به خاطر دسترسی به خدمات فوق‌العاده و فراوانی که می‌توانند با افزایش سن به ما کمک کنند، بسیار مفتخریم. راهنمای سالمندان BC می‌تواند به افراد در یافتن این منابع کمک کند. داشتن بیشتری دسترسی ممکن به این ابزار از اهمیت به‌سزایی برخوردار است و به همین دلیل این راهنما را به بیشترین تعداد زبان ممکن ترجمه کردیم. توصیه می‌کنم یک نسخه از آن را، چه به صورت الکترونیکی و چه به صورت کاغذی، همیشه در دسترس داشته باشید و با تمام کسانی که فکر می‌کنید برایشان مفید است، به اشتراک بگذارید.

با احترام،

آدرین دیکس
وزیر بهداشت

ویرایش 12ام راهنمای سالمندان بریتیش کلمبیا در 2020 منتشر شده است.

ممکن است در ویرایش‌های بعد، اطلاعات تغییر کند. برای مشاهده به‌روزرسانی‌های دوره‌ای در این راهنما و همچنین مشاهده نسخه‌های ترجمه شده به زبان‌های چینی، فرانسوی، پنجابی، ویتنامی، کره‌ای و فارسی به www.gov.bc.ca/seniorsguide مراجعه کنید.

راهنمای سالمندان BC

ii	پیام وزیر بهداشت
1	منابع اصلی
7	سبک زندگی
9	SeniorsBC.ca
9	سالمندی خوب
9	HealthLink BC
9	انتخاب تحرک
10	خدمات فعالیت جسمی و HealthLink BC
10	پارک‌های اجتماعی سالمندان BC
10	تحرک برای زندگی! DVD
11	تغذیه سالم برای سالمندان
12	تماس با متخصص تغذیه
12	اداره بهداشت ساکنان اولیه - تغذیه خوب و فعالیت
12	یک ذهن فعال و سالم
13	انجمن آلزایمر B.C.
13	انجمن پارکینسون BC
13	کارگاه‌های ارتقای سلامت
14	هیچوقت برای ترک سیگار دیر نیست
14	QuitNow
14	برنامه ترک سیگار BC
14	الکل و افزایش سن
15	شاه‌دانه
15	جلوگیری از سقوط
16	B.C. اتحادیه آسیب‌های مغزی
16	دولت B.C. وبسایت دسترسی
17	افزایش سن با معلولیت رشدی
17	سواد دیجیتال
17	ارتباط با فناوری (مؤسسه نابینایان کانادا)
17	آموزش به والدین (ABC Life Literacy Canada)
18	شبکه مربیان دیجیتال Gluu
18	خانواده و جامعه سالم
18	BC دوستار افزایش سن
18	Better at Home
19	BC Healthy Communities Society
19	BC211

19		کووید-19
19		اجتماعات سالم
20		Service BC
21		برنامه حمل و نقل کهنسالان
21		WelcomeBC.ca
22		خدمات مهاجرین
22		تماس با کشور خارجی
23		پدربزرگ ها و مادر بزرگ های مسئول نگهداری از نوه
23		خط پشتیبانی پدربزرگ ها و مادر بزرگ های مسئول نگهداری از نوه
23		مزایای مراقبت ارزان از کودک
24		داوطلب شدن
24		Volunteer BC
24		Volunteer Canada
24		اشتغال
24		WorkBC.ca – کارکنان پرتجربه
24		برنامه کارکنان مسن تر
25		آموزش
25		شهریه پس از مقطع متوسطه
25		آموزش زبان انگلیسی
26		تفریح و فرهنگ
26		BC Games 55+
26		مجوزهای شکار و ماهیگیری برای سالمندان
27		پارک ها BC – تخفیف هزینه کمپ
27		Royal BC Museum
27		Ability411
29		سلامت شما
31		سیستم مراقبت بهداشتی بریتیش کلمبیا
31		مقامات بهداشتی در بریتیش کلمبیا
31		Fraser Health
31		Interior Health
31		Island Health
32		Northern Health
32		Vancouver Coastal Health
32		Provincial Health Services Authority (PHSA)
32		First Nations Health Authority (FNHA)
32		FNHA Indian Residential Schools information line
33		Healthlink BC

33	HealthLink BC 8-1-1
33	آیا یک وضعیت اورژانسی است؟
33	HealthLinkBC.ca
33	برنامه مکان‌یاب خدمات بهداشتی BC
34	طرح خدمات پزشکی (MSP) بریتیش کلمبیا
34	مزایای پزشکی
34	مزایای تکمیلی
35	بیمه سلامت BC چیست؟
35	کارت خدمات BC
36	فقط خدمات پزشکی
36	مراقبت دهان و دندان
36	ایاب و ذهاب وقت‌های پزشکی
36	برای کمک به ایاب و ذهاب (TAP)
37	Health Connections
37	Northern Health
38	Interior Health
38	Island Health
38	Vancouver Coastal Health
38	PharmaCare
38	طرح Fair PharmaCare
39	ثبت‌نام برای Fair PharmaCare
39	افزایش کمک
40	سایر طرح‌های PharmaCare
40	چه مواردی تحت پوشش هستند؟
40	گزینه پرداخت کاستنی به صورت ماهانه
41	طرح خدمات پزشکی (MSP) و PharmaCare: چه تفاوتی دارند؟
41	برای کسب اطلاعات بیشتر درباره طرح‌های PharmaCare
42	خدمات اورژانسی سلامت BC
43	خدمات مراقبت حاد، خانگی و اجتماعی
43	مراقبت حاد (مراقبت بیمارستانی)
44	مراقبت خانگی و اجتماعی
44	چه کسی صلاحیت دارد؟
45	دریافت خدمات
45	مدیریت مراقبت و هماهنگی مراقبت
45	حمایت خانگی
46	انتخاب گزینه حمایتی برای زندگی مستقل
46	مراکز سالمندان و مراکز بازپروری

46	خدمات روزانه بزرگسالان
46	امداد/استراحت پرستار
47	زندگی همراه با کمک
47	ثبت نام برای زندگی همراه با کمک
48	مراکز مراقبت طولانی مدت
48	خانه های گروهی
49	خانه های مراقبت خانوادگی
49	مراقبت پایان زندگی
49	آسایشگاه و مراقبت موقت در آسایشگاه
49	مزایای مراقبت موقت BC
50	دفاتر کیفی مراقبت از بیمار
50	دفتر کیفی مراقبت از بیمار Fraser Health
50	دفتر کیفی مراقبت از بیمار Interior Health
50	دفتر کیفی مراقبت از بیمار Island Health
51	دفتر کیفی مراقبت از بیمار Northern Health
51	دفتر کیفی مراقبت از بیمار Vancouver Coastal Health
51	دفتر کیفی مراقبت از بیمار بخش خدمات بهداشت استانی
51	هیئت بررسی کیفیت مراقبت از بیمار
52	زندگی سالم با عارضه های مزمن
52	مدیریت خود در BC، دانشگاه ویکتوریا
53	پرستاران خانوادگی بریتیش کلمبیا
53	دانشگاه بریتیش کلمبیا، دانشکده پزشکی
53	interCultural Online Health Network (iCON)
53	Pain BC
54	شبکه صدای بیمار
55	ایمنی فرهنگی
55	برنامه حمایت بهداشتی Indian Residential Schools Resolution
55	خط تماس بحرانی National Indian Residential School
55	خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر
56	Bounce Back: سلامت خود را بازباید
57	زندگی را کامل زندگی کنید
57	اتحادیه خط تماس بحرانی BC
57	اطلاعات الکل و مواد مخدر و خدمات ارجاعی BC
58	شرکای BC برای اطلاعات سلامت روانی و اعتیاد
58	مشکل قماربازی
58	بهداشت عمومی
58	خدمات ایمن سازی

59	Dementia Supports & Services
59	انجمن آلزایمر B.C.
59	First Link® Dementia support
60	LGBTQ2S
60	Trans Care BC (PHSA)
60	Prideline BC
60	Trans Lifeline
60	Parents and Families of Lesbians and Gays BC
60	QMUNITY
61	Medical Assistance in Dying (Maid)
61	پس از فوت: وقتی کسی فوت می‌کند چه باید کرد
63	مسکن
65	مالکین سالمند
65	کمک مالی مالکیت مسکن برای سالمندان
65	کمک مالی اضافه برای سالمندان کم درآمد
66	ارزیابی مستغلات
66	تأخیر مالیات بر مستغلات
67	تجهیز و آماده‌سازی منزل
67	اعتبار مالیات نوسازی مسکن برای سالمندان و افراد معلول
67	برنامه تجهیز و آماده‌سازی منزل برای استقلال (HAFI)
68	گزینه‌های مسکن برای سالمندان
68	برنامه Shelter Aid for Elderly Renters (SAFER)
69	مسکن ارزان برای سالمندان
69	مسکن حمایتی سالمندان
70	زندگی همراه کمک با یارانه
70	انجمن خدمات سالمندان
71	مالکان و مستأجران
71	از حقوق و مسئولیت‌های خود آگاه شوید
73	ایاب و ذهاب
74	جایگزین‌های رانندگی
74	تخفیف کرایه ناوگان حمل و نقل برای سالمندان
75	برنامه اتوبوس بدون کرایه
76	برنامه اتوبوس بدون کرایه BC
76	برنامه آموزش سفر اجتماعی: حمل و نقل BC
76	حمل و نقل قابل دسترسی
76	خدمات HandyDART

77	برنامه Handycard (Translink)
77	امتیاز پرداخت کرایه و سفر آسان برای یک همراه
77	برنامه پس‌انداز هزینه تاکسی
78	منشور حقوق تاکسی
78	هزینه سفر با فرابر
78	BC Ferries
79	Inland Ferries
80	رانندگان سالمند
80	پس‌انداز بیمه خودروی سالمندان
80	گواهینامه‌های رانندگی
81	جعبه‌ابزار رانندگان سالمند
81	گزارش معاینه پزشکی راننده و ارزیابی‌های راه ارتقاء یافته
82	پلاک خودرو برای کهنه‌سربازان
83	DriveBC.ca
85	مسائل مالی شما
87	تعمین مالی برای بازنشستگی
87	حقوق بازنشستگی برای سنین بالا
87	درآمد کمکی تضمین‌شده
	کمک مالی برای سالمندانی که حقوق بازنشستگی
88	برای سنین بالا دریافت نمی‌کنند
88	مقرری ماهانه/مقرری ماهانه برای بازمانده
89	طرح حقوق بازنشستگی کانادا
90	امور کهنه‌سربازان کانادا
90	کمک به سالمندان
90	طرح‌های ثبت‌شده برای پس‌انداز بازنشستگی
91	سالمندان در حال کار
91	مزایای بیمه کار
92	سالمندان شاغل دریافت‌کننده حقوق و مزایای CPP
92	اعتبارهای مالیاتی
92	مبلغ حق سالمندی
92	مبلغ درآمد حقوق بازنشستگی
93	مبالغ منتقل شده از همسر
93	تقسیم درآمد حقوق بازنشستگی
93	سایر مبالغ
93	اعتبار مالیاتی معلولین
94	اعتبار مالیات کالاها و خدمات (GST)
94	اعتبار مالیات فروش

95	اعتبار مالیات اقدامات اقلیمی بریتیش کلمبیا
95	در صورت جابجایی
95	مالیات درآمد فردی و دریافتی‌های تر است - سازمان درآمد کانادا
96	یابنده کلینیک مالیات مجازی
96	وکالتنامه
97	ایمنی و امنیت
99	پیشگیری از سوءرفتار و بی‌توجهی به سالمندان
99	Seniors First BC Society
99	برنامه خدمات قربانیان
99	مراکز اتحادیه مراکز دوستی بومیان BC
100	برنامه‌های قضایی
100	کلینیک حقوقی سالمندان (ELC)
100	برنامه حمایت قضایی (LAP)
100	برنامه آموزش و تماس
100	خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان (SAIL)
101	VictimLinkBC
101	سازمان‌های اختصاصی
102	سرپرست و متولی عمومی بریتیش کلمبیا
102	ثبت‌نام برای زندگی همراه کمک
103	اتحادیه شبکه‌های پاسخ اجتماعی BC
103	وزارت بهداشت
103	HealthLink BC
104	دفتر حمایت از سالمندان
104	برنامه‌ریزی زود هنگام برای مواقع عدم توانایی
105	وکالتنامه پایدار
105	توافقنامه نمایندگی
106	وصیت‌نامه پزشکی
106	اگر برای مواقع عدم توانایی برنامه‌ریزی زود هنگام دارید
106	تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت
106	سرپرستی (Committeship)
107	Nidus Personal Planning Resource Centre و ثبت‌نام
107	مدرسه حقوق مردم
108	سرپرست و متولی عمومی بریتیش کلمبیا
108	رسیدگی به گزارش سوءرفتار
109	تأیید یا فعالیت به عنوان تصمیم‌گیرنده جایگزین
109	موقت برای مراقبت پزشکی تصمیمات
109	فعالیت در یک کمیته برای اتخاذ تصمیم مالی جایگزین

110	 خدمات دارایی و شخصی
110	 خدمات قربانیان و پیشگیری از جرم
111	 نکاتی برای ایمنی فردی
112	 حقوق مالیات‌دهنده
112	 انجمن خدمات قضایی
113	 حفاظت از مصرف‌کننده
113	 حفاظت از مصرف‌کننده BC
113	 مسئول فروش وسایل نقلیه بریتیش کلمبیا
	آموزش سرمایه‌گذاری به پیشگیری کلاهبرداری از
114	 سالمندان کمک می‌کنند - کمیسیون اوراق بهادار BC
115	 آمادگی برای شرایط اضطراری و بحرانی
117	 مدیریت اضطراری BC
117	 اطلاعاتی درباره آمادگی در برابر شرایط اضطراری برای معلولین
117	 اطلاعات اضطراری BC
118	 ShakeOut BC
118	 آماده شوید (دولت فدرال)
119	 فهرست‌نامه

منابع اصلی





یک سابقه شخصی و شماره‌های اضطراری

اطلاعات شخصی من

	نام
	آدرس
	شهر
	کد پستی
	تلفن
	تلفن همراه
	شماره کارت خدمات BC
	شماره بازنشستگی سنین بالا
	محل وصیتنامه
	موارد حساسیت



نام‌ها و شماره تلفن‌های اصلی

# تلفن	نام	
		مخاطب اضطراری
		نسبت
		دوست هستم
		روحانی
		وکیل
		مأمور بیمه
		پزشک
		کلینیک سرپایی
		داروخانه
		بیمارستان
		آمبولانس
		آتش نشانی
		پلیس
		کنترل سموم
		BC Hydro
		Fortis Gas
		شهرداری
		تماس بیمه 24/7

منابع اصلی

منابع اصلی زیر، اطلاعات مهمی درباره زندگی سالم، مراقبت بهداشتی و همچنین برنامه‌ها و خدمات دولتی برای سالمندان در B.C. ارائه می‌کنند.

HEALTHLINK BC

نمایندگان در HealthLink BC در 24 ساعت شبانه روز برای ارائه اطلاعات و پشتیبانی برای دسترسی به خدمات بهداشتی در دسترس هستند و می‌توانند شما را به یک پرستار، متخصص تغذیه یا داروساز متصل کنند. از طریق شماره تلفن 1-8-1 یا با مراجعه به وبسایت HealthLink BC، می‌توانید به HealthLink BC دسترسی پیدا کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 1-7-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

اعضای مجمع قانون‌گذاری (MLAS)

برای اطلاع از نحوه تماس با یک MLA به وبسایت MLA یا ب هیئت قانون‌گذاری بریتیش کلمبیا مراجعه کنید.

وبسایت: www.leg.bc.ca/mla/3-1-1.htm

دفتر حمایت از سالمندان

دفتر حمایت از سالمندان یکی از منابع اطلاعاتی و ارجاعی برای سالمندان است. به عموم مردم توصیه می‌شود از طریق تلفن، ایمیل یا مراجعه به وبسایت از نحوه دسترسی به منابع مربوط به سالمندان اطلاع پیدا کنند. لطفاً از ساعت 8:30 صبح تا 4:30 بعدازظهر، روزهای دوشنبه تا جمعه، با دفتر حمایت از سالمندان تماس بگیرید.

دفتر حمایت از سالمندان

6th Floor – 1405 Douglas Street

PO Box 9651, STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9P4

تلفن (تماس رایگان): 1 877 952-3181

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 952-3181

ایمیل: info@seniorsadvocatebc.ca

وبسایت: www.seniorsadvocatebc.ca

SENIORSBC.CA

وبسایت SeniorsBC.ca اطلاعاتی درباره خدمات و برنامه‌های ارائه شده از سوی بریتیش کلمبیا و دولت فدرال و همچنین سازمان‌های غیرانتفاعی برای سالمندان و همچنین اطلاعات مربوط به بهداشت و سلامت، امور مالی، مزایا، مسکن، حمل و نقل، نکاتی درباره زندگی سالم و موارد دیگر را ارائه می‌کند.

وبسایت: www.seniorsbc.ca

SERVICE BC

برای کسب اطلاعات درباره برنامه‌ها و خدمات دولتی، با Service BC تماس بگیرید. نماینده‌ها در روزهای دوشنبه تا جمعه، از ساعت 7:30 صبح تا 5 بعدازظهر، به جز در روزهای تعطیل رسمی، در دسترس هستند. به 140 زبان در دسترس است.

تلفن (تماس رایگان در B.C.): 1 800 663-7867

تلفن (ونکوور): 604 660-2421

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-6121

دستگاه تلفنی برای ناشنویان (TDD): 711 (در B.C.)

تلفن (ونکوور): 604 775-0303

پیام متنی: 604 660-2421

وبسایت: www.servicebc.gov.bc.ca

دفتر بازرسی

در صورتی که فکر می‌کنید یکی از مقامات وزارت دولت استانی B.C، دولت محلی یا سایر مقامات عمومی به شکلی ناعادلانه رفتار کردند، دفتر بازرسی می‌تواند به شما کمک کند. دفتر بازرسی به عنوان یک نهاد قانونی مستقل از قوانین استانی، به شکلی بی‌طرفانه شکایت‌های فردی را مورد بررسی قرار می‌دهد. علاوه بر حل و فصل مشکلات فردی، تحقیقات درباره یک شکایت ممکن است منجر به بهبود سیستماتیک شده و برای افراد زیادی مفید واقع شود. این خدمات به صورت رایگان ارائه می‌شوند.

برای کسب اطلاعات بیشتر، یا تنظیم شکایت، لطفاً بین ساعت‌های 8:30 صبح تا 4:30 بعدازظهر روزهای کاری با دفتر بازرسی تماس بگیرید.

آدرس پستی:

PO Box 9039

STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9A5

وبسایت:

www.bcombudsperson.ca

Office of the Ombudsperson

2nd Floor 947 Fort Street

Victoria BC V8V 3K3

تلفن (تماس رایگان در B.C.):

1 800 567-3247

تلفن (ویکتوریای بزرگ):

250 387-5855

WELCOME BC

Welcome BC اطلاعاتی درباره برنامه‌ها، خدمات و منابع برای افرادی که به تازگی وارد بریتیش کلمبیا شدند ارائه و راهنمای افراد تازه وارد به بریتیش کلمبیا را منتشر می‌کند. برای سفارش یک راهنمای چاپ شده، به شکل زیر تماس بگیرید:

خدمات BC (رایگان در B.C.): 1 800 663-7867

نماینده‌ها در روزهای دوشنبه - جمعه، از ساعت 7:30 صبح تا 5 بعدازظهر در دسترس هستند.

وبسایت: www.welcomebc.ca



برای کسب اطلاعات درباره برنامه‌ها و خدمات دولتی، به:
www.SeniorsBC.ca مراجعه کنید.

برای دریافت اطلاعات درباره سالمندی سالم و دریافت خدمات در
اجتماع خود، به اینجا مراجعه کنید:
www.HealthLinkBC.ca

یا از طریق شماره 1-8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید.

سبک زندگی





سالمندان مفهوم افزایش سن را بازتعریف می‌کنند

تا سال 2028، حدود یک چهارم جمعیت، بیش از 65 سال خواهد بود. امروز سالمندان امید به زندگی بسیار بیشتری دارند و به طور کلی می‌توانند از هر زمان دیگری در تاریخ، سالم‌تر باشند. بیشتر سالمندان در خانه خودشان زندگی می‌کنند و نسبت به سالمندان نسل‌های گذشته، دسترسی بسیار بهتری به اطلاعات دارند.

فعالیت بدنی، تغذیه خوب و حفظ روابط اجتماعی به داشتن یک سبک زندگی‌های سالم کمک می‌کنند. تنها حدود 30 درصد از نحوه پیر شدن افراد را می‌توان با بررسی مسائل ژنتیکی و زیستی تعریف کرد؛ تصمیماتی که افراد به صورت روزمره درباره سبک زندگی‌شان می‌گیرند، روی نحوه پیر شدن آن‌ها تأثیرگذار است. می‌توان با فعالیت بدنی، تغذیه سالم، حفظ ارتباطات اجتماعی، ترک سیگار و دخانیات و همچنین پرهیز از مصرف نوشیدنی‌های خطرناک و مضر، خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن و معلولیت را کاهش داد.

در این قسمت از راهنمای سالمندان BC، اطلاعاتی درباره منابع و ابزار لازم برای پشتیبانی از انتخاب‌های سالم درباره سبک زندگی برای سالمندان ساکن بریتیش کلمبیا ارائه می‌شود. از آن جمله می‌توان به کتابچه تغذیه سالم برای سالمندان - که به زبان‌های انگلیسی، فرانسوی، چینی و پنجابی در دسترس قرار دارد - و منابع مربوط به ترویج فعالیت بدنی، پیشگیری از سقوط‌ها و برنامه‌ریزی برای سالمندی خوب در آینده، اشاره کرد.

با بهرمگیری از یادگیری مستمر و فرصت‌های فراهم شده برای تفریح، می‌توان یک سبک زندگی سالم و فعال داشت. در این قسمت از راهنما، اطلاعات لازم درباره مؤسسات تحصیلات تکمیلی که می‌توانند آموزش‌های ارزان یا رایگان در اختیار سالمندان قرار بدهند؛ آموزش زبان انگلیسی برای بزرگسالان؛ و اطلاعاتی درباره تخفیف هزینه حضور در کمپ یا سایر فعالیت‌های تفریحی برای سالمندان ارائه می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره انتخاب‌های سبک زندگی سالم، به www.SeniorsBC.ca مراجعه کنید.



SeniorsBC.ca

وبسایت SeniorsBC اطلاعات لازم درباره برنامه‌ها و خدمات اختصاصی برای سالمندان که از سوی B.C. و دولت فدرال و سازمان‌های غیرانتفاعی فراهم می‌شوند، ارائه می‌کند. در این وبسایت اطلاعاتی درباره بهداشت، امور مالی، مزایا، مسکن، حمل و نقل، نکاتی برای زندگی سالم و سایر موضوعات مهم برای سالمندان هم ذکر شده است. در این وبسایت نسخه‌های آنلاین این راهنما (راهنمای سالمندان BC) به زبان‌های انگلیسی، فرانسوی، چینی، پنجابی، ویتنامی، کره‌ای و فارسی و همچنین راهنمای کهنسالان BC که به صورت فرهنگی برای بومیان، ساکنین ابتدایی و متیس در سنین بالا تطبیق پیدا کرده است، قرار گرفته است.

وبسایت: www.seniorsbc.ca

سالمندی خوب

سالمندی خوب (Aging Well) یک سایت آنلاین است که اطلاعاتی درباره نحوه ایجاد یک سبک زندگی سالم و مستقل و برنامه‌ریزی برای یک آینده سالم عرضه می‌کند. در این وبسایت ابزارها، ویدیوها و اطلاعاتی درباره تغذیه سالم، فعالیت بدنی، سلامت مغزی، مسکن، برنامه‌ریزی مالی، مزایا و تخفیف‌های سالمندان، حمل و نقل، حفظ روابط اجتماعی و موارد دیگر قرار گرفته است.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca/aging-well

HealthLink BC

اطلاعاتی درباره تغذیه سالم، فعالیت بدنی، مسائل مالی، مسکن، حمل و نقل و حفظ روابط:

وبسایت: www.HealthLinkBC.ca

انتخاب تحرک

انتخاب تحرک (Choose to Move) یک برنامه ورزشی شش ماهه برای سالمندان است. شرکت‌کنندگان در این برنامه از یک مربی ورزشی یک برنامه اختصاصی دریافت می‌کنند که به آن‌ها کمک می‌کند یک هدف تعیین کرده و با فعالیت بدنی به آن برسند و آن‌ها را تشویق می‌کند به گروهی متشکل از سایر افراد شرکت کننده در طرح انتخاب حرکت بپیوندند و موفقیت‌ها و چالش‌های خود را با آن‌ها به اشتراک بگذارند.

در برنامه انتخاب حرکت، فعالیت بدنی، ارتباط اجتماعی و داشتن استقلال در میان سالمندان ترویج می‌شود. این برنامه بسیار موفق با YMCA و اتحادیه پارک‌ها و تفرجگاه‌های بریتیش کلمبیا همکاری دارد.

تلفن: 21790 604 875-4111 داخلی

ایمیل: contact@choosetomove.info

وبسایت: www.choosetomove.info/



خدمات فعالیت جسمی و HealthLink BC

برای هر سن و سطح سلامت، یک طرح فعالیت بدنی مناسب رایگان وجود دارد. فقط کافیست از طریق HealthLink BC به خدمات فعالیت جسمی B.C. متصل شوید و در آنجا تمرین‌دهندگان حرفه‌ای، برنامه‌های فعالیت بدنی اختصاصی و مناسب برای نیازهای شما را ارائه می‌کنند. به صورت تلفنی یا آنلاین:

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 7-1-1

وبسایت: www.HealthLinkBC.ca

(عبارت «Physical Activity Services» را جستجو کنید)

پارک‌های اجتماعی سالمندان BC

پارک‌های اجتماعی سالمندان BC تجهیزات تفریحی فضای باز که به طور ویژه برای بهبود توانایی حرکتی، هماهنگی بدنی و تعادل و همچنین تقویت تعاملات اجتماعی برای سالمندان طراحی شدند، در اختیار شما قرار می‌دهند. این پارک‌ها رایگان هستند و در اجتماعات زیر می‌توان به آن‌ها دسترسی پیدا کرد: Burnaby، Abbotsford، Nanaimo، Kelowna، Kamloops، Dawson Creek، Cranbrook، Courtenay، North Vancouver، North Cowichan، Nelson، Oak Bay (شهرداری ناحیه)، Tsawwassen، Terrace، Surrey، Sidney، Richmond، Prince George، Vancouver and.

ویدیوهای کوتاه و آنلاین نحوه استفاده از این تجهیزات را در 12 پارک اجتماعی سالمندان BC نمایش می‌دهند. در هر ویدیو نحوه استفاده از یکی از این وسایل ارائه، شکل و تکنیک مناسب آموزش و تمرینات جایگزین و تطبیق یافته برای سطوح مختلف آمادگی جسمانی، نمایش داده شده است.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «BC Seniors' Community Parks» را وارد کنید)

تحرك برای زندگی! DVD

تحرك برای زندگی! یک DVD فعالیت جسمانی برای بزرگسالان بوده که با همکاری بین اتحادیه پارک‌ها و تفرجگاه‌های BC و وزارت بهداشت تهیه شده است. در این مجموعه، آموزش فعالیت جسمانی و نکاتی برای سالمندان ارائه شده و نحوه انجام فعالیت‌های بدنی که نقشی اساسی در داشتن یک سبک زندگی سالم و مستقل دارند، نمایش داده شده است. تحرك برای زندگی! را می‌توان از وبسایت سالمندان دانلود کرد.

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Move for Life DVD» را وارد کنید)



تغذیه سالم برای سالمندان

در کتابچه تغذیه سالم برای سالمندان، دستور پخت، طرح‌های منو و اطلاعاتی درباره تغذیه سالم آمده است. این کتابچه به زبان‌های انگلیسی و فرانسوی در دسترس است و با ایجاد برخی تغییرات فرهنگی به زبان‌های چینی و پنجابی هم ترجمه شده است.

سخنرانی‌های اجتماعی تغذیه سالم برای سالمندان از سه سخنرانی جذاب و تعاملی تشکیل شده است که محتوای کلیدی این کتابچه را پوشش می‌دهند. این سخنرانی‌ها با هدف حمایت از تغذیه سالم برای سالمندان آماده شدند. برای حمایت از ارائه این سخنرانی، یک راهنمای تسهیل‌کننده ایجاد شده است.

این کتابچه، سخنرانی‌های اجتماعی و راهنمای تسهیل‌کننده به صورت آنلاین در دسترس قرار دارند یا می‌توان از طریق تماس با HealthLink BC یا با لینک آنلاین به فرم سفارش، یک نسخه چاپی رایگان را سفارش داد.

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 1-1-7

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Healthy Eating for Seniors Handbook» را وارد کنید)

تغذیه سالم برای سالمندان به صورت یک کتاب صوتی در قالب DAISY و MP3 هم عرضه می‌شود. این کتاب صوتی به صورت آنلاین در تمام کتابخانه‌های عمومی B.C. در دسترس است.

وبسایت: www.seniorsbc.ca

(عبارت «Healthy Eating for Seniors» را جستجو کنید)

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره تغذیه سالم، به صفحه وب HealthLink BC در رابطه با تغذیه سالم مراجعه کنید. یک ابزار خودارزیابی برای سالمندان (50 سال به بالا)، Nutri-eSCREEN، به افراد در تشخیص موارد مثبت، اقدامات احتمالی و جایی که می‌توان اطلاعات و ابزار قابل اعتماد در رابطه با تغذیه سالم و فعالیت بدنی را پیدا کرد، کمک می‌کند.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca/healthy-eating/your-age-and-stage/seniors

Nutri-eSCREEN لینک مستقیم: www.nutritionscreen.org/bc/escreen/



تماس با متخصص تغذیه

برای دریافت اطلاعات رایگان درباره تغذیه سالم، با HealthLink BC تماس بگیرید و اعلام کنید که می‌خواهید با یک متخصص تغذیه دارای گواهی صحبت کنید، در روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت 9 صبح تا 5 بعدازظهر. (یا پس از ساعات اداری پیام بگذارید). در صورت درخواست، خدمات ترجمه به 130 زبان ارائه می‌شود.

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 1-7-1

برای ارسال ایمیل به یک متخصص تغذیه دارای گواهی، از فرم آنلاین HealthLink BC استفاده کنید.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «Contact a Dietitian» را جستجو کنید)

اداره بهداشت ساکنان اولیه - تغذیه خوب و فعالیت

راهنمای کهنسالان BC یک منبع است که برای افراد سالمند محلی، ساکنین اولیه کانادا و متیس طراحی شده است. این راهنما با همکاری دولت بریتیش کلمبیا و اداره بهداشت ساکنان اولیه ایجاد شده است و حاوی اطلاعاتی درباره تغذیه سالم است.

وبسایت: www.fnha.ca (عبارت «BC Elders Guide» را وارد کنید)

اداره بهداشت ساکنین اولیه، اطلاعات و پیوندهایی به یک مجموعه منابع برای ساکنین اولیه و مردمان بومی درباره تغذیه سالم و فعالیت بدنی، به عنوان بخشی از چهار جریان رفاه برای ارتقاء سلامت عمومی، ارائه می‌کند.

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

یک ذهن فعال و سالم

حفظ وضعیت مناسب مغزی به شکل فعال، نقشی مهم در سلامت ذهنی دارد. رفتارهای سالم زیادی وجود دارد که می‌توان آن‌ها را به آسانی در عادات روزمره جا داد و ممکن است خطر ابتلا به بعضی از انواع زوال عقل را کاهش بدهند. به عنوان مثال، سیگار نکشیدن، جلوگیری یا مدیریت دیابت نوع 2 و فشار خون بالا (به خصوص در میانسالان)، داشتن فعالیت بدنی و تغذیه سالم، همه در داشتن یک مغز سالم‌تر نقش دارند. برای مشاهده پنج گام آسان برای کمک به افزایش سلامت مغز به وبسایت Brain Matter مراجعه کنید.

وبسایت: <https://alzheimer.ca/en/bc/About-dementia/Brain-health>



انجمن آلزایمر B.C.

وبسایت انجمن آلزایمر B.C. اطلاعاتی درباره عوامل خطرناک و مؤثر در ایجاد زوال عقل و راه‌هایی که از طریق آن‌ها می‌توان به کاهش این خطرات کمک کرد، ارائه می‌کند.

وبسایت: <https://alzbc.org/risk-factors>

انجمن پارکینسون BC

انجمن پارکینسون بریتیش کلمبیا یک سازمان خیریه و غیرانتفاعی است که هدف آن کمک به افراد مبتلا به بیماری پارکینسون از طریق پشتیبانی، آموزش، خدمات حمایتی و کمک به تحقیقات در این زمینه است.

این جامعه معتقد است تمام افراد مبتلا به پارکینسون حق دارند بدانند که در این مسیر تنها نیستند. کارکنان مهربان و مطلع این سازمان متعهد شدند از دیگران حمایت کنند، اطلاعات قابل اتکا به اشتراک بگذارند و آگاهی درباره بیماری پارکینسون را افزایش بدهند.

Parkinson Society of British Columbia

600 - 890 W. Pender St.

Vancouver BC V6C 1J9

تلفن (تماس رایگان): 1 800 668-3330

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 662-3240

وبسایت: www.parkinson.bc.ca

کارگاه‌های ارتقای سلامت

مؤسسه سلامت و رفاه سالمندان از شورای سازمان‌های شهروندان سالمند بریتیش کلمبیا (COSCO) کارگاه‌هایی برگزار می‌کند که حدود یک ساعت به طول می‌انجامد و کاملاً رایگان هستند. برای مشاهده مجموعه کارگاه‌ها و اطلاع از نحوه رزرو یک کارگاه برای گروه سالمند خود، لطفاً به وبسایت COSCO مراجعه کنید.

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



هیچوقت برای ترک سیگار دیر نیست

ترک سیگار منجر به ارتقاء فرایند بهبودی، افزایش قدرت بدنی و سلامت بیشتر می‌شود. تأثیر ترک سیگار در کوتاه مدت بر روی افرادی که برای مدت طولانی سیگاری بودند، در مقایسه با جوانان بیشتر است. چند روز پس از ترک سیگار تنفس آسان‌تر می‌شود و حس چشایی و بویایی تقویت می‌شود. همچنین بهبودی زخم‌های ناشی از عمل جراحی یا سقوط برای کسانی که سیگاری نیستند، سریع‌تر اتفاق می‌افتد.

برای ترک سیگار یا مصرف دخانیات، کمک‌های رایگانی در دسترس است. با پزشک، داروساز یا دندانپزشک خود درباره مزایای ترک مصرف دخانیات صحبت کنید. این دو برنامه از تمام ساکنین بریتیش کلمبیا پشتیبانی می‌کنند:

QuitNow

پشتیبانی رایگان برای ترک سیگار از طریق تلفن یا رایانه در دسترس است. با مربیان آموزش‌دیده صحبت کنید، پیام‌های انگیزشی را در قالب متن دریافت کنید و به صورت آنلاین با سایر کسانی که ترک کردند در ارتباط باشید.

تلفن (تماس رایگان): 1 877 455-2233

وبسایت: www.quitnow.ca

برنامه ترک سیگار BC

برنامه ترک سیگار PharmaCare BC درمان جایگزین نیکوتین (NRT) را بدون هیچ هزینه‌ای در اختیار افراد می‌گذارد و برای کسانی که از جزو Fair PharmaCare هستند، داروهای تجویز شده را تحت پوشش بیمه قرار می‌دهد. از جمله NRTها می‌توان به برچسب، آدامس، دستگاه استنشاق یا آب‌نیات مخصوص اشاره کرد. NRTها را از داروخانه‌های محلی دریافت کنید یا با پزشکتان درباره نسخه‌های درمانی ترک سیگار صحبت کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «smoking cessation program» را جستجو کنید)

الکل و افزایش سن

معمولاً با افزایش سن، جرم قسمت‌های بدون چربی بدن کم می‌شود و در نتیجه با افزایش چربی و کاهش آب بدن، امکان رقیق شدن الکل کاهش پیدا می‌کند. به همین دلیل، میزان مشابه الکل در افراد مسن تار باعث افزایش بیشتر الکل موجود در خون می‌شود و در مقایسه با یک فرد جوان‌تر با وزن مشابه، اثر بیشتری به دنبال خواهد داشت.

با توجه به اینکه فرآوری الکل در بدن افراد مسن‌تر با کارایی پایین‌تری صورت می‌گیرد، نوشیدن الکل با افزایش سن، فشار بیشتری به کبد وارد می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره سلامت کبد، به وبسایت بنیاد کبد کانادا مراجعه کنید.

وبسایت: www.liver.ca

(عبارت «alcohol consumption» را جستجو کنید)

میزان مناسب الکل برای نوشیدن با توجه به سن، جنسیت، هویت جنسی، قومیت، وزن، چربی بدن و وضعیت سلامت افراد متغیر است. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره



محدوده‌های ایمن، به دستورالعمل نوشیدن کم‌خطر الکل کانادا در اینجا مراجعه کنید وبسایت مرکز سوء مصرف مواد مخدر در کانادا توجه داشته باشید که به دلیل قرار داشتن در معرض آسیب، دستورالعمل‌های نوشیدن کم‌خطر الکل برای سالمندان از میزان توصیه شدن برای بزرگسالان سالم، کمتر است.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Low-Risk Drinking Guidelines» را جستجو کنید)

در زمان مصرف دارو، برای اطمینان از اینکه آیا نوشیدن الکل امن است یا خیر، با پزشک یا داروساز خود مشورت کنید.

پزشکتان می‌تواند نگرانی‌های شما درباره استفاده خودتان یا یکی از اعضای خانواده از الکل را مورد رسیدگی قرار دهد یا برای اطلاع از سایر خدمات در دسترس به خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر در بخش سلامت شما در این راهنما مراجعه کنید.

شاهدانه

استفاده غیرپزشکی از شاهدانه برای بزرگسالان از 17 اکتبر 2018 در کانادا قانونی شده است. پیش از مصرف شاهدانه، با ارائه‌دهنده مراقبت سلامت خود صحبت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره شاهدانه، از جمله تأثیر آن روی سلامتی و مصرف پزشکی شاهدانه، با خط 1-8-1 متعلق به HealthLink BC تماس بگیرید یا به وبسایت آن مراجعه کنید.

تلفن: 1-8-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «Cannabis» را جستجو کنید)

برای اطلاع از قوانین و مقررات مربوط به شاهدانه، به وبسایت Get Cannabis Clarity دولت BC مراجعه کنید.

وبسایت: www.cannabis.gov.bc.ca

جلوگیری از سقوط

زمین خوردن دلیل اصلی بروز جراحت در سالمندان و مهم‌ترین علت از دست رفتن استقلال در سالمندان محسوب می‌شود. می‌توان از بیشتر زمین خوردن‌ها جلوگیری کرد و برای کمک به تقویت سالمندان و پیشگیری از زمین خوردن و ایجاد جراحت‌های ناشی از آن، منابع زیادی در دسترس است.

فعالیت بدنی منظم با تمرکز بر روی تقویت آمادگی جسمانی و تعادل یکی از بهترین روش‌ها برای جلوگیری از زمین خوردن با افزایش سن است. فعالیت‌هایی مانند تای چی و تمرینات قدرتی روش‌هایی عالی برای افزایش آمادگی جسمانی و تعادل هستند. برای اطلاع بیشتر از فعالیت‌های جسمی برای جلوگیری از زمین خوردن، به این وبسایت مراجعه کنید:

وبسایت: www.findingbalancebc.ca

وبسایت زیر نکاتی درباره پیشگیری از زمین خوردن و همچنین ابزار ارزیابی «آیا در معرض خطر زمین خوردن قرار دارید؟»، بروشورها و سایر اطلاعات را در اختیار شما قرار می‌دهد.

وبسایت: www.gov.bc.ca/fallprevention



ارائه‌دهنده اصلی مراقبت بهداشتی می‌تواند اطلاعات بیشتری درباره ارزیابی خطر زمین خوردن، معاینه پزشکی و سایر عوامل پرخطر احتمالی، در اختیار شما قرار دهد. مقامات بهداشت منطقه (برای مشاهده اطلاعات تماس به قسمت مقامات بهداشتی در بریتیش کلمبیا زیر بخش سلامت شما در این راهنما مراجعه کنید) می‌توانند اطلاعات بیشتری درباره برنامه‌های پیشگیری از زمین خوردن در اجتماع شما ارائه کنند. برنامه مکان‌یاب خدمات بهداشتی BC با استفاده از iPad، iPhone، یا iPod به افراد در یافتن دامنه متنوعی از خدمات بهداشتی کمک می‌کند (برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این برنامه رایگان به قسمت برنامه مکان‌یاب خدمات بهداشتی BC ذیل بخش سلامت شما در این راهنما مراجعه کنید).

B.C. اتحادیه آسیب‌های مغزی

اتحادیه آسیب‌های مغزی کانادا در راستای تسهیل تحقیقات روی آثار پس از حادثه، آموزش و حمایت از کانادایی‌هایی که از آسیب‌ها و جراحت‌های مغزی رنج می‌برند، فعالیت دارد. اتحادیه آسیب‌های مغزی بریتیش کلمبیا خود را از طریق آموزش، ارائه اطلاعات، جلوگیری، پشتیبانی و حمایتی، وقف بهبود کیفیت زندگی کسانی کرده است که دچار آسیب مغزی شدند.

اتحادیه آسیب‌های مغزی

c/o Sea to Sky Meeting Management Inc.

Suite 206, 201 Bewicke Ave.

North Vancouver BC V7M 3M7

Brainstreams.ca وبسایت رسمی اتحادیه آسیب‌های مغزی BC است.

ایمیل: info@brainstreams.ca

وبسایت: www.brainstreams.ca

دولت B.C. وبسایت دسترسی

دولت B.C. خود را نسبت به موانع و افزایش امکان دسترسی برای معمولان متعهد می‌داند. ساختن B.C. به شکلی بهتر برای معلولان، یک طرح 10-ساله است تا این استان تا سال 2024 به معنای واقعی مکانی برای همه باشد. مطالب وبسایت دسترسی عبارت است از:

- اطلاعات درباره طرح اجرایی ایجاد دسترسی و به‌روزرسانی‌های درباره پیشرفت‌های صورت گرفته؛
- لینک‌های مفید برای تسهیل امکان پیدا کردن اطلاعات درباره منابع و خدمات مربوط به معلولان در قسمت‌های مختلف دولت؛ و
- لینک به اخبار و ویدیوهای فعلی در رابطه با امکان دسترسی.

ایمیل: accessibility@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca/accessibility



افزایش سن با معلولیت رشدی

با افزایش جمعیت سالمندان دارای معلولیت‌های رشدی، Community Living BC منابع جدیدی برای حمایت از این افراد و پرستاران آن‌ها در نظر گرفته است.

وبسایت: www.communitylivingbc.ca (عبارت «aging with a developmental disability guide» را جستجو کنید)

Aware Share Care از سوی Community Living BC ایجاد شد تا آگاهی را افزایش داده و اطلاعات، منابع و ابزارهایی برای پشتیبانی از بهترین مراقبت بهداشتی ممکن برای سالمندان دچار معلولیت‌های رشدی را ارائه کند. این سایت برای افراد، خانواده‌ها، پرستاران و پزشکان طراحی شده تا به راهنمایی بحث‌ها و برنامه‌ریزی‌ها کمک کند.

وبسایت: www.awaresharecare.ca

سواد دیجیتالی

بر اساس نظرسنجی اجتماعی عمومی 2016 از سوی بخش آمار کانادا، استفاده کانادایی‌ها از اینترنت در محل و کار و در منزل از سال 2013 تا 2016 افزایش چشمگیری داشته است. در طول یک دوره سه ساله، برای افرادی که از 65 تا 74 سال سن دارند، استفاده از اینترنت از 65 درصد به 81 درصد افزایش پیدا کرده است، در حالی که برای افراد 75 سال به بالا، استفاده از اینترنت از 35 درصد به 50 درصد رسیده است. در قسمت زیر بعضی منابعی که می‌توانند با پشتیبانی از سواد دیجیتالی به شما کمک کنند، ذکر شده است:

ارتباط با فناوری (مؤسسه نابینایان کانادا)

این سازمان ملی آموزش‌هایی در رابطه با مهارت‌های پایه دیجیتالی در اختیار افراد نابینا قرار می‌دهد. در جلسات حضوری با کنفرانس از راه دور، شرکت‌کنندگان با فناوری‌های کمکی و تطبیقی آشنا می‌شوند تا دانش، مهارت‌ها، تفکر انتقالی و مدیریت اطلاعات در دنیای سواد دیجیتالی را بیاموزند. شرکت‌کنندگان به نحوه استفاده از برنامه‌ها، رسانه‌های اجتماعی، موتورهای جستجو و سایر ابزار ارتباطی آشنا می‌شوند و به شکلی ایمن و مؤثر در مباحث مربوط به اقتصاد دیجیتالی و اجتماعات خود شرکت می‌کنند.

ایمیل: info@cnib.ca

آموزش به والدین (ABC Life Literacy Canada)

این برنامه با همکاری Youth Empowering Parents به جوانان آموزش می‌دهد چگونه سطح سواد دیجیتالی والدین خود و سایر بزرگسالان و سالمندان را در جوامع خود را ارتقاء بدهند. مربیان جوانان مهارت‌های خود را از طریق راهنماهای آموزش خصوصی قابل دانلود و آنلاین گسترش می‌دهند و آموزش‌های شخصی شده درباره موضوعاتی مثل تایپ با صفحه کلید، مرورگر اینترنت، ایمنی آنلاین، حفاظت از رمز عبور و خدمات الکترونیک را در اختیار بزرگسالان قرار می‌دهند. به زبان‌های بسیاری در دسترس است.

ایمیل: info@abclifelif literacy.ca



شبکه مربیان دیجیتال Gluu

این طرح، مهارت‌های پایه دیجیتال را در اختیار سالمندان بریتیش کلمبیا قرار می‌دهد. Gluu Technology Society یک شبکه از «مربیان همسن دیجیتال» را جذب و پشتیبانی می‌کند که قادر هستند پشتیبانی و آموزش مهارت‌های دیجیتال را در اختیار سالمندان جوامع خودشان قرار بدهند. شرکت‌کنندگان با مجموعه‌ای از مهارت‌ها آشنا می‌شوند، از جمله: نحوه استفاده ایمن از WIFI عمومی، پیمایش امن در اینترنت، مدیریت حساب‌های آنلاین، شناسایی ایمیل‌های کلاهبرداری، استفاده از تماس ویدیویی، درک رسانه‌های اجتماعی و دسترسی به خدمات آنلاین دولتی. به زبان‌های انگلیسی و فرانسوی در دسترس است.

ایمیل: hello@gluusociety.org

تلفن (با تماس رایگان): 1 855 458-8622

تلفن: 604 343-4946

خانواده و جامعه سالم

جوامع سالم فضاهای بیشتری برای بازی، رشد و پیدا کردن غذای تازه دارند و در آن‌ها امکانات بیشتری برای پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و استفاده از حمل و نقل عمومی وجود دارد. این جوامع با فراهم کردن امکان دسترسی به محیط‌های بدون دخانیات و برقرار کردن ارتباطاتی که باعث رشد ذهنی مثبت افراد می‌شوند، از شهروندان پشتیبانی می‌کنند.

BC دوستار افزایش سن

در بریتیش کلمبیایی که دوستار افزایش سن است، از افراد مسن‌تر حمایت می‌شود تا یک زندگی فعال، اجتماعی و مستقل داشته باشند. از طریق BC دوستار افزایش سن، دولت بریتیش کلمبیا با دولت محلی و سایر شرکای خود همکاری می‌کند تا به هدف خود در رسیدن به استانی که در آن تمام افراد در سنین و با توانایی‌های مختلف احساس کنند بخشی از جامعه و بسیار ارزشمند هستند، نائل شود.

ایمیل: AgefriendlyBC@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «age-friendly» را جستجو کنید)

Better at Home

برنامه Better at Home که بودجه خود را از وزارت بهداشت دریافت می‌کند، تحت مدیریت United Way of the Lower Mainland (UWLM) قرار دارد و خدمات غیرپزشکی را در جوامع مختلف در این استان ارائه نموده و به سالمندان در منازلشان کمک می‌کند. خدمات حمایتی مختصر جامعه هستند و ممکن است شامل ایاب و ذهاب به محل ملاقات پزشکی، انجام کارهای خانه‌داری، رسیدگی به حیاط منزل، پارو کردن برف، تعمیرات مختصر خانه، خرید اقلام مورد نیاز و ملاقات دوستان شوند. برای کسب اطلاعات بیشتر با UWLM تماس بگیرید.

تلفن دفتر استانی:

تلفن دفتر استانی: 604-268-1312 (سؤالات عمومی)

وبسایت: www.betterathome.ca

جامعه BC Healthy Communities



سبک زندگی

جامعه BC Healthy Communities (BCHC) یک سازمان غیرانتفاعی است که در سراسر استان فعالیت دارد و به رشد مستمر جوامع سلامت، شکوفا و انعطاف‌پذیر کمک می‌کند.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 590-8442

ایمیل: bchc@bchealthycommunities.ca

وبسایت: <https://new.bchealthycommunities.ca/>

BC211

BC211 یک سازمان غیرانتفاعی است که در زمینه ارائه اطلاعات و ارجاع برای جامعه، دولت و خدمات اجتماعی در BC تخصص دارد. بودجه آن از طریق United Way، دولت BC و شهر ونکوور تأمین می‌شود.

تلفن 211

وبسایت: <https://www.bc211.ca/>

کووید-19

در 11 ام مارس 2020 سازمان بهداشت جهانی کووید-19 را یک همه‌گیری جهانی اعلام کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این ویروس، نحوه حفاظت از خودتان، خانواده‌تان و جامعه‌ای که در آن هستید به وبسایت مرکز BC برای کنترل بیماری‌ها (BCCDC) مراجعه کنید.

وبسایت: <http://covid-19.bccdc.ca/>

اجتماعات سالم

استان ما با سازمان‌های محلی، استانی و ملی متعدد در تمام سطوح دولتی همکاری دارد تا بتواند فضایی حمایتی ایجاد کند که در آن افراد تشویق می‌شوند به صورت روزمره در محل زندگی، کار، یادگیری و بازی خود تصمیمات سالمی بگیرند.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «healthy communities» را جستجو کنید)

Service BC



مراکز Service BC یا دفاتر مأمور دولتی به سالمندان کمک می‌کنند به برنامه‌ها و خدمات دولتی استانی دسترسی پیدا کنند. این دفاتر در محل تماس برای دریافت خدمات و برنامه‌ها از سوی مردمی که در خارج از لوئر مین‌لند زندگی می‌کنند، قرار دارند. کارکنان از برنامه‌های محلی اطلاع دارند و سالمندان را به سایر کمک‌ها و منابع اطلاعاتی ارجاع می‌دهند. خدمات دولتی به صورت حضوری، آنلاین و تلفنی ارائه می‌شوند.

برای کسب اطلاعات و خدماتی مانند مجوز، گواهی ماهی‌گیری و طرح خدمات پزشکی، به مرکز تماس Service BC یا مرکز Service BC محلی خود مراجعه کنید. برای مشاهده فهرست محل دفتر، لطفاً به فهرست‌نامه در انتهای این راهنما مراجعه کنید.

برای انتقال تلفنی و به صورت رایگان به دفتری که مایل هستید با آن در ارتباط باشید، از طریق شماره‌های زیر با مرکز تماس Service BC تماس بگیرید.

مرکز تماس Service BC

مرکز تماس Service BC (یا همان Enquiry BC سابق) خدمات زیر را از طرف وزارتخانه‌های دولت استانی، شرکت‌های سلطنتی و سازمان‌های عمومی در اختیار تمام شهروندان بریتیش کلمبیا قرار می‌دهد:

- اطلاعات اساسی درباره دولت استانی؛
- کمک به شناسایی برنامه یا شخصی که تماس‌گیرنده می‌خواهد با او صحبت کند؛
- اطلاعات تماس با برنامه دولتی یا کارکنان دولت؛
- کمک به شناسایی سطح دولتی مسئول برای یک برنامه یا سرویس؛ و
- انتقال بدون هزینه تماس‌گیرنده‌ای که در حالت عادی ممکن است برای دریافت اطلاعات یا انجام فعالیت با دولت استانی لازم بود هزینه‌ای پرداخت کند.

ساعت کاری برای خدمات BC از 7:30 صبح تا 5 بعدازظهر، روزهای دوشنبه تا جمعه است.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7867

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-2421

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-6121

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان): تماس با خدمات رله (711) TELUS برای دریافت

خدمات TTY رایگان

پیام متنی: 604 660-24216

ایمیل: ServiceBC@gov.bc.ca

وبسایت: www.servicebc.gov.bc.ca

برنامه حمل و نقل کهنسالان



سبک زندگی

برنامه حمل و نقل کهنسالان بخشی از هزینه سفر برای کهنسالان بومی، ساکنین ابتدایی و متیس را پوشش می‌دهد تا در گردهمایی سالیانه سالمندان در BC شرکت کنند. درخواست‌ها هر ساله بین ژانویه و جمعه دوم ماه ژوئن پذیرفته می‌شوند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره برنامه‌های حمل و نقل کهنسالان، با مراکز اتحادیه دوستی بومیان BC تماس بگیرید.

مراکز اتحادیه مراکز دوستی بومیان BC

551 Chatham St.

Victoria BC V8T 1E1

تلفن (تماس رایگان): 1 800 990-2432

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 388-5522

وبسایت: www.bcaafc.com

درخواست: www.bcaafc.com/help/elders/

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره گردهمایی سالانه سالمندان در BC به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.bcelders.com/elders-gathering.php

WelcomeBC.ca

WelcomeBC.ca وبسایت دولت بریتیش کلمبیا است که به ساکنین جدید بریتیش کلمبیا کمک می‌کند:

• اسکان؛

• اشتغال؛

• فعال شدن در اجتماع؛ و

• ایفای نقش کامل در آینده اجتماعی و اقتصادی B.C.

یک نسخه رایگان از راهنمای B.C. برای افراد تازه وارد (به 11 زبان در دسترس است) سفارش دهید و تا در منزل به شما تحویل شود یا ویدیوهایی که به زبان‌های مختلف روی وبسایت قرار دارند، تماشا کنید.

وبسایت: www.WelcomeBC.ca



خدمات مهاجرین

مهاجرت، پناهندگی و شهروندی کانادا خدمات و پشتیبانی خود را ارائه می‌دهد تا به مهاجرین جدید و خانواده آن‌ها کمک کند به شکلی موفق در جامعه کانادایی در B.C. اسکان پیدا کنند و با اجتماع ادغام شوند. خدمات رایگان برای مهاجرین شامل ارزیابی زبانی و برگزاری کلاس، پیدا کردن شغل، کمک به گذران زندگی روزمره (مثل پیدا کردن محلی برای زندگی، پر کردن فرم‌ها و درخواست‌ها) و اطلاعاتی درباره خدمات اجتماعی می‌شود. این خدمات برای ساکنین دائم B.C. در دسترس هستند.

در لینک زیر، کد پستی خود را وارد و عبارت «British Colombia» را وارد کنید و برای جستجوی خدمات در ناحیه خود از نقشه تعاملی استفاده نمایید.

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

خدمات اسکان و پشتیبانی در دسترس ساکنین موقت خارجی قرار دارند. نمایندگان خدماتی، اطلاعات مربوط به حقوق شما و نحوه تطابق پیدا کردن با زندگی در B.C. را ارائه می‌کنند. برای مشاهده فهرست ارائه‌دهندگان خدمات به Welcome BC مراجعه کنید.

وبسایت: www.welcomebc.ca

عبارت «Temporary foreign residents» را جستجو کنید)

تماس با کشور خارجی

مقامات کنسولی بیش از 80 کشور در بریتیش کلمبیا حضور دارند. مقامات کنسولی، که بیشتر در ونکوور قرار دارند، فعالیت‌های زیر را انجام می‌دهند:

- کمک و حفاظت از شهروندان کشوری که نماینده آن هستند؛
- برگزاری مراسم سوگند، قانونی کردن مدارک و صادر کردن گذرنامه، ویزای مسافرتی و گواهی؛
- نمایندگی کشور و توسعه تجارت به کشور متبوع در بخش کنسولی خود؛ و
- توضیح درباره سیاست‌ها و دستاوردهای کشورشان در زمینه‌هایی مانند کشاورزی و جذب گردشگر.

دفتر وبسایت پروتکل شامل یک فهرست، همراه با اطلاعات، برای تمام کشورهای می‌شود که در بریتیش کلمبیا نماینده دارند.

وبسایت: www.gov.bc.ca عبارت «Office of Protocol» را جستجو کنید)

برای تماس با کشورهای دیگر می‌توان از سفارتخانه‌ها و کمیسیون‌های بلندپایه که در اتاوا قرار دارند، استفاده کرد. اطلاعات تماس در وبسایت وزارت امور خارجه، بازرگانی و توسعه کانادا در دسترس است.

وبسایت: www.international.gc.ca/protocol-protocole/index.aspx?Menu

یا به صورت رایگان با Service Canada تماس بگیرید: 1 800 622-6232



پدر بزرگ ها و مادر بزرگ های مسئول نگهداری از نوه

خط پشتیبانی پدر بزرگ ها و مادر بزرگ های مسئول نگهداری از نوه

این خط رایگان به پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها و سایر خویشاوندانی که مسئولیت نگهداری از کودکان را به عهده دارند کمک می کند از عهده سیستم های خدماتی پیچیده بر بیایند؛ به پاسخ ها، پشتیبانی و منابع مورد نیاز برای پیشگیری و حل مشکلات دسترسی پیدا کنند؛ و از مزایا و خدماتی که از همه اعضای خانواده حمایت می کند، اطلاع پیدا کنند.

این خط از دو وکیل حامی پاره وقت بهره می گیرد که آموزش های لازم در رابطه با امور حمایتی، مددکاری، قانون خانواده و خدمات دولتی مربوط به مراقبت از کودکان را پشت سر گذاشتند.

تلفن (تماس رایگان): 1 855 474-9777

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 558-4740

ایمیل: GRGline@parentsupportbc.ca

وبسایت: www.parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren/

مزایای مراقبت ارزان از کودک

از 1 سپتامبر 2018، مزایای مراقبت مقرون به صرفه از کودکان جایگزین برنامه یارانه مراقبت از کودک شد تا به خانواده های بیشتری در پرداخت هزینه های مراقبت از کودک کمک شود. خانواده هایی که تا سقف \$111,000 (یا بیشتر پس از کسورات) درآمد دارند، ممکن است صلاحیت لازم برای پس انداز حداکثر \$1,250 در ماه به ازای هر کودک را داشته باشند. مبلغ مزایا بر اساس عواملی مانند تعداد اعضای خانواده، نوع مراقبت از کودک و میزان درآمد تعیین می شود.

یک ولی، از جمله شخصی که کودک نزد او زندگی می کند و به عنوان ولی فعالیت دارد، می تواند با استفاده از خدمات خانواده من به صورت آنلاین و همچنین از طریق پست یا دورنگار، برای دریافت مزایا درخواست بدهد. از جمله معیارهای تعیین صلاحیت می توان به شهروندی، اقامت، نوع مراقبت از کودک، میزان درآمد و دلیل نیاز به مراقبت از کودک اشاره کرد.

به وبسایت مراجعه کنید یا از ساعت 8:30 صبح تا 4:30 بعدازظهر، روزهای دوشنبه تا جمعه به مرکز خدمات مراقبت از کودکان تماس بگیرید.

خدمات ترجمه در صورت درخواست ارائه می شوند.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 338-6622

دستگاه تلفنی برای ناشنوایان 711 (TDD): (در B.C.)

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Affordable Childcare Benefit» را جستجو کنید)

سازمان های اجتماعی زیر برای ارائه کمک به صورت فردی در دسترس هستند:

- دفاتر ارجاع و منابع مراقبت از کودکان
- سازمان های خدمات اسکان مهاجرین
- دفاتر Service BC

داوطلب شدن

داوطلب شدن روشی عالی برای حفظ ارتباط، لذت بردن از تجربیات جدید و شرکت در ساخت یک جامعه سالم است. سالمندان و بازنشستگان با مهارت‌های مفید زیاد و دانش گسترده و تجربیاتی که می‌توان به اشتراک گذاشت، داوطلبانی هستند که نقشی قابل توجه در تمام بخش‌های جامعه ایفا می‌کنند.

مراکز داوطلب شدن محلی می‌توانند اطلاعاتی درباره فرصت‌های داوطلب شدن در جامعه به شما ارائه کنند.

Volunteer BC

Volunteer BC یک سازمان استانی است که تأثیر و ارزش داوطلب شدن در B.C. را ترویج می‌کند. برای مشاهده اطلاعات تماس مراکز داوطلب شدن محلی می‌توانید به وبسایت Volunteer BC ذیل زبانه داوطلب شدن مراجعه کنید.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 379-2311

ایمیل: volunteerbc@gmail.com

وبسایت: www.volunteerbc.bc.ca

Volunteer Canada

Volunteer Canada با ارائه اطلاعات و منابع، خود را وقف تقویت داوطلب شدن و مشارکت شهروندان کرده است. این وبسایت حاوی اطلاعاتی برای داوطلبان مسن‌تر است.

وبسایت: www.volunteer.ca

اشتغال

WorkBC.ca - کارکنان پرتجربه

برای کسانی که به دنبال کار هستند، وبسایت WorkBC.ca اطلاعاتی درباره خدمات تخصصی جستجوی کار ارائه می‌کند که می‌توانند به افراد در بازگشت به محل کار کمک کند. برنامه‌ها و خدمات به شکلی طراحی شدند تا به کارکنان پرتجربه کمک کنند:

- دوباره وارد نیروی کار شوید
- مهارت‌ها را ارتقا دهید
- در یک شغل جدید تجربه کسب کنید

وبسایت: www.workbc.ca (عبارت «Mature Workers» را جستجو کنید)

برای دریافت کمک در مسیر اشتغال، به مرکز خدمات اشتغال WorkBC محلی خود مراجعه کنید یا با شماره 250 952-6914 تماس بگیرید و یک مرکز WorkBC در ناحیه خود پیدا کنید.

برنامه کارکنان مسن‌تر

برنامه کارکنان مسن‌تر بودجه خود را از Workforce Development دریافت می‌کند.

توافق برای حمایت از کارکنان مسن‌تر و بیکار کانادا. در ده سال گذشته، برنامه کارکنان مسن‌تر بیش از 30 میلیون دلار سرمایه‌گذاری کرده و از بیشتر از 4,000 فرد مسن و بیکار حمایت نموده که در جوامعی با نرخ تعدیل نیرو یا تعطیلی قابل توجه حضور داشتند یا نرخ بیکاری آن‌ها به شکل مستمر پایین بوده است.

هدف اصلی برنامه کارکنان مسن‌تر آماده کردن شرکت‌کنندگان برای داشتن یک اشتغال جدید و فوری است. این طرح به کارکنان مسن‌تر و بیکار کمک کرده به عنوان اعضای فعال و مفید در بازار کار فعالیت داشته باشند. در حال حاضر، برنامه کارکنان مسن‌تر بودجه خود را از B.C. دریافت می‌کند و مجموعه‌ای گسترده از فعالیت‌های اشتغالی را در اختیار کارکنان مسن‌تر و بیکار که شغل خود را از دست دادند و در جوامع آسیب‌پذیر زندگی می‌کنند، قرار می‌دهد. از جمله فعالیت‌های این پروژه می‌توان به ارتقاء مهارت‌ها و تجربه کاری در شغل‌های جدید اشاره کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این برنامه و پروژه‌های اجتماع خود، به وبسایت زیر مراجعه کنید.

وبسایت: www.workbc.ca

(عبارت «Older Workers Program» را جستجو کنید)

آموزش

شهریه پس از مقطع متوسطه

بعضی از مؤسسات آموزشی که پس از مقطع متوسطه فعالیت دارند، آموزش رایگان یا با تخفیف در اختیار سالمندان قرار می‌دهند. اطلاعات تماس مربوط به مؤسسات آموزشی در مقاطع پس از مقطع متوسطه را می‌توان از وبسایت وزارت آموزش عالی، مهارت و تحصیل دریافت کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Find an Institution» را جستجو کنید)

آموزش زبان انگلیسی

افرادی که به تازگی وارد جامعه شدند می‌توانند برای تقویت مهارت‌های زبانی خود در کلاس‌های آموزش زبان انگلیسی شرکت کنند. دولت‌های فدرال و استانی با هزینه دولتی کلاس‌هایی ارائه می‌کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً به وبسایت زیر مراجعه کنید:

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Improving your English and French» را جستجو کنید)

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «English upgrade» را جستجو کنید)

تفریح و فرهنگ

55+ BC Games

55+ BC Games مشارکت فعال در ورزش و تفریح را برای شهروندان B.C. در سن 55 به بالا، ترویج می‌کند. در این جشن سالانه و پنج روزه بیش از 3,500 شرکت‌کننده از اجتماعات مختلف بریتیش کلمبیا حضور پیدا می‌کنند در 25 رشته ورزشی و فعالیت مختلف شرکت کنند. از افراد در تمام سطوح توانایی استقبال می‌شود و هر نوع ورزشی انجام می‌شود، از کریبج گفته تا سگانه. علاوه بر بازی‌های سالانه، فعالیت‌هایی که در تمام طول سال در نواحی مختلف انجام می‌شود، فرصت برای تفریح، همراهی با عزیزان و رقابتی دوستانه را فراهم می‌کند.

شرکت‌کنندگان ملزم هستند یک مبلغ به عنوان ثبت‌نام پرداخت کنند و باید عضو BC Seniors Games Society باشند. این استان یکی از پایه‌گذاران برنامه 55+ BC Games است. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره 55+ BC Games، اطلاعات تماس منطقه‌ای یا سایر فعالیت‌های BC Seniors Games Society، به وبسایت زیر مراجعه کنید.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 778 426-2940

ایمیل: info@55plusbcgames.org

وبسایت: www.55plusbcgames.org

مجوزهای شکار و ماهیگیری برای سالمندان

این برنامه‌ها به شهروندان B.C. که 65 سال یا بیشتر سن دارند، مجوز شکار، و ماهیگیری (با قلاب) را با هزینه‌های کمتری می‌دهد.

برای کسب اطلاع از مجوزهای شکار، از این راه‌ها تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 877 855 3222 (FrontCounter BC)

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «hunting licenses» را جستجو کنید)

برای اطلاعات از مجوزهای ماهیگیری (با قلاب)، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.fishing.gov.bc.ca

برای اطلاع از خرید آنلاین مجوز الکترونیک ماهیگیری در آب شیرین، از این طریق تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 877 855-3222 (FrontCounter BC)

وبسایت: www.fishing.gov.bc.ca

برای اطلاع از مجوزهای شکار و ماهیگیری (با قلاب) می‌توانید به هر یک از مراکز Service BC یا FrontCounter BC مراجعه کنید. برای مشاهده اطلاعات تماس مراکز Service BC به فهرست‌نامه انتهای این راهنما مراجعه کنید.

پارک‌ها BC - تخفیف هزینه کمپ

در طول فصل‌های کم طرفدار (از اولین روز پس از روز کارگر تا 14 ژوئن سال بعد) برای سالمندان BC تخفیف در نظر گرفته شده است. این تخفیف شامل اردوهای گروهی، پیک نیک‌های گروهی، قسمت‌های کم تردد، هزینه‌های آب یا برگ یا هزینه‌های رزرو نمی‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت پارک‌های BC مراجعه کنید.

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

اطلاعات مربوط به هزینه ورودی کمپ را هم می‌توان از هر مرکز خدماتی در BC دریافت کرد یا با Service BC تماس گرفت. برای مشاهده اطلاعات تماس مراکز Service BC به فهرست‌نامه انتهای این راهنما مراجعه کنید. این اطلاعات را می‌توان در وبسایت پارک‌های BC هم مشاهده کرد:

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

Royal BC Museum

هزینه پذیرش سالمندان برای Royal BC Museum در ویکتوریا کمتر است، چه به صورت انفرادی و چه به صورت گروه از پیش رزرو شده. برای کسب اطلاعات بیشتر با Royal BC Museum تماس بگیرید یا به وبسایت آن مراجعه کنید.

Royal BC Museum

675 Belleville St.

Victoria BC V8W 9W2

تلفن (تماس رایگان): 1 888 447-7977

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 356-7226

ایمیل: reception@royalbcmuseum.bc.ca

وبسایت: www.royalbcmuseum.bc.ca

Royal BC Museum از داوطلبان برای فعالیت‌ها و خدمات متنوعی بهره می‌گیرد، از جمله برنامه‌های مدرسه، فروشگاه Royal Museum، بررسی کت، بخش دریافت و قسمت تجاری، ترجمه شفاهی نمایشگاه‌ها و میزبانی موزه. سالمندان علاقمند می‌توانند با بخش خدمات داوطلبانه Royal BC Museum تماس بگیرند.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-7902

Ability411

Ability411 یک وبسایت جدید است که اطلاعاتی عملی درباره فناوری‌ها و تجهیزات کمکی را در اختیار سالمندان BC، خانواده‌های آن‌ها و ارائه‌دهندگان خدمات سلامت قرار داده و به سؤالاتشان پاسخ‌های شخصی‌سازی شده می‌دهد. Ability411 بودجه خود را از دولت BC دریافت می‌کند و توسط CanAssist در دانشگاه ویکتوریا اداره می‌شود.

وبسایت: www.ability411.ca

برای کسب اطلاعات درباره برنامه‌ها و خدمات دولتی، به:
www.SeniorsBC.ca مراجعه کنید.

برای دریافت اطلاعات درباره سالمندی سالم و دریافت خدمات در
اجتماع خود، به اینجا مراجعه کنید:
www.HealthLinkBC.ca

یا از طریق شماره 8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید

سلامت شما





بهترین‌ها در زمینه مراقبت از بیمار و خدمات سلامت را ارائه می‌کند

سالمندانی که در بریتیش کلمبیا هستند، قسمتی از یک بخش رو به رشد و پویا از جامعه استان را تشکیل می‌دهند. بیشتر سالمندان ترجیح می‌دهند به جای اقامت در سایر قسمت‌های کانادا، به اینجا بیایند. بر اساس سرشماری سال 2016، 18.3 درصد از ساکنین بریتیش کلمبیا 65 سال یا بیشتر سن دارند و این درصد در سال‌های پیش‌رو به شکل قابل توجهی افزایش خواهد یافت.

سیستم مراقبت بهداشتی B.C. سالمندان را تشویق می‌کند تا حد امکان سالم و مستقل بمانند. خدمات بهداشتی استان که به آسانی در دسترس قرار دارد و بسیار مقرون به صرفه است، به شکلی طراحی شده که پاسخگوی نیازهای تمام سالمندان باشد. دولت خود را متعهد می‌داند امکان دسترسی به اطلاعات برنامه و خدمات مورد نیاز شما را تسهیل کند. اطلاع از آنچه در دسترس شما قرار دارد، اولین گام برای لذت بردن از ارتقاء خدمات بهداشتی است.

این بخش از راهنمای سالمندان BC اطلاعاتی درباره سیستم مراقبت بهداشتی استانی، کمک برای سفر در داخل B.C. به دلایل پزشکی، برنامه‌های بهداشتی و رفاهی و مراقبت بهداشتی متمرکز ارائه می‌کند. برای کسب اطلاع از مدیریت بیماری یا ناتوانی، منابع زندگی همراه با کمک یا برنامه‌ریزی برای خاتمه دادن به زندگی، خدماتی که در اینجا فهرست شدند می‌توانند مفید باشند.

برای اطلاع از اطلاعات مفید بهداشتی، ابزارها و منابع، مانند تلفن 1-8-1 رایگان خط اطلاعات خدمات بهداشتی HealthLink BC، به بخش منابع راهنمای خود مراجعه کنید. همچنین به قسمت مربوط به ایمنی و امنیت شما در این راهنما مراجعه کنید و اطلاعاتی درباره برنامه‌ریزی زودهنگام برای مواقع عدم توانایی و نحوه تعیین یک شخص برای تصمیم‌گیری درباره مراقبت شخصی از جانب شما، کسب کنید. توافقنامه‌های نمایندگی و طرح‌های مراقبت زودهنگام می‌توانند به افراد کمک کنند هر طور مایل هستند مراقبت پزشکی دریافت کنند.



سیستم مراقبت بهداشتی بریتیش کلمبیا

در سیستم مراقبت بهداشتی منطقه‌بندی شده بریتیش کلمبیا، مسئولیت ارائه مستقیم و مدیریت بیشتر خدمات بهداشتی و سلامت به عهده مقام بهداشتی آن منطقه است. وزارت بهداشت به عنوان تصمیم‌گیرنده و مسئول نهایی سیستم مراقبت بهداشتی عمومی ما فعالیت می‌کند. این وزارتخانه اطمینان پیدا می‌کند که مقامات بهداشتی خدمات بهداشتی را به صورت منظم و مطابق با قوانین، مقررات، خط‌مشی‌ها، استانداردها و سایر الزامات استانی که از سوی وزارت بهداشت تعریف شده است، ارائه می‌کنند.

وزارت بهداشت برنامه‌های استانی مختلف، از جمله HealthLink BC، طرح خدمات پزشکی، برنامه کمک مسافرتی و PharmaCare را ارائه می‌کند. اگر برای پیدا کردن یا تماس با خدمات بهداشت محلی با مشکل مواجه هستید، از دوشنبه تا جمعه، ساعت 7:30 صبح تا 5 بعدازظهر PST با Service BC تماس بگیرید.

تلفن (سایر نقاط B.C.): 1 800 663-7867
تلفن (ونکوور): 604 660-2421
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-6121
تلفن (خارج از B.C.): 604 660-2421
دستگاه تلفنی برای ناشنوایان (TDD): 711 (در B.C.)

مقامات بهداشتی در بریتیش کلمبیا

Fraser Health

Suite 400 – Central City Tower 13450 102nd Ave.
Surrey BC V3T 0H1
تلفن (تماس رایگان): 1 855 412-2131
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 587-4600
وبسایت: www.fraserhealth.ca

Interior Health

220 – 1815 Kirschner Rd. Kelowna BC V1Y 4N7
تلفن (کلونا): 250 862-4200 دکمه «2» را فشار دهید
وبسایت: www.interiorhealth.ca

Island Health

1952 Bay St.
Victoria BC V8R 1J8
تلفن (تماس رایگان): 1 877 370-8699
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 370-8699
وبسایت: www.islandhealth.ca



Northern Health

Suite 600 – 299 Victoria St.
Prince George BC V2L 5B8
تلفن (تماس رایگان): 1 866 565-2999
تلفن (پرنس جرج): 250 565-2649
وبسایت: www.northernhealth.ca

Vancouver Coastal Health

601 W. Broadway, 11th Floor
Vancouver BC V5Z 4C2
تلفن (تماس رایگان): 1 866 884-0888
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 736-2033
وبسایت: www.vch.ca

Provincial Health Services Authority (PHSA)

1333 West Broadway
Vancouver BC V6H 4C1
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 675-7400
دورنگار: 604 708-2700
وبسایت: www.phsa.ca

First Nations Health Authority (FNHA)

501 - 100 Park Royal South
Coast Salish Territory
West Vancouver BC V7T 1A2
تلفن (تماس رایگان): 1 866 913-0033
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 693-6500
دورنگار: 604 913-2081
وبسایت: www.fnha.ca

FNHA Indian Residential Schools خط اطلاعات

تلفن (تماس رایگان): 1 877 477-0775
وبسایت: www.fnha.ca (عبارت «Residential Schools» را جستجو کنید)



HEALTHLINK BC

HealthLink BC دروازه‌ای برای دسترسی به اطلاعات و خدمات بهداشتی غیر اضطراری در بریتیش کلمبیا است. HealthLink BC اطلاعاتی در رابطه با موضوعات بهداشتی، علائم بیماری و خدمات و منابع بهداشتی ارائه می‌کند که در زندگی سالم نقش دارند. HealthLink در 24 ساعت شبانه روز، در 365 روز سال به صورت تلفنی یا آنلاین در دسترس شماست.

HealthLink BC 8-1-1

با شماره رایگان 8-1-1 تماس بگیرید و با یک راهنمای خدمات بهداشتی صحبت کنید که می‌تواند شما را به یک پرستار دارای گواهی در هر زمانی از شبانه روز، یک متخصص تغذیه و یک متخصص تمرینات بدنی در تمام روزهای کاری هفته، یا یک داروساز در عصر و در طول شب، مرتبط کند. خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان در دسترس قرار دارد.

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 7-1-1

آیا یک وضعیت اورژانسی است؟

در صورت وجود وضعیت اضطراری و نیاز به اقدام فوری با شماره 9-1-1 (یا شماره فوریت‌های پزشکی محلی) تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 9-1-1

برای نگرانی‌های مربوط به احتمال مسمومیت یا قرار گرفتن در معرض مواد سمی، از طریق شماره رایگان و 24 ساعته با مرکز اطلاعات کنترل سموم تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 567-8911

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 682-5050

HealthLinkBC.ca

برای اطلاع از بیش از 5,000 عنوان مرتبط با سلامت، تغذیه، فعالیت بدنی، مصرف دارو و آزمایش‌های پزشکی، به وبسایت HealthLink BC مراجعه کنید. برای اطلاع از خدمات بهداشتی و مرتبط با سلامت که در نزدیک‌ترین مکان به شما قرار دارند، می‌توانید به فهرست‌نامه HealthLink BC مراجعه کنید. وبسایت HealthLink BC هم ابزار تعاملی بررسی علائم بیماری شما را ارائه می‌دهد.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

برنامه مکان‌یاب خدمات بهداشتی BC

برنامه مکان‌یاب خدمات بهداشتی BC به افراد اجازه می‌دهد با استفاده از یک iPhone، iPad یا iPod به مجموعه‌ای متنوع از خدمات بهداشتی در بریتیش کلمبیا دسترسی پیدا کنند. از جمله خدمات بهداشتی می‌توان به محل کلینیک‌های سرپایی، بیمارستان‌ها، فوریت‌های پزشکی، کلینیک‌های ایمن‌سازی و داروخانه‌های نزدیک اشاره کرد. می‌توانید نتایج را فیلتر



و فقط مکان‌هایی را مشاهده کنید که امکان دسترسی با ویلچر دارند یا اطلاعات مربوط به ساعت‌های ارائه خدمات و اطلاعات تماس و آدرس را مشاهده کنید. از داخل این برنامه، جدیدترین هشدارهای بهداشتی پست شده روی وبسایت HealthLink BC را مشاهده کنید و برای اطلاعات بهداشتی غیر اضطراری امکان دسترسی و تماس فوری با 1-8-1 و 1-7-1 برای کمک ناشنوایان و کم‌شنوایان را داشته باشید.

برای اطلاع از این برنامه رایگان، به لینک زیر مراجعه کنید.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca/app

طرح خدمات پزشکی (MSP) بریتیش کلمبیا

طرح خدمات پزشکی (MSP) بریتیش کلمبیا خدمات پزشکی مورد ضروری که توسط پزشکان به شهروندان بریتیش کلمبیا ارائه می‌شوند، بیمه می‌کند، از جمله خدمات آزمایشگاهی و رویه‌های تشخیص بیماری. MSP در مسیر مزایای تکمیلی برای ذینفعان واجد صلاحیت فعالیت دارد.

تمام شهروندان B.C. ملزم به ثبت‌نام در MSP هستند. از 1 ژانویه 2020، پرداخت حق بیمه برای MSP حذف شد.

شهروندان جدید یا کسانی که مجدداً در B.C. اسکان پیدا کردند، پس از تکمیل یک دوره انتظار، برابر با دو ماه پس از اتمام باقیمانده ماهی که در آن اسکان پیدا کردند، صلاحیت استفاده از این پوشش بیمه را دارند. برای اینکه فرصت کافی برای بررسی درخواست‌ها وجود داشته باشد، پس از رسیدن به B.C. بلافاصله نسبت به دریافت پوشش MSP اقدام کنید و تا انتهای دوره انتظار صبر نکنید.

مزایای پزشکی

MSP هزینه خدمات بهداشتی و جراحی، عکسبرداری با اشعه ایکس و خدمات آزمایشگاهی تأیید شده برای تشخیص بیماری، که از نظر پزشکی ضروری محسوب می‌شوند، پرداخت می‌کند. علاوه بر این، MSP هزینه دندانپزشکی و جراحی دهان را در صورت وجود ضرورت پزشکی پرداخت می‌کند، توجه داشته باشید که این جراحی‌ها باید در یک بیمارستان انجام شوند.

مزایای تکمیلی

MSP در مسیر مزایای مکمل برای ذینفعان واجد صلاحیت فعالیت دارد. اگر یکی از ذینفعان MSP برای پرداخت حق بیمه نیاز به کمک داشت، MSP برای خدمات زیر هزینه حداکثر 10 بار ویزیت در یک سال تقویمی، هر بار مبلغ 23 دلار، را پرداخت می‌کند: طب سوزنی، کایروپراکتیک، ماساژ درمانی، طبیعت درمانی، فیزیوتراپی و پاپزشکی غیرجراحی.

جراحی پاپزشکی جزو مزایایی است که برای همه ذینفعان پوشش داده می‌شود. معاینات عادی چشم برای افرادی که 18 سال و کمتر سن دارند، یا کسانی که 65 سال یا مسن‌تر هستند، جزو مزایای محدود است. معاینات چشم پزشکی جزو مزایای تمام ذینفعان محسوب می‌شوند. تمام ارائه‌دهندگان مزایای تکمیلی، از جمله اپتومتریست‌ها، در صورتی می‌توانند هزینه خدمات تکمیلی خود را از بیمار دریافت کنند که پیش از ارائه خدمات این موضوع را به او اطلاع داده باشند.



بیمه سلامت BC چیست؟

بیمه سلامت BC عملیات‌های روز به روز طرح خدمات پزشکی (MSP) و PharmaCare را از طرف وزارت بهداشت مدیریت می‌کند. این سازمان اطلاعات برنامه و ادعاها را مدیریت می‌کند، یک مرکز تماس را اداره می‌نماید و روی اسناد و فناوری اطلاعات نظارت دارد. بیمه سلامت BC می‌تواند به سوالات شما درباره هر دو برنامه پاسخ بدهد.

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت بیمه سلامت BC مراجعه کنید یا در 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته، از هر نقطه‌ای در آمریکای شمالی با تلفن خودکار و رایگان تماس بگیرید. یک نماینده خدمات مشتریان برای کمک به شما از ساعت 8 صبح تا 4:30 بعدازظهر PST، دوشنبه تا جمعه در دسترس شما خواهد بود.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «medical services plan» را جستجو کنید)

مکاتبات عمومی پستی را می‌توانید به آدرس زیر ارسال کنید:

Health Insurance BC

PO Box 9035 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9E3

در هنگام ارسال فرم‌ها از طریق پست، از آدرس پستی مخصوص روی فرم استفاده کنید.

کارت خدمات BC

کارت خدمات BC جایگزین CareCard و CareCard طلایی شده است. کارت خدمات BC را می‌توان با یک گواهینامه رانندگی ترکیب و به عنوان یک مدرک شناسایی عکس‌دار استفاده کرد. این کار آسان‌تر و امن‌تر است و به شما امکان می‌دهد به صورت حضوری و آنلاین به سایر خدمات دولتی هم دسترسی پیدا کنید.

بزرگسالان بین سنین 19-74 باید ثبت‌نام خود در MSP را به صورت دوره‌ای تمدید و با رفتن به یک دفتر صدور گواهی‌نامه رانندگی ICBC، یک کارت عکس‌دار خدمات BC دریافت کنند.

بزرگسالان بالای 75 سال نیازی به تمدید عضویت در MSP ندارند اما همچنان باید با مراجعه به یک دفتر صدور گواهینامه رانندگی، یک کارت عکس‌دار خدمات BC دریافت کنند. اگر فرد سالمند امکان حضور در دفتر صدور گواهینامه رانندگی را ندارد، می‌تواند از طریق تماس با بیمه سلامت BC یک کارت خدمات BC بدون عکس دریافت کند. یک نماینده خدمات مشتریان از دوشنبه تا جمعه از ساعت 8:00 صبح تا 4:30 بعدازظهر در دسترس است.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره درخواست برای کارت خدمات BC، به اینجا مراجعه کنید: وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «BC services card» را جستجو کنید)



فقط خدمات پزشکی

سالمندان کم درآمدی که برای دریافت حمایت درآمد فدرال از طرح کمک درآمد استانی خارج شدند ممکن است صلاحیت دریافت پوشش برای هزینه‌های مربوط به طرح خدمات پزشکی، PharmaCare، خدمات پایه دندانپزشکی، اپتیکال و سایر حمایت‌های پزشکی مورد تأیید را داشته باشند.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر مراجعه کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Medical Services Only» را جستجو کنید)

مراقبت دهان و دندان

مراقبت عادی دهان و دندان و معاینات حرفه‌ای می‌توانند به پیشگیری از مشکلات مزمن بهداشتی و شناسایی آن‌ها کمک کنند. بهداشت دهانی مناسب همچنین به افراد اجازه می‌دهد امکان انتخاب غذاهای متنوع‌تری را داشته باشند و می‌تواند تأثیر مثبتی روی سلامت آن‌ها داشته و خطر سوءتغذیه را کاهش دهد. بعضی از داروها می‌توانند روی سلامت دهانی تأثیر گذاشته و منجر به عوارضی مثل خشکی دهان شوند. سلامت دهان و دندان علاوه بر این با به حداقل رساندن خطر پوسیدگی دندان، از دست دادن دندان، ابتلا به بیماری لثه، تورم لثه و سرطان دهان، به داشتن کیفیت زندگی بهتر هم کمک می‌کند.

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت اتحادیه دندانپزشکی BC مراجعه کنید.

وبسایت: www.yourdentalhealth.ca

ایاب و ذهاب وقت‌های پزشکی

برای کمک به ایاب و ذهاب (TAP)

برنامه کمک به ایاب و ذهاب (TAP) برای ساکنین واجد صلاحیت B.C. که مجبور هستند برای دریافت خدمات تخصصی پزشکی غیراورژانسی و ارجاعی پزشک در داخل استان سفر کنند و کسانی که هزینه سفر آن‌ها توسط هیچ شخص ثالثی به جز برنامه‌های دولتی پوشش داده نمی‌شود، تخفیف‌هایی در نظر گرفته است. داشتن ارجاع از سوی یک پزشک الزامی است و بیماران باید از کارکنان مطب پزشک بخواهند فرم TAP را تکمیل کنند. پیش از سفر برای گرفتن شماره تأیید جهت دریافت تخفیف مسافرتی، با استفاده از شماره زیر با TAP تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 661-2668

TAP یک همکاری مشترک بین وزارت بهداشت و بخش حمل و نقل خصوصی است و برای بیمارانی که یک فرم تأیید TAP پذیرفته شده ارائه کنند، تخفیف‌هایی در کرایه در نظر می‌گیرد.

TAP در ازای هزینه‌های صورت گرفته برای سفر هیچ کمک مالی مستقیمی در اختیار بیماران قرار نمی‌دهد و برای مسافرت بیماران برنامه‌ریزی نمی‌کند. وعده‌های غذایی، محل اسکان، مصافت طی شده، سوخت و هزینه‌های حمل و نقل در TAP ذکر نمی‌شوند و جزو مسئولیت‌های خود بیمار هستند. پس از انجام سفر، هیچ بازپرداختی صورت نمی‌گیرد.



پس از دریافت فرم TAP تکمیل شده از پزشک، با خدمات درخواست خودکار TAP، که در 24 ساعت روز و 7 روز هفته در دسترس است، تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 661-2668

برای کسب اطلاعات عمومی درباره TAP، با بیمه سلامت BC تماس بگیرید یا به وبسایت TAP مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Travel Assistance Program» را جستجو کنید)

مسئولین بهداشت محلی (اطلاعات تماس با مسئولین بهداشت در آغاز این بخش از راهنما قرار دارد) می‌توانند معیارهای تعیین صلاحیت برای سایر کمک‌های مسافرتی، از جمله برنامه‌های Health Connections منطقه‌ای که در پایین تشریح شده است، ارائه کنند.

Health Connections

Health Connections یک همکاری با ارائه‌دهندگان خصوصی، بخش حمل نقل BC و نواحی منطقه است. برای بعضی از مقامات بهداشتی، این خدمات به افزایش دسترسی به مراقبت بهداشتی برای بیمارانی که باید برای حضور در ملاقات‌های پزشکی غیراورژانسی مسافرت کنند، کمک می‌کند.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «health connections» را جستجو کنید)

Northern Health

Northern Health Connections یک برنامه خدمات مسافرتی برای بیمارانی است لازم است برای حضور در یک ملاقات پزشکی در B.C. شمالی و در ونکوور، کمپس و ابوتسفورد به خارج از شهر سفر کنند.

این خدمات برای ساکنین شمالی بالای 60 سال که مجبور هستند برای مراقبت بهداشتی غیراورژانسی به خارج از جامعه خود سفر کنند، در دسترس است. لطفاً شماره Care Card/BC Services Card و اطلاعات مربوط به قرار ملاقات را پیش از تماس با شماره رایگان، آماده کنید.

برنامه اتوبوس‌های Northern Health Connections را بر روی وبسایت آن مشاهده کنید و برای رزرو صندلی با شماره رایگان زیر تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 647-4997

(7 روز هفته از ساعت 8 صبح تا 5 بعدازظهر.)

Website: www.nhconnections.ca



Interior Health

Interior Health's Health Connections یکی از خدمات حمل نقل است که گزینه‌های حمل و نقل قابل دسترسی را در اختیار مردم قرار می‌دهد تا بتوانند در ناحیه خدمات بهداشتی خود به قرارهای پزشکی غیر اورژانسی دسترسی پیدا کنند. 24 ساعت قبل از شروع سفر خود با Health Connections تماس بگیرید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره Health Connections در B.C. Interior، با دفتر محلی BC Transit خود تماس بگیرید یا به اینجا مراجعه کنید: www.bctransit.com/kamloops/schedules-and-maps/health-connections

تلفن (تماس رایگان): 1 376-7525 888

(دفتر کلپس HandyDART)

1 855 359-3935 (دفتر لیلوبیت HandyDART)

1 866 618-8294 (دفتر رولستوک)

1 866 933-7812 (دفتر ویلیامز لیک)

Island Health

Wheels for Wellness، یک سازمان غیرانتفاعی که امکان حمل و نقل درب به درب را برای بیماران در جزیره ونکوور فراهم می‌کند که صورت یک طرفه مسافتی بیش از 75 کیلومتر دارند. وبسایت: www.wheelsforwellness.com

Vancouver Coastal Health

بلیط‌های سفر پزشکی از طریق بخش خدمات Bella Coola Valley Health برای سفرهای پزشکی در ونکوور ارائه می‌شوند. این خدمات روی Coast و Bella Coola Valley تمرکز دارند. تلفن (Bella Coola): 250 799-5311

PHARMACARE

PharmaCare برای پرداخت هزینه داروها، دستگاه‌ها و لوازم پزشکی تجویزی و واجد صلاحیت به بیماران کمک می‌کند. شخص در صورتی صلاحیت استفاده از پوشش PharmaCare را دارد که تحت پوشش طرح خدمات پزشکی B.C. (MSP) قرار داشته باشد. PharmaCare از طریق طرح‌های مختلف به ساکنان B.C. کمک می‌کند.

طرح Fair PharmaCare

Fair PharmaCare بزرگترین طرح PharmaCare محسوب می‌شود. به تمام ساکنین B.C. توصیه می‌شود در آن ثبت‌نام کنند و تنها به یک بار ثبت‌نام نیاز است. پوشش Fair PharmaCare بر اساس درآمد خالص خانواده شما تعیین می‌شود: هرچه



درآمد کمتر باشد، کمک مالی برای پرداخت هزینه داروها و لوازم واجد شرایط، بیشتر است. (اگر ثبت‌نام نکنید، همچنان می‌توانید از پوشش آن بهره‌مند شوید، اما سهم بیمار برای هر عضو خانواده \$10,000 تعیین شده است).

ثبت‌نام برای Fair PharmaCare

ثبت‌نام در Fair PharmaCare رایگان است و نیاز به پرداخت هیچ حق بیمه‌ای نیست. ثبت‌نام به صورت تلفنی، آنلاین با استفاده از یک فرم کاغذی. برای مشاهده شماره تلفن و آدرس وبسایت، به اطلاعات تماس در قسمت زیر مراجعه کنید.

اطلاعات زیر برای ثبت‌نام در Fair PharmaCare الزامی هستند:

تمام اعضای خانواده:

- شماره سلامت شخصی (روی کارت خدمات BC قابل مشاهده است)

- تاریخ تولد

برای شما و همسرتان:

- شماره بیمه اجتماعی

- درآمد خالص از خط 236 اظهارنامه مالیات بر درآمد شما در دو سال قبل

- طرح پس‌انداز معلولین ثبت‌شده (RDSP) درآمد خالص در خط 125 اظهارنامه مالیات بر درآمد شما در دو سال قبل. درآمد RDSP از درآمد خالص شما کسر می‌شود تا سطح پوشش Faire PharmaCare یک شخص مشخص گردد.

پس از ثبت‌نام، PharmaCare یک فرم رضایت‌نامه پست می‌کند تا به PharmaCare اجازه بدهید میزان درآمد ثبت‌نام‌کننده را در نزد سازمان درآمد کانادا بررسی کند. فرم رضایت‌نامه را بلافاصله امضا کنید و برگردانید.

PharmaCare پوشش درآمد خالص خانواده را با توجه به اطلاعات دو سال قبل تعیین می‌کند (برای مثال، برای تعیین پوشش سال 2020 از اطلاعات درآمدی سال 2018 استفاده می‌کند).

افزایش کمک

اگر درآمد خالص خانواده به میزان 10 درصد یا بیشتر افزایش پیدا کرده باشد (برای مثال از طریق بازنشستگی) متقاضی می‌تواند برای اصلاح میزان پوشش، یک درخواست بررسی درآمد را تکمیل کند (برای اطلاعات بیشتر با بیمه سلامت (HIBC) تماس بگیرید).

در صورتی که یک زوج به یک آسایشگاه مراقبت طولانی مدت منتقل و متقاضی برای پرداخت هزینه دارو با مشکل روبرو شده است، برای اطلاع از امکان دریافت صلاحیت «جداگانه» با MSP تماس بگیرید (به بخش «فهرست‌نامه» زیر قسمت M برای مخاطبین MSP مراجعه کنید). در زمان محاسبه درآمد متقاضیان واجد صلاحیت، درآمد همسر در نظر گرفته نخواهد شد. اگر MSP درخواستی را تأیید نکرد، با HIBC تماس بگیرید.



در صورت فوت یکی از زوجین، درآمد او تا پایان سال همچنان در محاسبه سطح پوشش دارویی متقاضی در نظر گرفته خواهد شد. اگر این کار باعث ایجاد مشکلات مالی می‌شود، با HIBC تماس بگیرید.

سایر طرح‌های PharmaCare

ممکن است متقاضیان واجد صلاحیت به چند طرح دیگر PharmaCare دسترسی داشته باشند، از جمله:

طرح G برای داروهای روان‌درمانی. الزامات لازم برای کسب صلاحیت شامل نیازهای مالی و بالینی می‌شوند و درخواست باید توسط یک پزشک ارسال شود.

- طرح P، برای داروهای مسکن و درخواست‌ها باید توسط یک پزشک ارسال شوند.

- طرح B، برای بیمارانی که در آسایشگاه‌های مراقبتی زندگی می‌کنند. کسانی که در آسایشگاه‌های طرح B اقامت دارند، پوشش را به شک خودکار دریافت می‌کنند.

- طرح C، برای درمان کسانی که کمک درآمدی دریافت می‌کنند. وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر از متقاضیان ثبت‌نام به عمل می‌آورد.

- طرح W، برای مراجعین (First Nations Health Authority (FNHA). صلاحیت توسط FNHA تأیید می‌شود. برای مشخص شدن وضعیت ثبت‌نام با FNHA تماس بگیرید؛ شماره‌های تماس در قسمت زیر هستند.

چه مواردی تحت پوشش هستند؟

برای اطلاع از داروها، لوازم پزشکی و خدمات داروخانه‌ای تحت پوشش طرح‌های PharmaCare به وبسایت زیر مراجعه کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Pharmacare» را جستجو کنید)

اگر در حال مصرف دارویی هستید که PharmaCare در حال بررسی پوشش آن است، می‌توانید در فرایند بررسی نظرات خود را اعلام کنید. PharmaCare از نظرات پرستاران و گروه‌های بیمار استقبال می‌کند. برای اطلاعات بیشتر، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «BC Your Voice» را جستجو کنید)

گزینه پرداخت کاستنی به صورت ماهانه

ساکنین بریتیش کلمبیا که در Fair PharmaCare ثبت‌نام کردند بر اساس درآمد خالص خانواده خود، یک مبلغ به عنوان کاستنی پرداخت می‌کنند. خانواده‌هایی که پایین‌ترین درآمد را دارند، هیچ مبلغی به عنوان کاستنی پرداخت نمی‌کنند و بر اساس طرح Fair PharmaCare برای داروها و لوازم/دستگاه‌های پزشکی واجد صلاحیت پوشش فوری دریافت می‌کنند.

همه خانواده‌های دیگر یک مبلغ کاستنی بر اساس درآمد خالص خود پرداخت می‌کنند. PharmaCare یک گزینه پرداخت ماهانه ارائه می‌کند تا بتوان پرداخت مبالغ کاستنی در طول سال به صورت اقساطی انجام داد.

توصیه می‌شود فقط در صورتی برای برنامه پرداخت اقساطی کاستنی به صورت ماهانه ثبت‌نام کنید که تا حد قابل قبولی اطمینان دارید هزینه خرید داروهای تجویزی واجد



صلاحیت در طول سال از مبلغ کاستنی بیشتر خواهد بود. پس از ثبت نام در گزینه پرداخت کاستنی به صورت ماهانه، خانواده ها مبلغ کاستنی Fair PharmaCare خود را در قالب اقساط ماهانه پرداخت می کنند و بلافاصله برای هزینه داروهای تجویزی دارای صلاحیت، کمک PharmaCare را دریافت می کنند.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Fair Pharmacare» را جستجو کنید)

طرح خدمات پزشکی (MSP) و PharmaCare: چه تفاوتی دارند؟

MSP (به صفحه 34 مراجعه کنید) هزینه خدمات درمانی بیمه شده که ضرورت پزشکی دارد پوشش می دهد و در طرف مقابل PharmaCare هزینه داروها، دستگاه ها و لوازم پزشکی دارای صلاحیت را تحت پوشش قرار می دهد. برای داشتن صلاحیت دریافت PharmaCare باید در MSP ثبت نام کرده باشید.

از 1 ژانویه 2020، ساکنین بریتیش کلمبیا دیگر حق بیمه MSP را پرداخت نمی کنند. این موضوع هیچ تأثیری روی پوشش MSP یا PharmaCare شما ندارد. نیازی نیست در هیچ برنامه ای دوباره ثبت نام کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره طرح های PharmaCare

بیمه سلامت BC از طرف وزارت بهداشت کار اجرای PharmaCare و طرح خدمات پزشکی (MSP) را به عهده دارد.

بیمه سلامت BC می تواند به سؤالات شما درباره هر دوی این برنامه ها پاسخ بدهد. نمایندگان خدمات مشتریان از ساعت 8 صبح تا 8 شب، روزهای دوشنبه تا جمعه، و 8 صبح تا 4 بعداز ظهر روز شنبه (به جز روزهای تعطیل رسمی) در دسترس قرار دارند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره برنامه PharmaCare یا برای ثبت نام در طرح Fair PharmaCare، با بیمه سلامت BC تماس بگیرید یا به وبسایت PharmaCare مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Pharmacare» را جستجو کنید)

برای تماس با مسئولین First Nations Health درباره طرح W:

به صورت رایگان: 1 855 550-5454

ایمیل: info@fnha.ca

وبسایت: www.fnha.ca

- برای دریافت فرم های کاغذی می توانید به هر یک از دفاتر BC مراجعه کنید. کارکنان Service BC می توانند به شما در پر کردن و ارسال فرم های ثبت نام در Fair PharmaCare کمک کنند.



خدمات اورژانسی سلامت BC

خدمات اورژانسی سلامت (BCEHS) BC روی خدماتت آمبولانس BC و خدمات انتقال بیمار BC نظارت دارد تا خدمات اورژانسی پیش از رسیدن به بیمارستان و انتقال بیماران بین مراکز درمانی را در سراسر استان انجام بدهد.

خدمات آمبولانس BC یکی از بزرگترین ارائه‌دهندگان مراقبت‌های فوری پزشکی در کانادا است و در ناحیه‌ای با وسعت حدوداً یک میلیون کیلومتر مربع خدمات رسانی می‌کند. از جمله این خدمات می‌توان به حضور بیش از 4,000 پرسنل خدمات اورژانسی من جمله متخصصین فوریت‌های پزشکی، امدادگر و بهیار اشاره کرد. بهیارهای BCEHS تقریباً در هر دقیقه از روز در پاسخ به یک تماس به محل اعزام می‌شوند.

استان بریتیش کلمبیا یارانه قابل توجهی برای هزینه انتقال یک بیمار با آمبولانس در نظر گرفته است. برای ساکنان B.C. که کارت معتبر BC Services دارند و تحت پوشش طرح خدمات پزشکی (MSP) BC هستند، این مبلغ \$80 است. این مبلغ شامل انتقال یک بیمار با آمبولانس BC از یک مرکز (مراقبتی یا آسایشگاه) به بیمارستان می‌شود.

زمانی که درخواست آمبولانس شود اما نیازی به انتقال نباشد، یا از انتقال امتناع شود، هزینه \$50 است.

در موارد فوریت پزشکی:

- با 1-1-9 تماس بگیرید
- در مکان‌هایی که امکان دسترسی به 1-1-9 وجود ندارد، با شماره تلفن رایگان 1800 461-9911 تماس بگیرید.

- تلفن همراه/تلفن ماهواره‌ای از خارج از 250 374-5937 BC

در صورتی که فوریت پزشکی وجود ندارد، برای دریافت اطلاعات پزشکی محرمانه و دریافت راهنمایی می‌توانید در 24 ساعت شبانه روز، هفت روز هفته، با 1-1-8 تماس بگیرید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره خدمات آمبولانس، با این شماره تماس بگیرید:

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 953-3298

وبسایت: www.bcehs.ca

تماس برای صدور صورتحساب آمبولانس:

British Columbia Ambulance Service
Ambulance Billing Department
PO Box 9676 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P7

تلفن (تماس رایگان): 1 800 665-7199

وبسایت: www.bcehs.ca/about/billing/fees



خدمات مراقبت حاد، خانگی و اجتماعی

مسئولان بهداشتی B.C. مجموعه‌ای از مراقبت حاد، بهداشت اجتماعی، خدمات پشتیبانی ویژه و اسکان را ارائه می‌کنند تا به افرادی که در اثر بروز مشکلات مرتبط با سلامتی، امکان فعالیت به صورت مستقل برایشان فراهم نیست، کمک شود. نوع کمک و حمایت مورد نیاز بین افراد مختلف متفاوت است و ممکن است با گذشت زمان برای یک فرد تغییر کند.

مراقبت حاد (مراقبت بیمارستانی)

افرادی که در طرح خدمات پزشکی ثبت‌نام می‌کنند، کارت معتبر خدمات BC دارند، بیشتر خدمات ارائه‌شده از سوی بیمارستان‌های مراقبت حاد، به شکلی که در قسمت زیر تشریح شده، را دریافت می‌کنند. این مسئله شامل مراقبت بیمار بستری شده (زمانی که در یک بیمارستان پذیرش شوید) و بیمار سرپایی (برای مثال خدمات زمان‌بندی شده به شکلی که در همان روز دریافت خدمات از قسمت اورژانس، به خانه بر می‌گردید) می‌شود.

بیمارانی که در یک بیمارستان مراقبت حاد در B.C. برای بستری شدن پذیرش می‌شوند، در طول اقامت در بیمارستان به صورت خودکار امکانات اسکان و وعده‌های غذایی، خدمات پرستاری ضروری و سایر کالاهای خدماتی که ضرورت پزشکی دارند را در سطح استاندارد برای واحد خود دریافت می‌کنند. این موضوع نیاز به دریافت خدمات پزشکی، آزمایشگاهی و تست‌های تشخیص بیماری و اشعه ایکس، داروهای تجویز شده، لوازم پزشکی، لوازم معمول جراحی و خدمات توانبخشی ارائه شده در بیمارستان را شامل می‌شود.

ممکن است بیماران تنها هزینه آن دسته از کالاها و خدمات مورد استفاده در بیمارستان را پرداخت نکنند که ضرورت پزشکی نداشتند. برای مثال، بیمارانی که درخواست اتاق خصوصی یا نیمه خصوصی را می‌دهند باید هزینه آن را پرداخت کنند (بعضی از طرح‌های مراقبت بهداشتی شخص ثالث این هزینه را پوشش می‌دهند) مگر آنکه این جزو رویه عادی آن واحد باشد یا به تشخیص پزشک لازم باشد این کار انجام شود و ضرورت پزشکی وجود دارد. ممکن است بیماران هزینه بعضی دستگاه‌های پزشکی غیرعادی و خاص را پرداخت کنند، اما فقط در صورتی که قبلاً رضایت خود برای خرید این اقلام را اعلام کرده باشند و پزشک اعلام نکند که استفاده از این کالا ضرورت پزشکی دارد.

کالاهای مورد استفاده در اجتماع، از جمله محل‌های اقامتی و آسایشگاه‌های سالمندان، به طور کلی جزو مسئولیت‌های بیمار هستند. اگر کالا در فرایند درمانی در بیمارستان نقشی حیاتی داشته باشد، بیمار هیچ هزینه‌ای برای آن پرداخت نمی‌کند و نباید بدون آن از بیمارستان خارج شود (برای مثال بعضی از گردنبند‌های طبی).

بیماران مسئول پرداخت هزینه آن بخش از تجهیزات پزشکی هستند که قرار است در خارج از بیمارستان استفاده شود، از قبیل:

- عصای زیربغلی، عینک و سمعک
- لوازم پزشکی
- پروتزهایی که در بدن ایمپلنت نمی‌شوند
- بعضی از تجهیزات بیمارستانی و درمانی که باید پس از بازگشت به خانه از آن‌ها استفاده کنید

ممکن است بعضی از این کالاها، با توجه به شرایط، تحت پوشش Fair PharmaCare قرار داشته باشند.



مراقبت خانگی و اجتماعی

خدمات مراقبت خانگی و اجتماعی مجموعه‌ای از مراقبت‌های بهداشتی و حمایت‌ها را در اختیار ساکنین و اجد صلاحیت در بریتیش کلمبیا که نیازهای مراقبت بهداشتی حاد، مزمن، تسکینی یا توانبخشی دارند، قرار می‌دهند. این خدمات شامل موارد زیر می‌شوند:

- حمایت از افراد برای حفظ استقلال در خانه تا حد امکان؛
- ارائه مراقبت بهداشتی در یک آسایشگاه یا مرکز مراقب طولانی مدت برای کسانی که دیگر امکان پشتیبانی از آن‌ها در منزل خودشان وجود ندارد؛
- ارائه خدمات کمک/استراحت موقت خانواده یا پرستار برای بر طرف کردن نیازهای عاطفی و جسمی مراقبت از یک دوست یا عضو خانواده؛
- حمایت از فرد برای جلوگیری، کاهش یا به تأخیر انداختن نیاز به حضور در بیمارستان یا مرکز مراقبت طولانی مدت؛ و
- حمایت از افراد که در انتهای عمرشان هستند و خانواده‌های آن‌ها با ارائه خدمات تسکین دهنده در منزل، در مکان اقامت کمکی یا در خانه‌های مراقبت طولانی مدت که آسایشگاه‌ها را هم در بر می‌گیرد.

چه کسی صلاحیت دارد؟

برای کسب صلاحیت استفاده از خدمات مراقبت اجتماعی و خانگی با یارانه عمومی، برای مثال آسایشگاه‌های پرستاری یا مراکز توانبخشی (فیزیوتراپی مددکار اجتماعی یا کار درمانی)، افراد باید:

- شهروند کانادا باشند یا کارت اقامت دائم داشته باشند (مهاجر پذیرفته شده باشند یا از سوی وزارتخانه فدرال مسئول امور مهاجرین یک مجوز تأیید شده داشته باشند)؛
 - برای مدت حداقل سه ماه شهروند بریتیش کلمبیا بوده باشند (بعضی استثنائات وجود دارد)؛ و
 - به مراقبت پس از ترخیص از بیمارستان، مراقبت در خانه به جای بستری شدن یا مراقبت پایان زندگی به دلیل وجود یک عارضه محدودکننده، نیاز داشته باشند.
- برای داشتن صلاحیت استفاده از خدمات مراقبت اجتماعی و خانگی با یارانه عمومی، یک فرد باید اسنادی ارائه کند که نشان بدهد او:
- یک شهروند کانادایی است و به شکل قانونی در کانادا پذیرفته شده و اقامت دائم دارد؛ یا
 - برای دریافت اقامت دائم درخواست داده است و در نتیجه از سوی وزارتخانه فدرال مسئول امور مهاجرین یک مجوز اقامت موقت (TRP) دریافت کرده است (اگر صدور TRP به توصیه کمیته‌ای انجام شده که توسط وزارتخانه مسئول قانون حفاظت از Medicare برای بررسی امکان پذیرش یک فرد به دلایل پزشکی تأسیس شده است).
 - یک فرد برای کسب صلاحیت دریافت خدمات مراقبت خانگی و اجتماعی باید 19 سال سن داشته باشد، به جز برای مدیریت مراقبت، پرستاری اجتماعی و خدمات توانبخشی اجتماعی که هیچ الزامی سنی ندارند.



- یک فرد زمانی صلاحیت استفاده از خدمات مراقبت اجتماعی و خانگی را پیدا می‌کند که:
- به عارضه‌های پزشکی مزمنی دچار باشد که در توانایی او برای عملکرد مستقل اختلال ایجاد کردند؛
- به عارضه‌های بهداشتی مبتلا است که ایجاب می‌کند پس از ترخیص از بیمارستان تحت مراقبت باشد یا به دلیل وجود یک عارضه بهداشتی باید به جای بستری در بیمارستان، در خانه تحت مراقبت باشد؛ یا
- به دلیل وجود یک عارضه محدودکننده زندگی، به مراقبت پایان زندگی نیاز دارد.

دریافت خدمات

برای اطلاع از خدمات مراقبت خانگی و اجتماعی، با دفتر مراقبت خانگی مسئول بهداشت محلی خود تماس بگیرید (می‌توانید اطلاعات تماس مسئول بهداشت را در ابتدای این بخش از راهنما بیابید). یک خوشاوند، دوست یا فرد حرفه‌ای (پزشک، پرستار، داروساز یا مددکار اجتماعی) هم می‌تواند از طرف شما با مسئول بهداشت تماس بگیرد.

پس از دریافت تماس، یکی از کارمندان برای تعیین میزان فوریت پزشکی و تشخیص اینکه آیا به مراجعه یک فرد حرفه‌ای به منزل برای تکمیل ارزیابی مراقبتی کامل نیاز است یا نه، چند سؤال مقدماتی خواهد پرسید.

مدیریت مراقبت و هماهنگی مراقبت

برای تکمیل یک ارزیابی، یک فرد حرفه‌ای (معمولاً به عنوان مدیر مراقبت شناخته می‌شود) - مثل یک پرستار اجتماعی، فیزیوتراپ، مددکار اجتماعی یا کار درمان‌گر - به خانه فرد مراجعه و اطلاعات لازم برای ارزیابی نیازهای مراقبتی و توانایی فرد در مدیریت وضعیت بهداشتی خود با کمک خانواده و دوستان را جمع‌آوری می‌کند. این فرد حرفه‌ای در زمینه بهداشت ممکن است سلامت خانگی، زندگی همراه با کمک یا خدمات مراقبت طولانی مدت و سایر منابع در دسترس را توصیه کنند و می‌تواند ترتیب لازم برای ارجاع به یک برنامه خاص را بدهد. افراد حرفه‌ای در بخش درمان در صورت نیاز برای کمک به انجام هماهنگی‌های لازم یا ایجاد تغییرات لازم در صورت تغییر نیازهای مراقبتی، تماس خود را حفظ می‌کنند.

حمایت خانگی

خدمات حمایت خانگی با ارائه کمک شخصی در فعالیت‌های مرتبط با زندگی روزمره مانند تحرک، تغذیه، بالابر و جابجایی، حمام رفتن، یادآوری، نظافت و رفتن به توالت، به فرد کمک می‌کند در منزل خود بماند. ممکن است در صورت لزوم، فعالیت‌های مرتبط با حفظ ایمنی را به عنوان مکمل کمک فردی و همچنین کارهای پرستاری و توانبخشی ویژه را هم در آن در نظر بگیرند.



انتخاب گزینه حمایتی برای زندگی مستقل

انتخاب گزینه حمایتی برای زندگی مستقل (CSIL) یک جایگزین برای افرادی است که صلاحیت استفاده از حمایت خانگی را دارند. CSIL با این هدف ایجاد شد که به افراد دچار ناتوانی جسمی و دارای نیازهای حادث در برپیش کلمبیا کمک کنند برای استفاده از خدمات حمایت خانگی انعطاف‌پذیری بیشتری داشته باشند. این طرح برای خرید خدمات خود بودجه دریافت می‌کند و کار مدیریت، هماهنگ‌سازی و پاسخگویی مالی لازم برای جذب، استخدام، آموزش، برنامه‌ریزی و نظارت روی کارکنان حمایت خانگی را به عهده دارند.

سالمندان و افراد دارای معلولیت که ناتوان هستند، یا همیشه توانایی لازم برای مراقبت از خود را ندارند، می‌توانند بودجه CSIL را از طریق یک گروه حمایتی یا از طریق یک نماینده که در توافقنامه نمایندگی از او نام برده می‌شود، دریافت کنند. افراد حرفه‌ای در بخش درمانی که کار هماهنگی برای مراقبت را انجام می‌دهند می‌توانند اطلاعات بیشتری درباره نحوه ایجاد یک گروه برای مدیریت خدمات CSIL از طرف مراجع، در اختیار شما قرار بدهند.

مراکز سالمندان و مراکز بازپروری

خدمات پرستاری اجتماعی و توانبخشی اجتماعی، مراقبت پرستاری و درمان توانبخشی را در صورت نیاز در منزل ارائه می‌کنند تا به افراد بزرگسال مبتلا به بیماری‌های حاد یا مزمن کمک کنند، از بیمارستان پشتیبانی نمایید، از مراجعه به مراکز مراقبت طولانی مدت و اورژانسی اجتناب نمایند، به بازیابی وضعیت بیمار پس از پایان مدت اقامت در بیمارستان کمک و مراقبت پایان زندگی را ارائه کنند.

خدمات روزانه بزرگسالان

خدمات روزانه بزرگسالان برای کمک به سالمندان و بزرگسالان مبتلا به معلولیت تا بتوانند در جامعه به صورت مستقل باقی بمانند و برای فراهم کردن دوره‌های کوتاه استراحت برای پرستاران، برنامه‌ها و فعالیت‌های گروهی حمایتی ارائه می‌کند. این فعالیت‌ها در هر مرکز متفاوت است، اما می‌توانند شامل کمک شخصی، خدمات مراقبت بهداشتی (از جمله خدمات پرستاری و/یا توانبخشی)، یک برنامه سازمان‌دهی شده درمانی اجتماعی و فعالیت‌های تفریحی، و حمایت و کمک به پرستار شوند.

امداد/استراحت پرستار

مجموعه‌ای از خدمات مختلف که می‌توان ارائه داد تا پرستار به شکل موقت از نیازهای عاطفی و فیزیکی مراقبت از یک دوست یا عضو خانواده فاصله بگیرد و استراحت کند یا برای اینکه مراجع یک دوره مراقبت حمایتی داشته باشد و استقلالش افزایش پیدا کند. این کار به افرادی که وظیفه مراقبت را به عهده دارند فرصت می‌دهد به فعالیت‌های اجتماعی بگردند و تجدید انرژی کنند تا بتوانند کار ارائه مراقبت با کیفیت را ادامه بدهند.



استراحت می‌تواند شامل کمک در منزل یا خدمات روزانه بزرگسالان، یا اقامت در یک خانه مراقبت طولانی مدت برای مدتی محدود باشد.

زندگی همراه با کمک

اقامتگاه‌های زندگی همراه با کمک به بزرگسالانی که به دلیل دست به گریبان بودن با چالش‌های جسمی، سلامتی یا ذهنی و یا بازپروری مواد مخدر در وضعیت نیمه مستقل قرار دارند اما برای انجام فعالیت‌های روزمره به کمک نیاز دارند، مسکن، خدمات مراقبتی و خدمات زندگی همراه با کمک را ارائه می‌کنند.

خدمات زندگی همراه با کمک ممکن است شامل فعالیت‌های روزمره (مثل خوردن، و عده‌های غذایی و میان وعده‌ها، حرکت و جابجایی، لباس پوشیدن، پیرایش، حمام و یا نظافت شخصی)، کمک به مدیریت دارو، پشتیبانی از رژیم غذایی درمانی، نگهداری از پول و سایر دارایی‌های شخصی، حمایت مدیریت و حمایت‌های روانی-اجتماعی (یا برنامهریزی) شود. برای تعداد خدماتی که یک مرکز اقامتی می‌تواند با ساکنین ارائه کند هیچ محدودیت وجود ندارد، اما حداقل باید یکی از خدمات زندگی همراه با کمک ارائه شود.

خدمات مراقبتی شامل برنامهریزی و فراهم کردن و عده‌های غذایی و میان‌وعده‌ها، خدمات خانه‌داری، شستشوی لباس‌ها، برنامهریزی و ارائه فرصت‌های اجتماعی و تفریحی و سیستم پاسخ اضطراری شخصی 24 ساعته می‌شود.

مراکز اقامتی زندگی همراه با کمک به سه دسته تقسیم می‌شوند: سالمندان و افراد معلول؛ سلامت روان؛ و بازپروری حمایتی. مراکز اقامتی زندگی همراه با کمک می‌تواند خصوصی باشند یا از یارانه عمومی استفاده کنند، از مجموعه‌های آپارتمانی مرتفع گرفته تا خانه‌های خصوصی سفارشی‌سازی شده.

یک فرد متخصص در زمینه سلامت یا مدیر مراقبتی می‌تواند اطلاعاتی درباره اقامتگاه‌های موجود در ناحیه شما، فرایندهای لازم برای پذیرش در یک اقامتگاه برای زندگی همراه با کمک را طی نموده، خدمات ارائه شده و هزینه‌های مربوطه را مشخص می‌کند. برای اطلاعات بیشتر، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Assisted Living» را جستجو کنید)

شاید مایل باشید نقشه آنلاین تمام اقامتگاه‌های زندگی همراه با کمک را در این قسمت مشاهده کنید: <http://moh.apps.gov.bc.ca/alrc/>

ثبت‌نام برای زندگی همراه با کمک

بخش ثبت‌نام زندگی همراه با کمک برای ارتقاء و حفاظت از سلامت و ایمنی افرادی که در یک مرکز زندگی همراه با کمک زندگی می‌کنند، تأسیس شد. بخش ثبت‌نام برای زندگی همراه با کمک کارهای قانونی ثبت‌نام را بر اساس قانون مراقبت اجتماعی و قانون زندگی همراه با کمک، انجام می‌دهد. تمام ساکنین اقامتگاه‌های زندگی همراه با کمک در B.C. بدون در نظر گرفتن نوع مالکیت یا تأمین بودجه، باید در واحد ثبت‌نام برای زندگی همراه با کمک ثبت شوند. متصدیان اقامتگاه‌های زندگی همراه با کمک باید استانداردهای بهداشتی و ایمنی استانی برای زندگی همراه با کمک را کسب و حفظ کنند. واحد ثبت‌نام تمام شکایت‌های دریافتی درباره عدم رعایت استانداردهای بهداشتی و ایمنی زندگی همراه با کمک را مورد بررسی قرار می‌دهد. فردی که در این مراکز اقامت دارد، یک عضو خانواده یا یکی از اعضای جامعه می‌تواند با بخش ثبت‌نام تماس بگیرد و به صورت تلفنی یا با ایمیل نگرانی‌های خود درباره اقامتگاه‌های زندگی همراه با کمک را اعلام کند.



آدرس پستی:

PO Box 9638 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9P1

تلفن (تماس رایگان): 1 866 714-3378

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 778 974-4887

ایمیل: hlth.assistedlivingregistry@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Assisted Living Registrar» را جستجو کنید)

مراکز مراقبت طولانی مدت

مراقبت‌های بلند مدت به مراجعینی ارائه می‌شود که به نظارت پرستار حرفه‌ای به صورت 24 ساعته نیاز دارند و دیگر در منزل امکان حمایت از آن‌ها وجود ندارد. برای سالمندان و معلولینی که نیازهای مراقبتی پیچیده دارند، خانه‌های مراقبت طولانی مدت یک فضای حفاظتی و حمایتی ارائه می‌کند. B.C. از خدمات خانه‌های مراقبت طولانی مدت خصوصی و خانه‌های دریافت‌کننده یارانه عمومی بهره می‌گیرد.

مراجعین که بیشترین نیاز و فوریت پزشکی را دارند برای حضور در خانه‌های مراقبت طولانی مدت و دارای یارانه عمومی، در اولویت هستند. یک فرد متخصص در زمینه سلامت یا مدیر مراقبتی می‌تواند اطلاعاتی درباره خانه‌های مراقبت دارای یارانه عمومی در ناحیه شما، فرایندهای لازم برای پذیرش در یک خانه مراقبتی، اطلاعاتی درباره خدمات ارائه شده و هزینه‌های مربوطه در اختیار شما قرار بدهد. علاوه بر این، وبسایت مسئولین بهداشت منطقه اطلاعات لازم درباره خانه‌های مراقبت طولانی مدت و دریافت‌کننده یارانه عمومی در اختیار شما قرار می‌دهند.

تمام خانه‌های دریافت‌کننده مالیات عمومی و خانه‌هایی که به شکل خصوصی اداره می‌شوند در بریتیش کلمبیا باید مجوز دریافت کنند. اطلاعات بیشتر درباره خانه‌های مراقبت طولانی مدت دارای مجوز، از جمله آخرین گزارش‌های بازرسی، را می‌توان در نقشه آنلاین تمام خانه‌های مراقبتی طولانی مدت مشاهده کرد.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «long-term care home» را جستجو کنید)

خانه‌های گروهی

افراد بزرگسال مبتلا به معلولیت ذهنی که به حمایت گسترده در زندگی روزمره نیاز دارند می‌توانند در جامعه خود در خانه‌های گروهی که بودجه دولتی دریافت می‌کنند، زندگی کنند. خانه‌های گروهی، مکانی امن برای سه یا چهار فرد ساکن است و به آن‌ها اجازه می‌دهد به شکل مؤثر در جامعه محلی خود ادغام شوند. این خانه‌ها یک محل اقامت کوتاه یا بلند مدت در اختیار افراد می‌گذارند و به مراجعین واجد صلاحیت مراقبت و حمایت ارائه می‌کنند تا استقلال آن‌ها به حداکثر برسد و از دسترسی و مشارکت آن‌ها در بخش‌های مثل مدیریت خانه، اشتغال و روابط اجتماعی حمایت شود.



خانه‌های مراقبت خانوادگی

خدمات خانه‌های مراقبت خانوادگی در اقامتگاه یک خانواده ارائه می‌شود و مراجعین دارای نیازهای ویژه که امکان برطرف کردن بهینه آن در یک مرکز مراقبت اقامتی وجود ندارد، در آن اسکان پیدا می‌کنند. خدمات ارائه شده شامل وعده‌های غذایی، شستن لباس و انجام کارهای خانه و نظارت می‌شود، همچنین هر کمک مورد نیاز برای انجام فعالیت‌های روزمره مثل حمام رفتن و لباس پوشیدن هم بر طرف می‌شود. خانه‌های مراقبت خانوادگی هیچ مجوزی ندارند و نمی‌توانند بیشتر از دو مراجع را بپذیرند.

مراقبت پایان زندگی

مراقبت پایان زندگی عبارت است از حفظ آسایش، عزت و کیفیت زندگی افراد از طریق تسکین علائم بیماری، تا کسانی که با مرگ روبرو هستند بتوانند انرژی و زمان خود را صرف بهره بردن از چیزهایی کنند که برایشان بیش از همه مهم است. خدمات مراقبت پایان زندگی شامل مراقبت‌های تسکینی در منزل مراجعین و مکان‌هایی که شبیه خانه هستند، مانند مراکز مسکونی دارای مجوز/مراکز مراقبت‌های بلند مدت و اقامتگاه‌های زندگی همراه با کمک به افراد ارائه می‌شوند.

آسایشگاه و مراقبت موقت در آسایشگاه

آن دسته از ساکنین بریتیش کلمبیا که مراحل پایانی یک بیماری را طی می‌کنند یا برای مرگ آماده می‌شوند و نیازی به مراقبت بیمارستانی حاد ندارند، می‌توانند برای گذران زمان باقیمانده خود در یک آسایشگاه حضور پیدا کنند. آسایشگاه‌ها فضایی مانند خانه دارند و مراقبت تسکینی آسایشگاهی ارائه می‌کنند که شامل مراقبت پزشکی و پرستاری، مدیریت درد و علائم بیماری و همچنین حمایت روحی، روانی و سوگاری می‌شود. بعضی از آسایشگاه‌ها ممکن است خدمات مراقبت تسکینی آسایشگاهی را در جامعه در اختیار افرادی قرار بدهند که ترجیح می‌دهند این مراقبت‌ها را در خانه دریافت کنند.

مزایای مراقبت موقت BC

مزایای مراقبت موقت BC در تمام سنین به افرادی که در مرحله پایانی یک بیماری کشنده هستند کمک می‌کنند مراقبت تسکینی را در منزل دریافت کنند. ساکنین واجد صلاحیت بریتیش کلمبیا می‌توانند از طریق پزشک خود ثبت‌نام را انجام بدهند. این برنامه هزینه داروهای تجویز شده و بعضی از داروهای فروش آزاد که برای مراقبت تسکینی استفاده می‌شوند، از طریق طرح P از PharmaCare پوشش می‌دهد. مسئولین بهداشت محلی هم نیاز فرد به لوازم و تجهیزات پزشکی را ارزیابی می‌کنند. اگر به لوازم و تجهیزات پزشکی نیاز باشد، هزینه توسط مسئولان بهداشت محلی پوشش داده می‌شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره اینکه چه مواردی بر اساس طرح P از PharmaCare تحت پوشش قرار می‌گیرند، به صفحه «Who We Cover» در وبسایت PharmaCare مراجعه کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Pharmacare who we cover» را جستجو کنید)



دفتر کیفی مراقبت از بیمار

کسانی که درباره کیفیت مراقبت دریافتی خود یا شخصی که می‌شناسند از مسئولین بهداشتی شکایت دارند، می‌توانند به دفتر ارزیابی کیفی مراقبت از بیمار آن مسئول بهداشتی تماس بگیرند. این دفتر با شخص شاکی همکاری نموده و تلاش می‌کند موضوع را حل و فصل کند و نتیجه شکایت را ظرف 40 روز کاری ارائه خواهد کرد.

این دفاتر از ساعت 8:30 صبح تا 4:30 بعدازظهر، دوشنبه تا جمعه باز هستند و می‌توانید در این ساعات به صورت حضوری مراجعه کنید. دفاتر در روزهای آخر هفته و تعطیلات رسمی بسته هستند، اما امکان دریافت پیام‌های شما از طریق تلفن، دورنگار، پست یا ایمیل همچنان وجود دارد.

دفتر کیفی مراقبت از بیمار Fraser Health

4th Floor 11762 Laity St., Maple Ridge BC V2X 5A3

تلفن (تماس رایگان): 1 877 880-8823

دورنگار (کلانشهر ونکوور): 604 463-1888

ایمیل: pcqoffice@fraserhealth.ca

وبسایت: www.fraserhealth.ca

(عبارت «Complaints about patient care quality» را جستجو کنید)

دفتر کیفی مراقبت از بیمار Interior Health

505 Doyle Avenue, Kelowna BC V1Y 0C5

تلفن (تماس رایگان): 1 877 442-2001

دورنگار (کلونا): 250 870-4670

ایمیل: patient.concerns@interiorhealth.ca

وبسایت: www.interiorhealth.ca

(عبارت «Patient Care Quality Office» را جستجو کنید)

دفتر کیفی مراقبت از بیمار Island Health

Royal Jubilee Hospital

Memorial Pavilion Watson Wing Room 315

1952 Bay St., Victoria BC V8R 1J8

تلفن (تماس رایگان): 1 877 977-5797

دورنگار (ویکتوریای بزرگ): 250 370-8713

ایمیل: patientcarequalityoffice@viha.ca

وبسایت: www.islandhealth.ca

(عبارت «Patient Care Quality Office» را جستجو کنید)



دفتر کیفی مراقبت از بیمار Northern Health

6th floor 299 Victoria Street, Prince George BC V2L 5B8

تلفن (تماس رایگان): 1 877 677-7715

دورنگار (پرنس جرج): 250 565-2640

ایمیل: patientcarequalityoffice@northernhealth.ca

وبسایت: www.northernhealth.ca

(عبارت «Patient Care Quality Office» را جستجو کنید)

دفتر کیفی مراقبت از بیمار Vancouver Coastal Health

Room LBP-117 855 W. 12th Ave., Vancouver BC V5Z 1M9

تلفن (تماس رایگان): 1 877 993-9199

دورنگار (کلانشهر ونکوور): 604 875-5545

ایمیل: pcqo@vch.ca

وبسایت: www.vch.ca

(عبارت «Patient Care Quality Office» را جستجو کنید)

دفتر کیفی مراقبت از بیمار بخش خدمات بهداشت استانی

(شامل خدمات و سازمان‌های استانی مانند BC Emergency Health Services، BC Women's Hospital + Health Centre و BC Transplant، BC Renal، BC Cancer و غیره می‌شود).

Suite 200, 1333 West Broadway, Vancouver BC V6H 4C1

تلفن (تماس رایگان): 1 888 875-3256

دورنگار (کلانشهر ونکوور): 604 708-2762

ایمیل: pcqo@phsa.ca

وبسایت: www.phsa.ca

(عبارت «Patient Care Quality Office» را جستجو کنید)

هیئت بررسی کیفیت مراقبت از بیمار

افرادی که احساس می‌کنند از سوی دفاتر کیفی مراقبت از بیمار به شکایت آن‌ها رسیدگی نشده است می‌توانند با هیئت بررسی کیفیت مراقبت از بیمار تماس بگیرند. این هیئت به صورت مستقل از مسئولین بهداشتی عمل می‌کند و تحقیقات مسئولین بهداشتی درباره شکایت و پاسخ به آن را مورد بررسی قرار خواهد داد.

درخواست بررسی را می‌توان به صورت کتبی، آنلاین یا تلفنی ارائه کرد. فرم‌های درخواست بررسی را می‌توان دانلود و ارسال کرد یا از روی وبسایت هیئت چاپ و به صورت پستی ارسال کرد. فرم درخواست بررسی را می‌توان پس از تکمیل از طریق پست، دورنگار یا مستقیماً روی وبسایت ارسال کرد. اطلاعات تماس هیئت در قسمت زیر ارائه شده است.



Patient Care Quality Review Board

PO Box 9643

Victoria BC V8W 9P1

تلفن (تماس رایگان): 1 866 952-2448

دورنگار (ویکتوریای بزرگ): 250 952-2428

ایمیل: contact@patientcarequalityreviewboard.ca

وبسایت: www.patientcarequalityreviewboard.ca

زندگی سالم با عارضه‌های مزمن

مدیریت خود در BC، دانشگاه ویکتوریا

دولت B.C. بودجه لازم را در اختیار مؤسسه افزایش سن و سلامت مادام‌العمر در دانشگاه ویکتوریا قرار داده است تا مجموعه‌ای از برنامه‌های آموزشی شش هفته‌ای برای بیماران و آموزش به بیماران مبتلا به عارضه‌های مزمن ارائه نمایند و برنامه‌های ویژه‌ای در رابطه با دیابت، بازماندگان سرطان و دردهای مزمن تهیه کنند. حضور در این آموزش‌ها برای بیماران و خانواده آن‌ها هیچ هزینه‌ای ندارد. برنامه‌ها عبارتند از:

- مدیریت بیماری مزمن توسط خود فرد به زبان‌های انگلیسی، کانتونیز، ماندارین و پنجابی. این برنامه به زبان انگلیسی در جوامع ساکنین ابتدایی هم ارائه می‌شود.
- برنامه‌های مدیریت خود برای بیماری‌های مزمن به طور کلی و برای درد مزمن، دیابت، کسانی که از سرطان نجات پیدا کردند، برنامه آموزش بهداشتی؛ و
- یک برنامه آنلاین خود مدیریتی بیماری مزمن.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت University of Victoria Institute on Aging & Lifelong Health مراجعه کنید یا با خط اطلاعات این برنامه تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 902-3767

وبسایت: www.selfmanagementbc.ca



پرستاران خانوادگی بریتیش کلمبیا

پرستاران خانوادگی بریتیش کلمبیا سعی دارد از طریق پشتیبانی، اطلاع رسانی، آموزش و رهبری، کیفیت زندگی اعضای خانواده و دوستانی که به عنوان پرستار فعالیت دارند، ارتقاء بدهد. این انجمن غیرانتفاعی در سال 1989 تأسیس شد. از جمله خدمات استانی آن می‌توان به خط پشتیبانی از پرستاران، پشتیبانی 1:1 برای وضعیت‌های پیچیده، دسترسی به منابع مراقبتی و گروه‌های حمایتی، کم به هدایت سیستم بهداشتی، وبینارهای پرستاری، اخبار الکترونیک ماهانه، خبرنامه‌های فصلی و یک وبسایت جامع از اطلاعات مربوط به پرستاری، اشاره کرد. تمام این خدمات رایگان هستند.

Family Caregivers of British Columbia

6 – 3318 Oak St.

Victoria BC V8X 1R1

خط پشتیبانی از پرستاران: 1 877 520-3267

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 384-0408

ایمیل: info@familycaregiversbc.ca

وبسایت: www.familycaregiversbc.ca

دانشگاه بریتیش کلمبیا، دانشکده پزشکی

interCultural Online Health Network (iCON)

وزارت بهداشت مسئوله تأمین بودجه iCON است که کار ارائه منابع مناسب فرهنگی و زبانی درباره مدیریت بیماری مزمن و ارتقاء سلامت را در اختیار بیماران، خانواده‌ها و پرستاران چینی، جنوب آسیایی و بومی در سرتاسر بریتیش کلمبیا قرار می‌دهد. iCON از منابع آنلاین با کانالهای متعدد و همچنین فرصت‌های برقراری تماس اجتماعی (برای مثال کارگاه‌ها و گردهمایی‌ها) برخوردار است تا به اعضای جامعه و افراد متخصص در زمینه سلامت کمک کند دور هم جمع شوند و اطلاعات خود درباره پیشگیری و مدیریت بیماری‌های مزمن را به اشتراک بگذارند. بیماری‌های مزمنی که مرکز توجه هستند عبارت است از دیابت، بیماری قلبی، زوال عقل و سلامت روان.

تلفن (تماس رایگان): 1 877-357-7611

ایمیل: iconsupport@ubc.ca

وبسایت: www.iconproject.org

Pain BC

Pain BC یک سازمان منحصر به فرد است که حدوداً از هر پنج نفر ساکن بریتیش کلمبیا که مبتلا به دردهای مزمن هستند، نیازهای یک نفر را مرتفع می‌کند. دردهای مزمن ممکن است در اثر عمل جراحی، به علت زندگی به یک بیماری مزمن یا مربوط به یک جراحت باشند و یا حتی علت آن‌ها نامشخص باشد. Pain BC منابع مختلفی در اختیار افراد مبتلا به دردهای مزمن و خانواده‌های آن‌ها قرار می‌دهد:

- Pain Support Line: افراد داوطلب اطلاعات و منابع و همچنین مکانی امن برای صحبت با افراد درباره تأثیر درد روی زندگی آن‌ها فراهم می‌کنند.



- تلفن (با تماس رایگان): 1-844-880-7246
 - آموزش به بیمار: از وبسایت Pain BC به آدرس www.painbc.ca, اطلاعات بیشتری درباره درد مزمن و روش‌های مختلف مدیریت آن از طریق منابع تحقیق محور، کسب کنید.
 - خود مدیریتی: Live Plan Be یک منبع خود مدیریتی آنلاین و رایگان برای ارتباط با کسانی است که از دردهای مزمن رنج می‌برند، با مراجعه به اینجا سلامت خود را پیگیری کنید و با علم درد آشنا شوید: www.liveplanbe.ca.
 - مربیگری سلامت: یک فرد متخصص در زمینه پزشکی می‌تواند برای پشتیبانی تلفنی یک به یک و کمک به شما در یادگیری مهارت‌های خود مدیریتی و بازایی توانایی‌ها، یک فرم ارجاع در اختیار شما قرار بدهد.
 - My Care Path: یک ابزار آنلاین رایگان برای کودکان و نوجوانانی است که به درد مزمن دچار هستند: www.mycarepath.ca.
 - Pain Waves پادکستی است که در آن صحبت‌های متخصصین دردهای مزمن و افراد مبتلا به دردهای مزمن را می‌شنوید که در www.spreker.com/show/pain-waves درباره تحقیقات، ابزار، داستان‌ها و روندها صحبت می‌کنند.
- وزارت بهداشت بودجه خدمات مرتبط با درد که به بیماران، خانواده‌ها و پرستاران ارائه می‌شوند، تأمین می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت زیر مراجعه کنید.
- وبسایت: www.painbc.ca

شبکه صدای بیمار

شبکه صدای بیمار یک اجتماع از بیماران، خانواده‌ها و پرستاران است که برای بهبود سیستم مراقبت بهداشتی با شرکای مراقبت بهداشتی همکاری دارند. هدف آن‌ها این است که بیماران، خانواده‌ها و شرکای مراقبت بهداشتی در کنار هم با ایجاد صدایی واقعی و به نمایندگی از افراد مختلف، مراقبت بهداشتی را بهبود ببخشند.

شبکه صدای بیمار تحت حمایت شورای ایمنی کیفیت و ایمنی بیماران BC قرار دارد.

تلفن (تماس رایگان): 1 877 282-1919
تلفن (کلانشهر و ونکوور): 604 668-8240
ایمیل: pvn@bcpsqc.ca

وبسایت: <https://patientvoicesbc.ca/>
عبارت «Patients Voices Network» را جستجو کنید)



RESIDENTIAL SCHOOL SURVIVOR SERVICES

برنامه حمایت بهداشتی Indian Residential Schools Resolution

برنامه First Nations Health Authority Indian Residential Schools Resolution Health Support پشتیبانی‌های عاطفی و سلامت روان خود را در اختیار دانش‌آموزان سابق مدارس شبانه‌روزی بومیان و خانواده‌های آن‌ها قبل، در طول و بعد از شرکت در فرایندهای توافق‌نامه اسکان، قرار می‌دهد، از جمله:

- Common Experience Payments
 - Independent Assessment Process
 - رویدادهای Truth and Reconciliation Commission و فعالیت‌های یادبود
- خط تلفن اطلاعات (تماس رایگان): 1 877 477-0775

خط تماس بحرانی National Indian Residential School

خط بحران مدارس شبانه‌روزی بومیان کانادا برای ارائه پشتیبانی به دانش‌آموزان سابق مدارس شبانه‌روزی بومیان راه‌اندازی شده است. می‌توانید به صورت 24 ساعته از طریق تماس با این خط بحران، از خدمات ارجاع بحرانی و حمایت عاطفی بهره‌مند شوید.

خط تماس بحرانی National Indian Residential School
تلفن (تماس رایگان): 1 866 925-4419

خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر

وزارت بهداشت یک سیستم جامع و در هم تنیده از خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر را ارائه می‌کند که مسئولان بهداشت امکان دسترسی به آن را فراهم می‌کنند. این خدمات روی ارتقای سلامت، پیشگیری، آموزش آسیب‌ها، درمان، توانبخشی و بازپروری تمرکز دارند و همچنین از افراد و خانواده‌ها حمایت می‌کند تا از خودشان مراقبت کنند و انعطاف لازم را داشته باشند. خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر گروه‌های سنی مختلفی را هدف گرفته است، از جمله افراد سالمند.

درمان مشکلات سلامت روانی سالمندان معمولاً به دلیل وجود دردهای مزمن و سایر مشکلات جسمی، دشوارتر از دیگران است. خدمات سلامت روان برای سالمندان معمولاً روی نیاز به فعالیت‌های مشترکی تمرکز دارد که می‌توانند شامل پزشک خانواده و/یا خدمات مراقبت خانگی و اجتماعی باشند.

سالمندان هم درست مانند سایر اعضای جامعه در معرض خطر هستند و ممکن است از آثار بیماری‌های روانی و سوءمصرف مواد مخدر رنج ببرند. به عنوان مثال، مشکلات مربوط به افسردگی، اضطراب و استفاده مشکل‌زا از بعضی مواد، مانند الکل.

تنهایی یکی دیگر از عواملی است که روی سلامت روانی تأثیر می‌گذارد و می‌تواند باعث کاهش سلامت و مرگ زودهنگام سالمندان شود. تنهایی ممکن است در اثر عوامل روانی-



اجتماعی و بهداشتی زیادی افزایش پیدا کند و می‌توان با برنامه‌های اجتماعی حامی اصلاح اجتماعی و همچنین ارزیابی ویژه و درمان رویکردها از طریق خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر، به شکلی موفق به آن‌ها رسیدگی کرد.

برای دریافت پشتیبانی سلامت روان و سوء مصرف مواد مخدر در B.C. در هر زمان از شبانه روز با شماره 1-8-1 تماس بگیرید:

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «mental health and substance use supports» را جستجو کنید).

همچنین می‌توانید اطلاعات تماس مسئولین بهداشتی را در ابتدای این بخش از راهنما (سلامت شما) مشاهده کنید.

در چند صفحه بعد اطلاعات و منابع بیشتری ذکر شدند که می‌توانند به برای شما مفید باشند.

Bounce Back: سلامت خود را باز یابید

Bounce Back یک برنامه رایگان است که منابع و خدمات را در اختیار افراد مبتلا به علائم خفیف افسردگی، ناراحتی یا اضطراب یا بدون نگرانی قرار می‌دهد. این برنامه راهنمایی‌های تلفنی خود را در یک مجموعه از ماژول‌های خودیاری همراه با یک DVD به نام BounceBack® Today ارائه می‌کند. می‌توان با ارجاع از سوی دفتر پزشک خانواده در هر کجای بریتیش کلمبیا به برنامه آموزش دسترسی پیدا کرد. افرادی که ترجیح می‌دهند خودشان کار کنند، می‌توانند هر طور که مایل هستند از برنامه آنلاین استفاده کنند. برای دسترسی به برنامه آنلاین نیازی به ارجاع نیست.

ویدیو و برنامه‌های آموزشی به زبان‌های انگلیسی، فرانسوی، ماندارین و کانتونیز در دسترس هستند و دوره‌های آموزشی به زبان‌های انگلیسی، فرانسوی، ماندارین، کانتونیز و پنجابی هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره Bounce Back® به سالمندان توصیه می‌کنیم با پزشک خانوادگی خود صحبت کنند.

Bounce Back از سوی اتحادیه سلامت روان کانادا، واحد BC ارائه می‌شود و بودجه خود را از وزارت بهداشت و مسئولان خدمات بهداشت استانی دریافت می‌کند.

وبسایت: www.bouncebackbc.ca



زندگی را کامل زندگی کنید

Living Life to the Full یک دوره کامل 8 هفته‌ای برای ارتقاء سلامت روان است که با هدف کمک به افراد در مدیریت چالش‌های زندگی روزمره از طریق یادگیری مهارت‌های خود مدیریتی با استفاده از اصول رفتاردرمانی شناختی (CBT) طراحی شده است. محتوا و مطالب این دوره به صورت عملی ارائه می‌شوند و به راحتی می‌توان آن‌ها را در موقعیت روزمره زندگی به کار گرفت.

این دوره برای افراد در تمامی سنین مناسب است - از جوانان تا سالمندان. در BC این دوره از طریق شعبه‌های اتحادیه سلامت روان کانادا ارائه می‌شود. کتابچه‌های مربوطه را می‌توان به صورت جداگانه از اینجا خریداری کرد:

www.cmha.bc.ca

کتابچه‌ها به زبان‌های انگلیسی، فرانسوی، چینی سنتی و چینی ساده شده در دسترس قرار دارند.

وبسایت: www.livinglifetothefull.ca

اتحادیه خط تماس بحرانی BC

کارکنان خط بحران دوره‌های آموزشی لازم را پشت سر گذاشتند و مهارت‌های بحرانی مانند همذات‌پنداری تأکیدی، شنیدن فعال و حل مسئله مشارکتی را فرا گرفتند. آن‌ها از ارزیابی بحران و خودکشی و پروتکل‌های پیشگیرانه بر اساس بهترین روش‌های شناخته شده بهره می‌گیرند. تماس با یک خط بحران کمک زیادی می‌کند.

برای دریافت کمک در رابطه با یک بحران سلامت روان؛

تلفن (تماس رایگان): 1 800 784-2433 (1-800-SUICIDE)

برای اطلاعات مربوط به سلامت روان و پشتیبانی:

تلفن (تماس رایگان): 310-6789 (نیاز به کد ناحیه نیست)

وبسایت: www.crisislines.bc.ca

اطلاعات الکل و مواد مخدر و خدمات ارجاعی BC

اطلاعات الکل و مواد مخدر و خدمات ارجاعی (ADIRS) در BC می‌تواند شما را به مشاوره و منابع جامعه‌ای که در آن هستید، ارجاع بدهد. برای دریافت خدمات 24 ساعته، رایگان، به چند زبان، تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-1441

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-9382



شرکای BC برای اطلاعات سلامت روانی و اعتیاد

هفت سازمان در سطح استان روی سلامت روان و مصرف مواد فعالیت دارند و در کنار هم اطلاعات علمی در رابطه با استفاده از مواد مخدر را در اختیار مردم قرار می‌دهد.

یک خط اطلاعات رایگان به صورت 24 ساعته اطلاعات ضبط شده درباره اختلال مختلف روان و مصرف مواد مخدر، از جمله علائم، دلایل، درمان، گزینه‌ها، گروه‌های پشتیبان و منابع اجتماعی را ارائه می‌کند. این وبسایت منبعی عالی برای افراد و خانواده‌ها محسوب می‌شود.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 661-2121
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 669-7600
ایمیل: bcpartners@heretohelp.bc.ca
وبسایت: www.heretohelp.bc.ca

مشکل قماربازی

خط کمک برای حل مشکل قماربازی یکی از خدمات محرمانه و رایگانی است که در اختیار تمام اهالی بریتیش کلمبیا قرار دارد. خط کمک، اطلاعات مشاوره‌ای و ارجاع را در 24 ساعت شبانه روز، هفت روز هفته، ارائه می‌کند. متخصصین ارجاع و اطلاعات می‌تواند اطلاعات خود درباره مشکلات مرتبط با قماربازی را به فوراً در اختیار خانواده‌ها و دوستان قرار بدهند و تماس‌گیرنده را به خدمات مشاوره حرفه‌ای برای حل مشکل قماربازی در سراسر استان ارجاع بدهند.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 795-6111
تلفن (ناشنوایان/کمشنوایان، امکان اعمال هزینه برای گیرنده تماس وجود دارد):
604 875-0885

ایمیل: info@bcresponsiblegambling.ca
وبسایت: www.bcreponsiblegambling.ca

بهداشت عمومی

واحدهای سلامت عمومی در سراسر بریتیش کلمبیا مجموعه‌ای از خدمات بهداشتی، از جمله منابع تغذیه و ایمن‌سازی را ارائه می‌کنند. این خدمات از سلامت و استقلال سالمندان حمایت می‌کنند و در سلامت خانواده و اجتماع نقش دارند.

خدمات ایمن‌سازی

می‌توانید از طریق تماس با HealthLink BC به شماره 1-8-1 یا با مراجعه به دفتر بهداشت عمومی محلی خود، اطلاعاتی درباره دسترسی به ایمن‌سازی در برابر بیماری‌ها، از قبیل واکسن‌های آنفولانزا و پنوموکوک، به دست بیاورید.

برای راحتی بیشتر، ممکن است مایل باشید برای کسب اطلاعات مفید درباره ایمن‌سازی، از جمله محل کلینیک‌های آنفولانزا در طول فصل ابتلا به آنفولانزا، به وبسایت ImmunizeBC مراجعه کنید.

وبسایت: www.immunizebc.ca



بسیاری از داروسازان در B.C. اجازه تزریق واکسن را دارند. برای اطلاع از امکان دسترسی به داروسازی تزریق کننده واکسن، با داروخانه محلی خود تماس بگیرید.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «immunizations» را جستجو کنید) تا از واکسیناسیون ها و پیدا کردن واحدهای بهداشت محلی و داروخانه هایی که واکسن ارائه می کنند، اطلاع پیدا کنید.

مرکز کنترل بیماری (BC (BCCDC مجموعه ای از برنامه های استانی و کلینیک های فعال در زمانی سلامت بهداشتی، از جمله کووید-19 را مدیریت می کند، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.bccdc.ca/our-services

DEMENTIA SUPPORTS & SERVICES

انجمن آلزایمر B.C.

هدف انجمن آلزایمر B.C. که در جوامع مختلف در سطح استان فعال است، ایجاد دنیایی بدون بیماری آلزایمر یا سایر انواع زوال عقل است و اینچنین دنیایی با یک جامعه پذیرای زوال عقل آغاز می شود که در آن افراد مبتلا به زوال عقل پذیرفته می شود، مورد حمایت قرار می گیرند و طرد نمی شود.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 667-3742

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 681-6530

ایمیل: info@alzheimerbcc.org

وبسایت: www.alzheimer.ca/en/bc

First Link® Dementia support

First Link® از بخش پشتیبانی زوال عقل انجمن آلزایمر افراد و خانواده هایی که از بیماری آلزایمر یا سایر انواع زوال عقل آسیب دیدند در هر مرحله ای از فرایند گسترش زوال عقل، به بخش پشتیبانی و آموزش مرتبط می کنند. با دریافت ارجاع از ارائه دهنده مراقبت بهداشتی می توان پیش قدم شد، یا عموم مردم می تواند از طریق زیر با خطوط کمکی تماس بگیرند:

خط کمک زوال عقل First Link®:

دوشنبه الی جمعه، 9 صبح تا 4 بعداز ظهر.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 936-6033



LGBTQ2S

سالمندانی که هویت LGBTQ2S دارند، ممکن است در زمان ارزیابی مراقبت و منابع پشتیبانی، با چالش‌های منحصر به فردی روبرو شوند. این بخش از راهنما منابع ویژه مرتبط با هویت جنسی - و جنسیت - را تبیین می‌کند تا اطمینان حاصل شود سالمندان می‌توانند برای رفع بسیاری از نیازهای بهداشتی و حمایتی، خدمات امن و جامع خود را دریافت کنند. این فهرست منابعی برای خانواده و دوستانی با هویت جنسی و جنسیت‌های مختلف را هم شامل می‌شود تا آن‌ها هم بتوانند بیشتر درباره عزیزانشان اطلاعات کسب کنند.

Trans Care BC (PHSA)

Trans Care BC انواع مختلفی از منابع برای تأیید مراقبت جنسیتی را با توجه به مسائل مربوطه ارائه می‌کند: قانونی/وکالتی، مهاجر و پناهنده، شریک و همسر، پرستار و خانواده.

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

Prideline BC

پشتیبانی همسانان، اطلاعات و ارجاع برای تمام ساکنین بریتیش کلمبیا.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 566-1170

تلفن (لوئر مین‌لند): 604 684-6869

دوشنبه تا جمعه، 7:00 صبح تا 10:00 شب.

Trans Lifeline

Trans Lifeline یک خط تماس بحرانی ترانزجسیتی جدید است که به تازگی یک خط تماس رایگان در کانادا راه‌اندازی کرده است. هدف آن‌ها کمک به تمام کسانی است که ممکن است به خاطر هویت جنسی خود دچار مشکلاتی شده باشند و آن‌ها را به خدماتی که می‌توانند در این مسیر کمک کند، متصل می‌کنند.

تلفن (تماس رایگان): 1 877 565-8860

Parents and Families of Lesbians and Gays BC

اطلاعات و حمایت برای والدین، خانواده‌ها و دوستان با ارائه پاسخ به سؤالاتی درباره همجنسگرایی مرد، همجنسگرایی زن، دوجنسگرا و ترانزجسیتی.

وبسایت: www.pflagcanada.ca/pflag-chapters/british-columbia/

QMUNITY

برنامه افراد مسن‌تر به همجنسگرایان زن و مرد، دو جنسگرایان، ترانزجسیتی، کوئیر، و افراد 2-Spirit+ 55 کمک می‌کند

تلفن: 604 684-5307

ایمیل: reception@qmunity.ca

وبسایت: www.qmunity.ca/



MEDICAL ASSISTANCE IN DYING (MAID)

Medical Assistance in Dying (MAiD) زمانی اتفاق می‌افتد که یک پزشک یا پرستار دارای مجوز دارویی را ارائه یا تزریق می‌کند که به دلیل درخواست خود فرد، به شکل عمدی باعث مرگ وی می‌شود. این فرایند فقط در دسترس کسانی قرار دارد که معیارهای تعیین صلاحیت خاص را دارند. اینگونه نیست که تمام پزشکان و پرستاران در حال فعالیت بتوانند داروی کمک به مرگ پزشکی را ارائه کنند.

برای اطمینان از اینکه این خدمات به شکلی کاملاً امن عرضه می‌شود، یک سیستم امنیتی طراحی شده است تا از تمام افراد حفاظت و به آن‌ها کمک کند یک تصمیم کاملاً آگاهانه اتخاذ کنند.

افرادی که به دنبال اطلاعاتی درباره MAiD هستند باید با دکتر یا پزشک معالج خود صحبت کنند یا با بخش خدمات هماهنگی مراقبت اداره بهداشت محلی تماس بگیرند و از گزینه‌های موجود در منطقه خود اطلاع پیدا کنند.

از کسانی که در یک اجتماع متشکل از ساکنین اولیه و بومیان زندگی می‌کنند یا برای پرستارانی که در این نواحی فعال هستند، خواهش می‌شود در صورت وجود هرگونه سؤال یا نیاز با کمک بیشتر برای هماهنگی، به [First Nations \(maid@fnha.ca\)](mailto:maid@fnha.ca) Health Authority ایمیل بزنند.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Medical Assistance in Dying» را جستجو کنید).

پس از فوت: وقتی کسی فوت می‌کند چه باید کرد

از کارهایی که باید پس از فوت یک نفر در بریتیش کلمبیا انجام داد، اطلاع پیدا کنید. وقتی کسی فوت می‌کند، شما درباره اتفاقی که رخ می‌دهد تصمیم‌گیری می‌کنید. در این وبسایت، از اولین مراحل اطلاع پیدا می‌کنید، با گزینه‌های حمایتی آشنا می‌شوید و می‌بینید که چه کاری باید در ارتباط با مراسم تشییع جنازه و وصیتنامه انجام داد. اگرچه هر یک از این موقعیت‌ها با دیگری متفاوت است، اما این وبسایت شما را در مسیر درست راهنمایی می‌کند.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «After a Death» را جستجو کنید).

برای کسب اطلاعات درباره برنامه‌ها و خدمات دولتی، به:
www.SeniorsBC.ca مراجعه کنید.

برای دریافت اطلاعات درباره سالمندی سالم و دریافت خدمات در
اجتماع خود، به اینجا مراجعه کنید:
www.HealthLinkBC.ca

یا از طریق شماره 8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید

مسكن



گزینه‌های اسکان برای جمعیت سالمند رو به افزایش

از زندگی مستقل در منزل خانوادگی گرفته تا زندگی در مرکز اقامت برای زندگی همراه با کمک، سالمندان بریتیش کلمبیا از گزینه‌های اسکان متعددی برخوردار هستند. برنامه‌ریزی برای نیازهای اسکان سالمندان B.C. مسئله‌ای حیاتی محسوب می‌شود. تا سال 2029، نزدیک به 30 درصد از جمعیت سالمندان کانادا بین 75 و 84 سن خواهند داشت و حدود 13 درصد جمعیت بالای 85 سال خواهد بود. بخش اعظم تعداد سالمندان مسن‌تر می‌توانند مستقل باقی بمانند اما دسته‌ای از این افراد به حمایت بیشتر نیاز خواهند داشت. دولت استانی به سختی در تلاش است تا با ارائه برنامه‌ها، خدمات و گزینه‌های اسکان بسیار متنوع، به نیازهای منحصر به فرد جمعیت متنوع سالمندان بریتیش کلمبیا جامه عمل بپوشاند.

این بخش اطلاعاتی درباره برنامه‌ها و خدمات مربوط به سالمندان بریتیش کلمبیا، درباره زندگی همراه کمک با یارانه برای کسانی که به حمایت نیاز دارند، کسانی که مالک خانه هستند، از جمله وام‌های مالکین برای سالمندان، ارزیابی مستغلات و تعویق دریافت مالیات بر مستغلات، ارائه می‌کند. چه افراد مالک یک منزل باشند و چه آن را اجاره کرده باشند، خودشان یا صاحبخانه ممکن است از صلاحیت لازم برای دریافت کمک برای افزایش دسترسی سالمندان در خانه--مسئله‌ای بسیار مهم برای سالمندانی که می‌خواهند در منزل خودشان بمانند--برخورداری باشند.

پیدا کردن محل اسکان مقرون به صرفه یک مسئله مهم برای بسیاری از سالمندان است که با درآمد ثابت زندگی می‌کنند. دولت بریتیش کلمبیا یارانه‌هایی برای پرداخت اجاره در اختیار سالمندان ساکن خانه‌های اجاره‌ای شخصی قرار می‌دهد و روی اجاره واحدهای مسکن مقرون به صرفه که با همکاری مسکن‌سازان غیرانتفاعی و سایر سطوح دولتی ساخته شده است، تخفیف‌هایی اعمال می‌کند. در این بخش اطلاعات بیشتری درباره این برنامه‌ها ارائه شده است.

کمک مالی مالکیت مسکن برای سالمندان

وام مالک خانه، مبلغ مالیات‌های مسکنی که فرد هر ساله برای مسکن اصلی خود پرداخت می‌کند را کاهش می‌دهد. یک فرد سالمند 65 ساله یا مسن‌تر که از بعضی الزامات خاص برخوردار است، ممکن است از صلاحیت لازم برای دریافت کمک مالی \$275 علاوه بر کمک اصلی \$570 برخوردار باشد. مجموع مبلغ کمک مالی به سالمندان 65 سال به بالا در Capital Regional District، Metro Vancouver Regional District و Fraser Valley بالغ بر \$845 است. برای تمام نواحی دیگر استان، مجموع مبلغ کمک مالی برای سالمندان 65 سال به بالا، برابر با \$1045 است.

یک مالک خانه پیش از درخواست کمک مالی مالکان خانه، باید حداقل \$100 دلار به عنوان مالیات بر مستغلات پرداخت کند تا به تأمین بودجه خدماتی از قبیل نوسازی جاده‌ها و حفاظت پلیس کمک شود.

برای اطلاع از کمک مالی به مالکان خانه، از جمله کسانی که صلاحیت دریافت آن را دارند و می‌توانند درخواست بدهند، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «home owner grant for seniors» را جستجو کنید).

برای سؤالات مربوط به کمک مالی به مالکان خانه، با شهرداری، یا در صورتی که ملک شما در ناحیه روستایی قرار دارد، با استان تماس بگیرید.

وبسایت: www.civicinfo.bc.ca/directories

یا نواحی روستای با Surveyor of Taxes تماس بگیرند:

تلفن (تماس رایگان): 1 888-355-2700

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0555

ایمیل: ruraltax@gov.bc.ca

کمک مالی اضافه برای سالمندان کم درآمد

کمک مالی اضافه برای سالمندان کم درآمد به سالمندانی که درآمد پایینی دارند کمک می‌کند در صورت کاهش یا حذف کمک مالی به دلیل ارزش‌گذاری بالای ملک محل اقامت، یک کمک مالی اضافه برای مالکین دریافت کنند. متقاضیان باید برای دریافت کمک مالی مالکین خانه و کمک مالی اضافه برای افراد کم درآمد به صورت جداگانه درخواست بدهند.

بیشتر سالمندان کم درآمدی که صلاحیت درخواست جهت دریافت این کمک مالی اضافه را دارند یک چک به مبلغ \$845 (در نواحی شمالی و روستایی \$1045) دریافت می‌کنند. با این وجود، مبلغ کمک مالی اضافه به درآمد فرد و ارزش‌گذاری صورت گرفته برای ملکی که در آن اقامت دارند، بستگی دارد.

برای اطلاع از کمک مالی اضافه به افراد کم درآمد، از جمله کسانی که صلاحیت دریافت آن را دارند و می‌توانند درخواست بدهند، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «home owner grant for seniors» را جستجو کنید).

یا با Home Owner Grant Administration در وزارت امور مالی تصمیم بگیرید و سوالات خود درباره کمک مالی اضافه برای افراد کم درآمد را مطرح کنید از این طریق مطرح کنید:

تلفن (تماس رایگان): 1 888 355-2700
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0555
ایمیل: hogadmin@gov.bc.ca

ارزیابی مستغلات

در ژانویه هر سال، بخش BC Assessment برای تمام مالکان مستغلات یک اطلاعیه ارزیابی مستغلات ارسال می‌کند که نشان دهنده ارزش عادلانه ملک در مورخ 1 ژوئیه سال قبل می‌باشد. بخشی از این ارزش بازار از سوی مسئولات بخش مالیاتی برای محاسبه مالیات مستغلات شما استفاده می‌شود. افرادی که درباره اطلاعات مندرج در اعلامیه ارزیابی خود سؤال یا نگرانی دارند می‌توانند از طریق شماره تلفن یا آدرس نوشته شده در جلوی اعلامیه ارزیابی، تا 31 ژانویه با دفتر BC Assessment محلی خود تماس بگیرند.

وبسایت: www.bcassessment.ca

تأخیر مالیات بر مستغلات

برنامه تأخیر در پرداخت مالیات بر مستغلات یک برنامه وام کم بهره است که اگر مالک 55 سال یا بیشتر سن داشته باشد، همسر خود را در هر سنی از دست داده باشد یا دچار معلولیت باشد، به مالک اجازه می‌دهد پرداخت همه یا بخشی از مالیات مسکن اصلی که در آن سکونت دارد را به تأخیر بیندازد.

در صورت تأیید این درخواست، استان مالیات بر مستغلات شهری یا استانی را به شکل مستقیم از طرف فرد به مقامات اداره مالیات پرداخت می‌کند. مالیات‌هایی که به تأخیر می‌افتند، باید به یکی از شکل‌های زیر همراه با سود و هزینه کارمزد (در صورت وجود) به استان پرداخت کنند:

- پیش از اینکه بتوان مالکیت مستغلات را به یک شخص دید به جز همسر بازمانده منتقل کرد؛ یا

- پس از مرگ مالک خانه، همراه با بازپرداخت از طریق فروش ملک.

برای کس اطلاعات بیشتر درباره برنامه تأخیر پرداخت مالیات بر مستغلات، از جمله معیارهای تعیین صلاحیت و نحوه ارائه درخواست، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «property tax deferment» را جستجو کنید).

برای کسب اطلاعات بیشتر با دفتری که مالیات بر مستغلات خود را در آنجا پرداخت می‌کنید یا Tax Deferment Office تماس بگیرید:

Tax Deferment Office – Ministry of Finance
PO Box 9475 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9W6

تلفن (تماس رایگان): 1 888 355-2700
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387 0555

ایمیل: taxdeferment@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «property tax deferment» را جستجو کنید).

تجهیز و آماده‌سازی منزل

اعتبار مالیات نوسازی مسکن برای سالمندان و افراد معلول

اعتبار مالیات نوسازی مسکن برای سالمندان و افراد معلول، یک برنامه اعتبار مالیات بر درآمد شخصی است که در پرداخت هزینه تغییرات دائم در منزل برای افزایش امکان دسترسی یا کمک به سالمندان در داشتن یک زندگی مستقل در خانه، کمک می‌کند.

حداکثر مبلغ اعتبار \$1,000 است و به صورت سالانه به عنوان 10 درصد از هزینه‌های دارای صلاحیت محاسبه می‌شود. سالمندان می‌توانند برای دریافت این اعتبار درخواست بدهند، چه مالک باشند و چه مستاجر، و کسانی که به صورت مشترک همراه با یکی از وابستگان سالمند از خانه استفاده می‌کنند.

افراد سالمند یا اعضای خانواده‌ای که با یک فرد سالمند زندگی می‌کنند می‌توانند برای دریافت اعتبار مالیاتی روی اظهارنامه مالیات بر درآمد شخصی خود، برای هزینه‌هایی که پس از آوریل 2012 صورت گرفته، درخواست بدهند. این اعتبار یک اعتبار مالیاتی قابل بازپرداخت است، به این معنی که اگر اعتبار بالاتر از بدهی مالیاتی باشد، شخص مبلغ مابه‌التفاوت را در قالب یک بازپرداخت، دریافت خواهد کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر با BC Income Taxation Branch در وزارت امور مالی تماس بگیرید.

PO Box 9444 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9W8

تلفن (تماس رایگان): 1 877 387-3332

ایمیل: ITBTaxQuestions@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «seniors home renovations» را جستجو کنید)

برنامه تجهیز و آماده‌سازی منزل برای استقلال (HAFI)

برنامه تجهیز و آماده‌سازی منزل برای استقلال (HAFI) یک برنامه کمک مالی است به کسانی که توانایی‌های جسمی آن‌ها کاهش پیدا کرده است. به برنامه به خانواده‌های کم درآمد در پرداخت هزینه ایجاد تغییر و اصلاح دسترسی در منزل کمک می‌کند. بسیاری از کسانی که قبلاً آن را دریافت کردند، سالمندان بودند اما این بودجه برای تمام افراد و خانواده‌ها در تمام سنین در دسترس است. در صورت تأیید صلاحیت، شخص می‌تواند تا سقف \$20,000 کمک مالی دریافت کند.

برای مشاهده جزئیات دقیق برنامه، از جمله الزامات صلاحیتی و نحوه ارائه درخواست، به وبسایت BC Housing مراجعه کنید یا با استفاده از اطلاعات تماس در زیر، با BC Housing تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756

گزینه‌های مسکن برای سالمندان

برنامه Shelter Aid for Elderly Renters (SAFER)

برنامه Shelter Aid for Elderly Renters (SAFER) برای کاهش هزینه اجاره، به آن دسته از اهالی B.C. که 60 یا بیشتر سن دارند و اجاره پرداخت می‌کنند، مبالغی را به صورت ماهانه در نظر گرفته است.

صلاحیت دریافت SAFER شامل این موارد می‌باشد:

- متقاضی باید 60 سال یا بیشتر سن داشته باشد؛
- متقاضی برای 12 ماه کامل قبل از زمان ارسال درخواست در بریتیش کلمبیا سکونت داشته باشد؛
- متقاضی و همسرش (که با او زندگی می‌کند) الزامات شهروندی را داشته باشند؛ و
- متقاضی بیش از 30 درصد درآمد ناخالص (قبل از کسر مالیات) ماهیانه خانوار را برای پرداخت اجاره مسکن هزینه می‌کند، از جمله مبلغی که به عنوان اجاره محل استقرار خانه‌های پیش‌ساخته (تریلر) که متقاضی مالک آن است و در آن زندگی می‌کند، پرداخت می‌شود.

در صورتی که یکی از موارد زیر درست باشد، متقاضی از صلاحیت لازم برخوردار نیست:

- متقاضی کمتر از 60 سال سن دارد؛
- متقاضی در یک خانه دارای پارانه یا یک مرکز مراقبت اقامتی زندگی می‌کند که هزینه آن از سوی وزارت بهداشت تأمین می‌شود؛
- متقاضی در یک خانه اشتراکی زندگی می‌کند و یکی از مالکان آن است؛
- متقاضی و خانواده او از B.C. کمک مالی دریافت می‌کنند. قانون اشتغال و کمک یا قانون اشتغال و کمک برای معلولین (به استثنای خدمات پزشکی تنها)؛
- متقاضی یا همسر او (در صورت وجود) ذیل یک توافق تکفل خصوصی در کانادا هستند که هنوز معتبر است؛
- متقاضی ساکن بریتیش کلمبیا نیست؛
- متقاضی برای 12 ماه کامل قبل از زمان ارسال درخواست در بریتیش کلمبیا سکونت نداشته است؛
- متقاضی از الزامات شهروندی برخوردار نیست؛ یا
- درآمد ناخالص ماهیانه خانوار از حداکثر میزان درآمد مجاز بیشتر است. حداکثر درآمد با توجه به تعداد اعضای خانواده و محل اقامت در استان، متغیر است.
- برای مشاهده جزئیات دقیق برنامه، از جمله الزامات صلاحیتی و نحوه ارائه درخواست، لطفاً به وبسایت BC Housing مراجعه کنید یا با BC Housing ساعت 8:30 صبح تا 4:30 بعدازظهر روزهای کاری، تماس بگیرید.



تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756
 تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218
 وبسایت: www.bchousing.org (عبارت «SAFER» را جستجو کنید)

مسکن ارزان برای سالمندان

سالمندان کم درآمدی که قادر هستند بدون هیچ خدمات حمایتی یا با کمک مراقبت خانگی به صورت مستقل زندگی کنند، می‌توانند برای زندگی در طرح توسعه مسکن مقرون به صرفه، درخواست بدهند.

سه نوع طرح توسعه مسکن مقرون به صرفه در B.C. وجود دارد:

- مسکن عمومی - تحت مدیریت BC Housing؛
- مسکن غیرانتفاعی - تحت مدیریت جوامع غیرانتفاعی؛ و
- مسکن اشتراکی - تحت مدیریت ساکنین.

بسیاری از طرح‌های توسعه مسکن مقرون به صرفه در Housing Registry، یک سرویس تهیه فهرست و درخواست مرکزی که تحت مدیریت BC Housing است، ثبت شدند. Housing Registry مسکن دولتی و بعضی ارائه‌دهندگان مسکن غیرانتفاعی و اشتراکی را شامل می‌کند. سایر ارائه‌دهنده مسکن غیرانتفاعی و اشتراکی سیستم ثبت خودشان را دارند.

برای مشاهده جزئیات دقیق گزینه‌های مسکن در دسترس در B.C. و نحوه ارائه درخواست، لطفاً به وبسایت BC Housing مراجعه کنید یا بین ساعت 8:30 صبح و 4:30 بعدازظهر روزهای کاری با BC Housing تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756
 تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218
 وبسایت: www.bchousing.org
 (عبارت «housing assistance» را جستجو کنید)

مسکن حمایتی سالمندان

برنامه مسکن حمایتی سالمندان، خدمات حمایتی و اسکان را در اختیار بزرگسالان مسن‌تر، سالمندان و معلولین قرار می‌دهد. این برنامه به آن دسته از ساکنان بریتیش کلمبیا با درآمد پایین که 55 سال یا بیشتر سن دارند و افرادی که در هر سن دچار معلولیت و نقص عضو هستند، کمک می‌کند.

برای تعیین صلاحیت، ممکن است از متقاضیان پرسیده شود:

1. آیا در وضعیت زندگی فعلی استقلالشان کاهش پیدا کرده است؟
2. آیا در صورت زندگی در خانه‌ای با تجهیزات مناسب و اصلاح شده، می‌توانند دوباره مستقل شوند؟
3. آیا در یک وضعیت اضطراری پاسخ مناسبی بدهند و دستورالعمل‌ها را دنبال کنند؟
4. آیا همچنان می‌توانند مراقبت شخصی خودشان، از جمله غذا خوردن، نظافت و حمام را انجام بدهند؟



برای اطلاع بیشتر از این برنامه و نحوه ارائه درخواست، لطفاً به وبسایت BC Housing مراجعه کنید یا بین ساعات 8:30 صبح و 4:30 بعدازظهر روزهای کاری با BC Housing تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218

وبسایت: www.bchousing.org (عبارت «subsidized housing» را جستجو کنید)

زندگی همراه کمک با یارانه

برنامه زندگی مستقل BC (ILBC) یک برنامه زندگی همراه کمک با یارانه است که برای سالمندان و معلولین امکان اسکان با خدمات حمایتی فراهم می‌کند. واحدهای این برنامه زندگی همراه با کمک، یک گزینه وسط بین مراقبت خانگی و خانه‌های مراقبت طولانی مدت ارائه می‌کنند تا افراد بتوانند به زندگی خود به صورت مستقل ادامه بدهند.

متقاضیان برای دریافت ارجاع باید در یک اداره بهداشت با یک مددکار بهداشتی صحبت کنند. مددکار بهداشتی نیازهای متقاضی را بررسی کرده، یک ارزیابی را تکمیل می‌کند و متقاضی واجد صلاحیت را در فهرست انتظار برای یک واحد قرار می‌دهد. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً به وبسایت BC Housing مراجعه کنید.

وبسایت: www.bchousing.org

(عبارت «independent living BC program» را جستجو کنید)

انجمن خدمات سالمندان

این سازمان غیرانتفاعی اطلاعاتی درباره تمام انواع گزینه‌های اسکان و خدماتی که در اختیار سالمندان بریتیش کلمبیا قرار می‌گیرد، ارائه می‌کند. برنامه‌های تخصصی و تماس برای سالمندانی که خانه خود را از دست دادند یا در خطر از دست دادن آن هستند، موجود است. بانک حمایت از سالمندان در BC می‌تواند بودجه لازم را در اختیار سالمندان 60 سال به بالا که در کلانشهر ونکوور زندگی می‌کنند، به دلیل بی‌پولی موقت یا بحران مالی در معرض خطر تخلیه محل زندگی هستند، قرار بدهد. این انجمن همچنین برنامه‌های زندگی مستقل (مثل Meals on Wheels، Better at Home و سایر برنامه‌های اجتماعی) را به سالمندان نپوشته‌شده ارائه می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر، از روش‌های تماس زیر استفاده کنید.

انجمن خدمات سالمندان

750 Carnarvon St.

New Westminster BC V3M 1E7

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 520-6621

ایمیل: info@seniorsservicessociety.ca

وبسایت: www.seniorsservicessociety.ca

مالکان و مستأجران

از حقوق و مسئولیت‌های خود آگاه شوید

Residential Tenancy Branch

Residential Tenancy Branch اطلاعاتی در اختیار صاحبخانه‌ها و مستأجرین درباره حقوق و مسئولیت‌ها و گزینه‌هایی که بر اساس قانون استیجار منازل مسکونی و قانون استیجار پارک خانه‌های پیش‌ساخته دارند، ارائه می‌کند. این شعبه می‌تواند اطلاعاتی برای حل مناقشات مربوط به استیجار یک محل، از قبل ادعا برای دریافت خسارت، عودت دادن پول پیش، افزایش مبلغ اجاره و اخطار به تخلیه، ارائه کند. زمانی که امکان حل مناقشات از سوی صاحبخانه و مستأجر وجود ندارد، سایر اشخاص می‌توانند به صورت مستقیم برای حل مناقشه در یک دفتر شعبه، در Service BC یا به صورت آنلاین، درخواست بدهند. Residential Tenancy Branch اطلاعات و خدمات حل مناقشات برای استیجار پارک خانه‌های پیش‌ساخته هم ارائه می‌کند.

اطلاعات مربوط به حقوق و مسئولیت‌های مالک و مستأجر از طریق وبسایت در دسترس قرار گرفته است. برای صحبت با یک مأمور بخش اطلاعات یا گوش دادن به اطلاعات ضبط شده به صورت 24 ساعته یا اجاره در B.C، با شماره‌های زیر تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 665-8779

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-1020

تلفن (ویکتوریا بزرگ): 250 387-1602

ایمیل: HSRTO@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «residential tenancies» را جستجو کنید)



برای کسب اطلاعات درباره برنامه‌ها و خدمات دولتی، به:
www.SeniorsBC.ca مراجعه کنید

برای دریافت اطلاعات درباره سالمندی سالم و دریافت خدمات در
اجتماع خود، به اینجا مراجعه کنید:
www.HealthLinkBC.ca

یا از طریق شماره 1-8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید

اڻاڻ و ذهاب





حمل و نقل نقش مهمی در کمک به فعال ماندن سالمندان دارد

در این بخش اطلاعاتی درباره مجموعه برنامه‌های حمل و نقل و خدماتی که در دسترس سالمندان قرار می‌گیرد، ارائه شده است. برای خدمات حمل و نقل مانند کرایه وسائط نقلیه و مجوز ورود به BC Ferries تخفیف‌هایی وجود دارد. برنامه BC Bus Pass در بیش از 60 محل در B.C. ارائه می‌شود و سالانه به بیشتر از 65,000 نفر خدمات رسانی می‌کند. در صورتی که یک فرد به کسی به عنوان راننده نیاز داشته باشد، بسیاری از سازمان‌های اجتماعی محلی، خدمات رانندگی داوطلبانه ارائه می‌کنند یا می‌توانند دسترسی افراد به خدمات رانندگی تجاری را فراهم کنند. سالمندان همچنین می‌توانند به خدمات ویژه مانند برنامه HandyDart و Taxi Saver دسترسی داشته باشند.

سالمندان از صلاحیت لازم برای کاهش نرخ بیمه خودرو برخوردار هستند. اطلاعات مربوط به گواهینامه‌های رانندگی سالمندان و پلاک خودروی کهنه‌سربازان را می‌توانید در این بخش مشاهده کنید. برای گزارش جاده‌ای و آخرین اطلاعات آب و هوایی در سفر، وبسایت DriveBC اطلاعات مربوط به وضعیت‌های آب و هوایی، خطرات جاده‌ای و جاده‌های مسدود را به صورت دقیقه‌ای ارائه می‌کند.

با توجه نرخ تاریخی فعلی و اینکه از هر هفت نفر کانادایی یک نفر 65 سال یا بیشتر سن دارد، ممکن است امروزه بیش از هر زمان دیگری سالمندان در جاده حضور داشته باشند. بسیاری از سالمندان درست نمی‌دانند تا چه زمان باید به رانندگی کردن ادامه بدهند. در این بخش اطلاعاتی درباره سلامت پزشکی رانند و جعبه ابزاری که به صورت آنلاین به رانندگان کمک می‌کند مهارت‌های رانندگی خود را بررسی کنند و آن‌ها را ارتقاء بدهند.

جایگزین‌های رانندگی

تخفیف کرایه ناوگان حمل و نقل برای سالمندان

سالمندان ساکن بریتیش کلمبیا (65 سال یا بیشتر) صلاحیت دریافت تخفیف برای استفاده از بیشتر وسایل نقلی عمومی را دارند. برای کسب اطلاع دقیق، لطفاً با سازمان‌های زیر تماس بگیرید:

منطقه کلانشهر ونکوور

TransLink

تلفن: 604 953-3333

وبسایت: www.new.translink.ca

منطقه ویکتوریای بزرگ

حمل و نقل BC

تلفن: 250 382-6161

وبسایت: www.bctransit.com/victoria



سایر نقاط بریتیش کلمبیا

به وبسایت BC Transit مراجعه و سیستم حمل و نقل محلی خود را جستجو کنید.

وبسایت: www.bctransit.com

برنامه اتوبوس بدون کرایه

برنامه BC Bus Pass حمل و نقل مقرون به صرفه را در اختیار سالمندان کم درآمد و معلولین قرار می‌دهد. افراد دارای صلاحیت می‌توانند یک کارت سالانه را با مبلغی کمتر خریداری کنند. این کارت اتوبوس به افراد اجازه می‌دهد بدون پرداخت هیچ هزینه اضافه در BC Transit و Tanslink، از جمله با SkyTrain و SeaBus سفر کنند. این کارت اتوبوس در HandyDart یا West Coast Express معتبر نیست.

صلاحیت

برای کسب صلاحیت استفاده از برنامه BC Bus Pass، متقاضی باید یکی از معیارهای زیر را داشته باشند:

- کمک اضافه درآمدی تضمین شده (GIS) فدرال، کمک مالی فدرال (حقوق بازنشستگی)، حقوق همسر فدرال یا حقوق پرداختی به بازماندگان دریافت کند؛
 - 18 سال یا بیشتر سن داشته باشد و از وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر کمک مخصوص معلولین دریافت کند؛
 - 60 سال یا بیشتر سن داشته باشد و از استان بریتیش کلمبیا کمک درآمدی دریافت کند؛
 - 65 سال یا بیشتر سن داشته باشد و از صلاحیت GIS برخوردار باشد، اما الزام اقامت 10 ساله در کانادا را نداشته باشد؛
 - 18 سال یا بیشتر سن داشته باشد، در یک محل حفاظت شده برای ساکنین ابتدایی زندگی کند و از یک دفتر گروه کمک معلولیت دریافت کند؛ یا
 - 60 سال یا بیشتر سن داشته باشد و در یک محل حفاظت شده برای ساکنین ابتدایی زندگی کند و از یک دفتر گروه کمک دریافت کند؛ یا
- افراد همراه شخص معلول که در یک محل حفاظت شده زندگی می‌کنند و از گروه خود کمک دریافت می‌کنند باید برای کسب اطلاعات بیشتر با دفتر گروهشان تماس بگیرند.
- نام شما
 - شماره بیمه اجتماعی (SIN)
 - شماره تلفن
 - تاریخ تولد
 - زبان در صورتی که انگلیسی نیست



برنامه اتوبوس بدون کرایه BC

آدرس پستی:

PO Box 9985 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9R6

تلفن (تماس رایگان): 1 866 866-0800؛ سپس به فرمان‌ها عمل کنید

ایمیل: SDSIBUSPA@gov.bc.ca

در صورت تغییر نام یا آدرس، لطفاً با برنامه تماس بگیرید و مطمئن شوید درخواست و کارت عبور سال آینده را دریافت خواهید کرد.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Bus Pass Program» را جستجو کنید)

برنامه آموزش سفر اجتماعی: حمل و نقل BC

برنامه آموزش سفر اجتماعی یک خدمت رایگان است که به سالمندان و معلولینی که می‌خواهند از خدمات حمل و نقل عادی استفاده کنند، آموزش می‌دهد.

کسانی که کار آموزش سفر را انجام می‌دهند، اطلاعات زیادی درباره سیستم حمل و نقل دارند و با مشکلات پیش روی سالمندان و معلولین کاملاً آشنا هستند. این افراد تجربه کار با دستگاه‌های کمکی، وسایل حرکتی و نیازهای ویژه را داشتند و با سالمندان و کسانی که از آن‌ها مراقبت می‌کنند یا اعضای خانواده همکاری خواهند کرد و در هنگام استفاده از سیستم حمل و نقل، برای اطمینان، وضعیت این افراد را پیگیری می‌کنند.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 384-7723

وبسایت: www.bctransit.com

حمل و نقل قابل دسترسی

TransLink برای اطمینان از اینکه معلولین، سالمندان و مهاجران تازه وارد به راحتی و با آرامش از حمل و نقل عمومی در کلانشهر ونکوور استفاده می‌کنند، مجموعه‌ای از خدمات را ارائه می‌کند.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 953-3680

وبسایت: www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit.aspx

خدمات HandyDART

HandyDART یک خدمت استفاده مشترک از وسیله نقلیه برای مسافران معلول فیزیکی و معلولین شناختی است که نمی‌توانند بدون کمک از وسایل عادی حمل و نقل عمومی استفاده کنند.

حمل و نقل BC: برای پیدا کردن اطلاعات مربوط به HandyDART در وبسایت BC Transit، محل زندگی خود را جستجو نمایید، یا آن را روی نقشه بیابید، سپس روی «Rider Info» کلیک کنید.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 727-7811 (8 صبح تا 5 بعدازظهر،

دوشنبه تا جمعه)



تلفن (سایر مناطق) در BC: 250 385-2551

(8 صبح تا 4:30 بعداز ظهر، دوشنبه تا جمعه)

وبسایت: www.bctransit.com/victoria/riderinfo/handydart

TransLink: در کلانشهر ونکوور، لطفاً با مرکز منابع اجتماعی محلی خودتان تماس بگیرید، با شماره زیر به TransLink تلفن کنید یا به وبسایت TransLink مراجعه نمایید.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 575-6600

(8 صبح تا 6 بعداز ظهر، دوشنبه تا جمعه و 8 صبح تا 4 بعداز ظهر روز شنبه)

وبسایت: [www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit/](http://www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit/HandyDART.aspx)

HandyDART.aspx

برنامه HANDYCARD (TRANSLINK)

امتیاز پرداخت کرایه و سفر آسان برای یک همراه

HandyCard امکان مسافرت با مبلغ کرایه Concession را در اتوبوس، SkyTrain، SeaBus و West Coast Express فراهم می‌کند و یک همراه می‌تواند به صورت رایگان در کنار شما باشد.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 953-3333

(8 صبح تا 6 بعداز ظهر، دوشنبه تا جمعه و

8 صبح تا 4 بعداز ظهر روز شنبه)

برنامه پس‌انداز هزینه تاکسی

حمل و نقل BC: وقتی HandyDART امکان فراهم کردن نیازهای شما برای سفر را نداشته باشد، می‌توانید برای سفرهای یک طرفه از کوپن‌های Taxi Saver استفاده کنید. کوپن‌های Taxi Saver فقط در اختیار کسانی قرار می‌گیرد که در HandyDART ثبت‌نام دائمی کردند. با این کوپن‌ها هزینه کرایه تاکسی 50 کاهش پیدا می‌کند. برای استفاده از این برنامه باید یک HandyPASS داشته باشید.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 995-5618

ایمیل: taxi_saver@bctransit.com

TransLink (فقط کلانشهر ونکوور)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 778 452-2860

در خارج از ویکتوریای بزرگ یا کلانشهر ونکوور، با مسئول حمل و نقل محلی تماس بگیرید.

وبسایت: www.bctransit.com



منشور حقوق تاکسی

منشور حقوق تاکسی مجموعه‌ای از قوانین است که در آن انتظارات رانندگان تاکسی و مسافران مشخص شده است. هدف از منشور حقوق تاکسی ارتقاء خدمات تاکسی‌رانی در کلانشهر ونکوور است. مسافرین تاکسی حق دارند:

- توسط هر رانندگی تاکسی که در دسترس و مشغول کار است، سوار شده و به مقصدی که اعلام کردند، انتقال داده شوند؛
 - مبلغ مشخص شده را به صورت نقدی، با کارت‌های اعتباری قابل قبول یا کوپن Taxi Saver پرداخت کنند؛
 - در صورت درخواست، راننده به صورت محترمانه به آن‌ها کمک کند؛
 - همراه با سگ کمکی یا وسایل جابجایی قابل حمل سفر کنند؛
 - تاکسی تمیز باشد، کسی در آن سیگار نکشد و در وضعیت خوبی قرار داشته باشد؛
 - از مسیر مستقیم برود، یا از با صرفه‌ترین مسیر استفاده کند؛
 - در صورت درخواست فضایی آرام و ساکت داشته باشد؛ و
 - در صورت درخواست یک رسید با جزئیات ارائه شود؛
- برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این حقوق می‌توانید به قسمت زیر مراجعه کنید:
وبسایت: www.taxirights.gov.bc.ca

هزینه سفر با فرابر

BC Ferries

سالمندان B.C. در سنین +65 می‌توانند در بیشتر مسیرهای BC Ferries در روزهای دوشنبه تا پنجشنبه به صورت رایگان سفر کنند (از جمله در روز بزرگداشت در 11 نوامبر)، به جز در روزهای تعطیل. این موضوع فقط برای کرایه مسافر اعمال می‌شود. توجه: کرایه رایگان در مسیرهای شمالی اعمال نمی‌شود و در این مسیرها تخفیفی به میزان یک سوم کرایه یک مسافر برای سالمندان در نظر گرفته می‌شود. امکان تماس با بخش اطلاعات مشتریان و رزرو تلفنی وجود دارد.

تلفن (آمریکای شمالی، رایگان): 1 888 BC FERRY (1 888 223-3779)

تلفن (تلفن روی Rogers یا شبکه‌های TELUS Mobility): (*223) BCF*
تلفن (خارج از آمریکای شمالی): 1 800 223-3779

برای کسب اطلاعات بیشتر با BC Ferries تماس بگیری یا به وبسایت BC Ferries مراجعه کنید:

وبسایت: www.bcferrries.com



Inland Ferries

استفاده از Inland Ferries تحت قرارداد با وزارت حمل و نقل و زیرساخت قرارداد هستند برای عموم مردم رایگان است. این مسئله شامل مسافرین و خودروها می‌شود. مسیر و اطلاعات زمان‌بندی، به اضافه شماره تلفن‌ها برای مسیرهای شخصی به صورت آنلاین در دسترس هستند.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Inland Ferries» را جستجو کنید)

این اطلاعات همچنین بر روی شعبه دریایی وزارت حمل و نقل و زیرساخت، یا در DriveBC قابل دسترسی است.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 778 974-5387

وبسایت: www.drivebc.ca



پس انداز بیمه خودروی سالمندان

از تاریخ 1 سپتامبر 2019، سالمندانی که 65 سال یا بیشتر سن دارند، پس انداز پایه بیمه را تا سقف 40 سال تجربه رانندگی، دریافت می کنند. پوشش بیمه پایه، خودروهای تحت مالکیت یا لیزینگ که در هر ماه تقویمی برای مدت شش روز برای رفت و آمد، کار یا تحویل کالا استفاده می شوند، پوشش می دهد.

افرادی که بر اساس برنامه بازپرداخت مالیات سوخت دولت B.C. برای معلولین جهت بازپرداخت مالیات سوخت تأیید شدند هم ممکن است صلاحیت لازم برای دریافت 25 درصد تخفیف بیشتر روی بیمه Autoplan پایه را داشته باشند. برای اطلاع دقیق تر به فروشنده Autoplan خود مراجعه کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این تخفیفات با ICBC تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-3051

تلفن (کلانشهر ونکوور): 661-2800 604

وبسایت: www.icbc.com

(عبارت «Discounts and savings» را جستجو کنید)

گواهینامه های رانندگی

برای کسانی که بیش از 65 سال سن دارند، هزینه بعضی از خدمات ارائه شده از سوی دفاتر اعطای گواهینامه رانندگی ICBC کاهش پیدا می کند یا رایگان است.

کاهش هزینه روی این موارد اعمال می شود:

- تمدید گواهینامه های رانندگی
- اصل کارت شناسایی بریتیش کلمبیا

سرویس های رایگان عبارتند از:

- صدور کارت شناسایی بریتیش کلمبیا برای کسانی که دیگر رانندگی نمی کنند و گواهینامه رانندگی خود را تسلیم کردند؛ و
- معاینات جاده ای راننده از سوی RoadSafetyBC.
- برای کسب اطلاعات بیشتر با ICBC تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 950-1498

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 978-8300

وبسایت: www.icbc.com (عبارت «driver licensing» را جستجو کنید)



جعبه ابزار رانندگان سالمند

جعبه ابزار رانندگان سالمند اتحادیه خودروی کانادا (CAA) یک پورتال آنلاین است که برای کمک به رانندگان مسن‌تر در ارزیابی مهارت‌های رانندگی، اطلاعات از تغییر توانایی‌ها و در صورت نیاز، اصلاح و ارتقاء رانندگی آن‌ها طراحی شده است. هدف این منبع آنلاین که توسط CAA همراه با یک تیم متشکل از متخصصین سلامت و پزشکان ایجاد شده است، کمک به رانندگان مسن‌تر و عزیزانشان است تا:

- امکان ارزیابی خود و تصمیم‌گیری آگاهانه افزایش پیدا کند؛
- افزایش میزان آگاهی افراد از تغییرات فیزیکی مربوط به افزایش سن و خطرات احتمالی که ممکن است برای رانندگان مسن‌تر برای خودشان، مسافرتین و سایر کسانی که در جاده هستند، ایجاد کنند؛
- ارائه راه‌حل‌ها، گزینه‌ها و جایگزین‌های واقع‌گرایانه برای رانندگی؛ و
- کمک به افزایش آگاهی نسبت به مزایای مستقیم (و غیرمستقیم) که می‌توانند منجر به انتخاب‌ها و تصمیم‌گیری‌های مسئولانه در رابطه به نیازهای حرکتی شوند.

وبسایت: www.caa.ca/seniors/

گزارش معاینه پزشکی راننده و ارزیابی‌های راه ارتقاء یافته

از طریق برنامه آمادگی پزشکی رانندگان بریتیش کلمبیا، رانندگان مورد ارزیابی قرار می‌گیرند تا مشخص شوند که آیا از نظر جسمی، شناختی و پزشکی از آمادگی لازم برای رانندگی برخوردار هستند یا خیر:

- وقتی برای دریافت گواهینامه‌های رانندگی در بریتیش کلمبیا درخواست بدهند؛
- در فواصل زمانی مشخص در صورتی که یک گواهینامه رانندگی کلاس اقتصادی داشته باشند؛
- وقتی یک گزارش قابل اتکا از یک فرد حرفه‌ای در زمینه پزشکی، یک افسر پلیس، یک عضو نگران خانواده و سایر اشخاص (پزشکان، روانشناسان دارای مجوز و چشم‌پزشکانی که بر اساس قانون وسایل نقلیه موتوری ملزم به ارسال گزارش هستند) دریافت شود؛ و
- در فواصل زمانی مشخص از سن 80 سال به بعد، به دلیل اینکه با افزایش سن احتمال تأثیرگذاری وضعیت جسمی روی رانندگی افزایش پیدا می‌کند.

رانندگانی که یکی از معیارهای بالا را داشته باشند، از طریق پست یک گزارش معاینه پزشکی برای گواهینامه رانندگی (DMER) دریافت می‌کنند. این فرم باید توسط یک پزشک یا پرستار دارای مجوز بر اساس دستورالعمل‌های دقیقی که پشت برگه ذکر شده، تکمیل شود و سپس جهت بررسی به Road Safety BC ارسال گردد. در صورت تغییر وضعیت گواهینامه رانندگی یا در صورت نیاز به اطلاعات یا ارزیابی بیشتر جهت تأیید آمادگی جسمانی فرد برای رانندگی، به صورت کتبی اطلاع داده خواهد شد.



توجه داشته باشید که الزام به تکمیل DMER همیشه شامل یک Enhanced Road Assessment (ERA) نمی‌شوند؛ فقط درصد بسیار کمی از رانندگانی که DMER را تکمیل می‌کنند، ملزم به تکمیل ERA هستند.

برای کسب اطلاعات بیشتر یا مطرح کردن سؤالات عمومی درباره آمادگی جسمانی برای رانندگی و الزامات پزشکی، با RoadSafetyBC تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1-855-387-7747
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-7747

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «driver medical fitness» را جستجو کنید)
برای کسب اطلاعات بیشتر درباره گواهینامه رانندگی و آزمایشات رانندگی با ICBC تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 950-1498
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 978-8300

وبسایت: www.icbc.com

(عبارت «driver licensing and testing» را جستجو کنید)

پلاک خودرو برای کهنه‌سربازان

پلاک‌های مخصوص کهنه‌سربازان به کهنه‌سربازانی ارائه می‌شوند که:

- در طول جنگ خدمت کردند؛
 - پس از جنگ، در عملیات‌های حفظ صلح خدمت کردند؛ یا
 - در یکی از عملیات‌های NATO یا UN تحت فرماندگی نیروهای مسلح کانادا حضور داشتند، از جمله اعضای RCMP، پلیس شهری یا خدمات تأدیبی کانادا.
- برای درخواست جهت دریافت پلاک ویژه کهنه‌سربازان، فرم درخواست را از روی وبسایت ICBC چاپ یا یک نسخه از فروشنده Autoplan دریافت کنید.
- وبسایت: www.icbc.com (عبارت «veteran plates» را جستجو کنید)

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره فرایند درخواست یا الزامات تأیید صلاحیت، لطفاً با یکی از سازمان‌های زیر تماس بگیرید:

اتحادیه بزرگداشت کهنه‌سربازان بریتیش کلمبیا

وبسایت: www.bcveterans.org

Royal Canadian Legion/BC Yukon Command

وبسایت: www.legionbicyukon.ca

اتحادیه کهنه‌سربازان حافظ صلح کانادا

وبسایت: www.cpva.ca



وبسایت DriveBC با جدیدترین اطلاعات درباره وضعیت مهم‌ترین بزرگراه‌های استان بریتیش کلمبیا، به‌روز می‌شود. به وبسایت DriveBC مراجعه کنید یا برای دسترسی به اطلاعات هواشناسی، راهنمایی درباره مسافرت، مسیرهای مسدود، دوربین‌های اینترنتی، زمان‌های انتظار مرز ایالات متحده - B.C، برنامه زمانی Inland Ferries، برنامه زمانی BC Transit، BC Ferries، TransLink و سایر لینک‌ها و اطلاعات سفر مهم با شماره رایگان زیر تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 550-4997

وبسایت: www.drivebc.ca



برای کسب اطلاعات درباره برنامه‌ها و خدمات دولتی، به:
www.SeniorsBC.ca مراجعه کنید.

برای دریافت اطلاعات درباره سالمندی سالم و دریافت خدمات در
اجتماع خود، به اینجا مراجعه کنید:
www.HealthLinkBC.ca

یا از طریق شماره 8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید

مسائل مالی شما



حمایت از نیازهای مالی سالمندان

سالمندان در سراسر کانادا زندگی طولانی‌تری دارند و فعال‌تر هستند، درباره فناوری اطلاعات بیشتری دارند و بیش از هر زمان دیگری ثبات مالی پیدا کردند. اگرچه وضعیت بسیاری از سالمندان خوب است، اما عده‌ای با چالش‌های مالی روبرو هستند و ممکن است به حمایت نیاز داشته باشند.

با افزایش سن، برنامه‌ریزی مالی خوب می‌تواند به حفظ کیفیت زندگی افراد کمک کند. برنامه‌هایی در دسترس هستند که به سالمندان کم درآمد کمک مالی می‌کنند. از آن جمله می‌توان به برنامه‌های Old Age Security و Guaranteed Income Supplement و همچنین Senior's Supplement BC اشاره کرد.

یک فرد سالمند همچنین ممکن است برای کاهش میزان مالیاتی که پرداخت می‌کند، صلاحیت بهره‌مندی از مجموعه‌ای متنوع از اعتبارهای مالیاتی فدرال را داشته باشد. در این بخش اطلاعاتی درباره برنامه‌های امنیت دارایی و اعتبارات مالیاتی ارائه می‌شود.

بخش مربوط به ایمنی و امنیت شما، اطلاعاتی درباره برنامه‌ریزی برای زمان ناتوانی و نحوه تعیین یک نفر جهت اتخاذ تصمیمات قانونی و مالی در صورت ناتوانی شما در اتخاذ اینگونه تصمیمات و همچنین حفاظت از مشتریان و آموزش سرمایه‌گذاران درباره انواع کلاهبرداری، ارائه می‌کند.

تعمین مالی برای بازنشستگی

حقوق بازنشستگی برای سنین بالا

حقوق بازنشستگی برای سنین بالا (OAS) یا Old Age Security (OAS) یک حقوق ماهانه با بودجه فدرال است که به شهروندان کانادایی و ساکنین قانونی کانادا که 65 سال یا بیشتر سن دارند و از الزامات اقامتی برخوردار هستند، تعلق می‌گیرد.

افرادی که در کشور دیگری زندگی یا کار کردند که یک توافقنامه تأمین اجتماعی با کانادا دارد، بر اساس توافق انجام شده ممکن است صلاحیت استفاده از مزایای OAS کانادا یا آن کشور دیگر را داشته باشند.

نرخ مزایای OAS در ژانویه، آوریل، ژوئیه و اکتبر بررسی می‌شود تا افزایش هزینه‌های زندگی به گونه‌ای که در شاخص قیمت مصرف‌کننده اندازمگیری شده، برای آن در نظر گرفته شود. در صورت عدم دریافت یک نامه ثبت‌نام، فرد باید حداقل شش ماه قبل از تولد 65 سالگی یا تاریخی که صلاحیت دریافت مزایای OAS را پیدا می‌کند، درخواستش را ارائه نماید. از ژوئیه 2013، افراد می‌توانند برای افزایش مبلغ پرداختی ماهانه، دریافت حقوق بازنشستگی OAS خود را برای حداکثر 60 ماه پس از تاریخ کسب صلاحیت به تأخیر بیاورند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره OAS و تغییرات مختلف برنامه، با Service Canada تماس بگیرید یا به وبسایت آن مراجعه کنید.

تلفن (کانادا و ایالات متحده، انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914

تلفن (کانادا و ایالات متحده، فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، رایگان): 1 800 255-4786

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Old Age Security» را جستجو کنید)

درآمد کمکی تضمین شده

درآمد کمکی تضمین شده یا همان Guaranteed Income Supplement (GIS) یک مبلغ اضافه، علاوه بر حقوق بازنشستگی برای سنین بالا، در اختیار سالمندان کم درآمد و واجد صلاحیت در کانادا قرار می‌دهد. افراد باید برای دریافت GIS درخواست بدهند، که بر اساس درآمد سالانه، یا مجموع درآمد یک همسر یا زوج قانونی است که در اظهارنامه مالیات بر درآمد سالانه آن‌ها گزارش می‌شود.

اگر فرد همچنان واجد صلاحیت بماند و اظهارنامه مالیات بر درآمد خود را به موقع تکمیل کند، مزایای GIS هر ساله به صورت خودکار تمدید می‌شود. در صورتی که شخص اظهارنامه مالیات بر درآمد خود را به موقع تکمیل نکند، یا اگر به اطلاعات بیشتری نیاز باشد، متقاضی از طریق پست یک فرم تمدید دریافت خواهد کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره GIS، با Service Canada تماس بگیرید یا به وبسایت آن مراجعه کنید.

تلفن (کانادا و ایالات متحده، انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914

تلفن (کانادا و ایالات متحده، فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، رایگان): 1 800 255-4786

وبسایت: www.canada.ca/

(عبارت «Guaranteed Income Supplement» را جستجو کنید)

کمک مالی برای سالمندانی که حقوق بازنشستگی برای سنین بالا دریافت نمی‌کنند

سالمندانی که 65 سال یا بیشتر سن دارند و از صلاحیت لازم برای دریافت حقوق بازنشستگی برای سنین بالا و درآمد کمی تضمین شده برخوردار نیستند، ممکن است صلاحیت دریافت کمک درآمدی در برنامه اشتغال و کمک BC (BCEA) را داشته باشند. این صلاحیت بر اساس درآمد سالانه، دارایی‌ها و سایر عوامل تعیین می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 866 866-0800؛ دکمه 2 را فشار دهید

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت B.C. Income Assistance for Seniors not receiving OAS را جستجو کنید)

مقرری ماهانه/مقرری ماهانه برای بازمانده

سالمندانی که همسر یا زوج قانونی شخص دیگری هستند و هر دو حقوق بازنشستگی برای سنین بالا یا درآمد کمی تضمین شده دریافت می‌کنند، ممکن است صلاحیت استفاده از مزایایی به عنوان Allowance را داشته باشند. این Allowance مبلغی اضافه در اختیار افراد 60 تا 64 سال کم درآمد و واجد صلاحیت قرار می‌دهد. این مبلغ بر اساس مجموع درآمد یک فرد و همسر یا زوج قانونی او است.

در صورتی که همسر یا زوج قانونی یک فرد سالمند کم درآمد، 60 تا 64 ساله، فوت کند (یا قبلاً فوت کرده باشد)، همسر بازمانده می‌تواند تا سن 65 سالگی، مزایایی به عنوان Allowance for the Survivor دریافت کند. برای مشاهده تمام معیارهای تعیین صلاحیت به وبسایت Service Canada مراجعه کنید.

برای دریافت Allowance و Allowance for the Survivor باید درخواست بدهید. اگر فرد همچنان واجد صلاحیت بماند و اظهارنامه مالیات بر درآمد خود را به موقع تکمیل کند، این مزایای هر ساله به صورت خودکار تمدید خواهد شد.

در صورتی که اظهارنامه مالیات بر درآمد خود را به موقع تکمیل نکنید، یا اگر به اطلاعات بیشتری نیاز باشد، از طریق پست یک فرم تمدید دریافت خواهید کرد. با توجه به اینکه درآمد سالانه شما ممکن است هر سال تغییر کند، باید سالانه یا از طریق تکمیل یک فرم درخواست و یا با پر کردن اظهارنامه مالیات بر درآمد، اطلاعات درآمد خود را ارائه کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره Allowance و درباره Allowance for the Survivor، با Service Canada تماس بگیرید یا به وبسایت آن مراجعه کنید.

تلفن (کانادا و ایالات متحده، انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914

تلفن (کانادا و ایالات متحده، فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، رایگان): 1 800 255-4786

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «allowance for people aged 60-64» را جستجو کنید)

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «allowance for the survivor» را جستجو کنید)

طرح حقوق بازنشستگی کانادا

طرح حقوق بازنشستگی کانادا (CPP) حقوق بازنشستگی و سایر مزایای به کسانی ارائه می‌کند که از طریق اشتغال دارای دستمزد در کانادا، در این طرح شرکت داشتند. مبلغ مزایای CPP بر اساس مبالغ پرداختی شما در طول دوره اشتغالتان مشخص می‌شود. CPP در ژانویه هر سال با توجه به نرخ تورم تنظیم می‌شود تا با افزایش هزینه‌های زندگی مطابقت داشته باشند. برای دریافت مزایای CPP باید درخواست داد - مزایای بازنشستگی به صورت خودکار آغاز نمی‌شوند، به جز برای کسانی که در آغاز 65 سالگی، جزو دریافت‌کنندگان مزایای CPP برای معلولان هستند. درخواست برای CPP باید حداقل شش ماه قبل از زمان مورد نظر برای شروع پرداخت حقوق بازنشستگی CPP ارسال شود.

اگر شخصی برای شروع زود هنگام مزایای بازنشستگی CPP درخواست بدهد (سن 6064)، حقوق بازنشستگی کمتری دریافت خواهد کرد. اگر پس از سن 65 سالگی و در سن 70 سالگی درخواست بدهد، حقوق بازنشستگی بیشتری دریافت خواهد کرد. اگر برای شروع حقوق بازنشستگی در سن 65 سالگی درخواست بدهند، مبلغ حقوق بازنشستگی به صورت کامل بدون هیچ کاهشی، پرداخت خواهد شد.

افرادی که در یک کشور دیگر که با کانادا توافقنامه تأمین اجتماعی امضا کرده، کار کردند، یا افرادی که همسر یا زوج قانونی خود یا شخصی را از دست دادند که در یک کشور دیگر کار کرده است و آن کشور با کانادا توافقنامه تأمین اجتماعی دارد، ممکن است صلاحیت لازم برای دریافت مزایای از کانادا یا از آن کشور دیگر را داشته باشند.

برای افرادی که برای تعداد سال‌های لازم در CPP نقش داشتند، CPP پس از مرگ، یک مزایای فوت فقط برای یک بار و به صورت به بازماندگان پرداخت می‌کند. علاوه بر این، همسر یا زوج قانونی فرد ممکن است از صلاحیت لازم برای دریافت حقوق بازنشستگی ماهیانه برای بازماندگان برخوردار باشد. فرزندان وابسته تا سن 25 سال هم ممکن است صلاحیت دریافت مزایایی را داشته باشند (کسانی که بین سن 18 و 25 سال قرار دارند و باید به صورت تمام وقت مشغول به تحصیل باشند).

از سال 2019، طرح حقوق بازنشستگی کانادا (CPP) به تدریج بهبود پیدا خواهد کرد. این یعنی افراد در ازای پرداخت مبالغ بالاتر، مزایای بیشتری دریافت خواهند کرد. ارتقاء CPP فقط روی کسانی تأثیر خواهد گذاشت که از سال 2019 کسب درآمد می‌کنند و مبالغی را در اختیار CPP می‌گذارند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره CPP، با Service Canada تماس بگیرید.

تلفن (کانادا و ایالات متحده، انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914

تلفن (کانادا و ایالات متحده، فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، رایگان): 1 800 255-4786

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Canada Pension Plan» را جستجو کنید)

برای کسب اطلاعات بیشتر به قسمت سالمندان در حال کار دریافت‌کننده CPP ذیل قسمت سالمندان در حال کار در این بخش از راهنما مراجعه کنید.

امور کهنه‌سربازان کانادا

امور کهنه‌سربازان کانادا (VAC) مجموعه‌ای از خدمات و مزایا را در اختیار کهنه‌سربازان دارای صلاحیت، خانواده‌های آن‌ها و کسانی که از آن‌ها نگهداری می‌کنند، چه در منزل و هم در مراکز اجتماعی، قرار می‌دهد. مزایای معلولیت، کمک مالی برای کهنه‌سربازان و خانواده‌های آن‌ها، مراقبت بهداشتی، مراقبت در دوران مرخصی مراقبت اصلی، مراقبت تسکینی، تجهیزات ویژه و پشتیبانی برای ایجاد تغییر در منزل با توجه به نیازهای ویژه کهنه‌سربازان از جمله این خدمات هستند. به کمک VAC می‌توان تمام خدمات ارائه شده از سوی جامعه و استان برای برطرف کردن نیازهای کهنه‌سربازان، خانواده‌ها و پرستاران آن‌ها را در یک جا جمع کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر با امور کهنه‌سربازان کانادا تماس بگیرید یا به وبسایتشان مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 522-2122

وبسایت: www.veterans.gc.ca/eng/services

کمک به سالمندان

کمک به سالمندان پرداختی است که به صورت ماهیانه در اختیار سالمندان کم‌درآمدی که از حقوق بازنشستگی سنین بالای فدرال و درآمد کمی تضمین شده یا کمک‌های مالی فدرال استفاده می‌کنند، قرار می‌گیرد. در صورتی که سطح درآمد یک سالمند واجد صلاحیت از سطح تضمین شده از سوی استان کمتر باشد، برای جبران این تفاوت، درآمد کمی ارائه می‌شود. این درآمد به صورت خودکار به کسانی که صلاحیت دارند پرداخت می‌شود - نیاز به ارائه درخواست از سوی سالمندان نیست.

برای کسب اطلاعات بیشتر با مرکز تلفن Senior's Supplement تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 866-0800؛ دکمه 2 را فشار دهید

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Senior's Supplement Program» را جستجو کنید)

طرح‌های ثبت شده برای پس‌انداز بازنشستگی

یک طرح ثبت شده برای پس‌انداز بازنشستگی یا Registered Retirement Savings Plan (RRSP) طرح پس‌انداز بازنشستگی است که مزایای مالیاتی آنی را زمانی ارائه می‌کند که درآمد فرد به طور کلی بالاتر است و وقتی درآمد به طور کلی کمتر می‌شود، مالیات‌ها را برای سال‌های بعد به تأخیر می‌اندازد.

RRSP یک طرح پس‌انداز دوران بازنشستگی است که در آن کمک‌های واجد صلاحیت را می‌توان از اظهارنامه مالیاتی کسر کرد تا مبلغ مالیات پرداختی شما کاهش پیدا کند. افراد برای پرداخت کمک مالی به RRSP خود تا 31 دسامبر سالی که در آن 71 ساله می‌شوند، فرصت دارند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره RRSPها، به راهنمای مالیات بر درآمد خود یا وبسایت CRA مراجعه کنید:

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «registered retirement savings plans» را جستجو کنید)

مزایای بیمه کار

سالمندانی که مایل هستند پس از 65 ساله شدن همچنان کار کنند، درست مشابه سایر شاغلین در کانادا از صلاحیت لازم برای استفاده از مزایای بیمه اشتغال (EI) برخوردار هستند. باید از صلاحیت‌ها و ویژگی‌های لازم برخوردار باشید.

افراد می‌توانند به صورت همزمان درآمد حقوق بازنشستگی و مزایای EI خود را دریافت کنند. اگر کسی به کار برگردد و ساعت‌های قابل بیمه او برای دریافت شرایط حقوقی لازم جهت مطرح کردن یک ادعای بیمه کافی باشد، درآمد حقوق بازنشستگی فرد از مزایای EI او کسر نخواهد شد. درخواست برای مزایای بیمه کار را می‌توان به صورت آنلاین از این طریق ارائه کرد:

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Apply Employment Insurance benefits» را جستجو کنید)

برای کسب اطلاعات بیشتر با Service Canada تماس بگیرید

تلفن (تماس رایگان): 1 800 206-7218

اگر خویش‌فرما هستید و برای دسترسی به برنامه EI ثبت‌نام کردید، ممکن است بتوانید برای دریافت مزایای ویژه EI درخواست بدهید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره EI برای کانادایی‌ها خویش‌فرما، به وبسایت Service Canada مراجعه کنید.

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Apply EI self-employed» را جستجو کنید)

EI مزایای Compassionate Care را به کسانی که باید به طور موقت از کار فاصله بگیرند تا از یکی از اعضای خانواده که به شکل جدی بیمار است و در معرض خطر جدی مرگ قرار دارد مراقبت کنند، ارائه می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر، از جمله اینکه چه کسانی صلاحیت دارند و چگونه می‌توانند درخواست بدهند، به وبسایت Service Canada مراجعه کنید.

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «caregiving benefits and leave» را جستجو کنید)

EI مزایای بیماری را به کسانی ارائه می‌کند که به دلیل بیماری، جراحت یا قرنطینه شدن، قادر به کار نیستند. برای کسب اطلاعات بیشتر، از جمله اینکه چه کسانی صلاحیت دارند و چگونه می‌توانند درخواست بدهند، به وبسایت Service Canada مراجعه کنید.

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «EI sickness benefits» را جستجو کنید)

سالمندان شاغل دریافت‌کننده حقوق و مزایای CPP

افرادی که در زمان دریافت طرح حقوق بازنشستگی کانادا (CPP) همچنان مشغول به کار هستند و کمتر از 70 سال سن دارند، می‌توانند همچنان در CPP عضو باشند. کسانی که به CPP کمک مالی می‌کنند، از مزایای پس از بازنشستگی (PRB)، که درآمد فرد در زمان بازنشستگی را افزایش می‌دهد، برخوردار می‌شوند. افراد در صورتی واجد صلاحیت هستند که:

- 60 تا 70 سال سن داشته باشند
 - در حال کار باشند و به CPP کمک مالی کنند
 - از CPP یا طرح حقوق بازنشستگی کبک (QPP) حقوق بازنشستگی دریافت کنند.
 - برای دریافت این مزایا، افراد و کارفرمای آن‌ها باید به CPP کمک مالی کنند. افرادی که خویش‌فرما هستند باید هم سهم کارفرما و هم سهم کارمند را به CPP پرداخت کنند.
- پرداخت کمک مالی به CPP برای کسانی که حقوق بازنشستگی CPP را دریافت می‌کنند و کمتر از 65 سال هستند، الزامی است. از 65 سالگی، افراد می‌توانند به انتخاب خود به CPP کمک کنند یا از این کار صرف‌نظر نمایند.
- برای کسب اطلاعات بیشتر درباره نحوه انجام این انتخاب، یا درباره پرداخت کمک‌های مالی به CPP، به راهنمای مالیات بر درآمد مراجعه کنید، با سازمان درآمد کانادا تماس بگیرید یا به وبسایت زیر مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «CPP post-retirement benefit» را جستجو کنید)

اعتبارهای مالیاتی

اطلاعات زیر، اعتبارهای مالیاتی که ممکن است در زمان آماده کردن و ارسال اظهارنامه مزایا و مالیات بر درآمد سالیانه به افراد ارائه شوند، تشریح می‌کند.

مبلغ حق سالمندی

علاوه بر مبلغ شخصی پایه، افرادی که در طول سال 65 ساله (یا مسن تر) می‌شوند، ممکن است امکان دریافت مبلغ حق سالمندی را داشته باشند که به سالمندان واجد صلاحیت اجازه می‌دهد برای کاهش مالیات بر درآمد قابل پرداخت خود، اعتبار مالیاتی غیرقابل بازگشت دریافت کنند. مبلغی که افراد می‌توانند دریافت کنند با توجه به درآمد خالص آن‌ها است.

مبلغ درآمد حقوق بازنشستگی

افرادی که درآمد حقوق بازنشستگی، پرداخت‌های سنوات یا مستمری دریافت می‌کنند، ممکن است امکان دریافت مبلغ درآمد حقوق بازنشستگی را داشته باشند. از مبلغ درآمد حقوق بازنشستگی یک فرد دارای صلاحیت برای مشخص کردن مجموع اعتبارهای مالیاتی غیرقابل بازگشت مورد استفاده برای کاهش مالیات بر درآمد فدرال او، استفاده می‌شود.

مبالغ منتقل شده از همسر

ممکن است فرد قادر باشد مبلغ مزایایی که صلاحیت دریافت آن را دارد به همسر خود منتقل کند، اما نیازی نیست برای کاهش مالیات بر درآمد فدرال تا صفر از آن استفاده کند. برای مثال، یک همسر ممکن است بتواند مبلغ سن، مبلغ درآمد حقوق بازنشستگی یا مبلغ حقوق معلولیت را منتقل کند.

تقسیم درآمد حقوق بازنشستگی

افرادی که از صلاحیت‌های لازم برخوردار هستند ممکن است بخواهند درآمد حقوق بازنشستگی خود را با همسر یا زوج قانونی خود تقسیم کنند. با استفاده از تقسیم درآمد، افراد ممکن است بتوانند به خاطر مالیات بر درآمد، تا نیمی از درآمد بازنشستگی خود را به همسر یا زوج قانونی خود منتقل کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره نصف کردن درآمد حقوق بازنشستگی، لطفاً به راهنمای مالیات بر درآمد خود مراجعه کنید، با سازمان درآمد کانادا تماس بگیرید یا به canada.ca مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «pension splitting» را جستجو کنید)

سایر مبالغ

همچنین ممکن است افراد قادر باشند مبلغی را به عنوان هزینه‌های پزشکی درخواست و مبلغی را برای یک پرستار یا مراقبت تمام وقت در یک آسایشگاه دریافت کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً به راهنمای مالیات بر درآمد خود مراجعه کنید، با سازمان درآمد کانادا تماس بگیرید یا به وبسایتشان مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Medical expense tax credit» را جستجو کنید)

اعتبار مالیاتی معلولین

اگر توانایی‌های جسمی یا روانی اشخاص به شدت یا برای طولانی مدت آسیب دیده اند، ممکن است صلاحیت لازم برای ارائه درخواست اعتبار مالیاتی معلولین را داشته باشند. برای تأیید صلاحیت، فرم T2201، گواهی اعتبار مالیاتی معلولین را تکمیل کنید و به تأیید یک پزشک دارای صلاحیت برسانید. پس از تکمیل، فرم اصلی و تأیید شده را به مرکز مالیاتی خود ارسال کنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر، به راهنمای مالیات بر درآمد خود مراجعه کنید، با سازمان درآمد کانادا تماس بگیرید یا به canada.ca مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «disability tax credit» را جستجو کنید)

اعتبار مالیات کالاها و خدمات (GST)

اعتبار GST یک پرداخت فصلی بدون مالیات است که به افراد و خانواده‌های با درآمد کم و متوسط کمک می‌کند همه یا بخشی از GST پرداختی خود را جبران کنند.

برای دریافت پرداخت‌های مالیات GST، افراد باید هر ساله اظهارنامه مالیات بر درآمد خود را تکمیل کنند، حتی اگر در طول سال هیچ درآمدی کسب نکردند. سازمان درآمد کانادا از اطلاعات دریافتی از اظهارنامه‌های مزایا و مالیات بر درآمد برای محاسبه پرداخت‌های اعتبار مالیاتی استفاده می‌کند و به کسانی که صلاحیت دریافت اعتبار را دارند، اطلاع خواهد داد.

اگر یک همسر یا زوج قانونی دارید، فقط یک نفر از شما می‌تواند این اعتبار را دریافت کند. این اعتبار به شخصی پرداخت خواهد شد که اظهارنامه مالیاتی او ابتدا بررسی شده است و مبلغ بدون توجه به اینکه چه کسی (از زوجین) آن را دریافت می‌کند، یکسان خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر، به راهنمای مالیات بر درآمد خود مراجعه کنید، با سازمان درآمد کانادا تماس بگیرید یا به وبسایتشان مراجعه کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 387-1193

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «GST credit» را جستجو کنید)

اعتبار مالیات فروش

افراد در صورتی صلاحیت درخواست اعتبار مالیات فروش برای یک سال مالیاتی را دارند که در 31 دسامبر سال مالی مربوطه در B.C. سکونت داشته باشند و یکی از ویژگی‌های زیر را داشته باشند:

- 19 سال یا بیشتر سن داشته باشند؛

- یک همسر یا زوج قانونی داشته باشند؛ یا

- پدر یا مادر باشند.

افراد می‌توانند تا سقف \$75 برای خودشان و \$75 برای همسری که با او زندگی می‌کنند یا زوج قانونی خود درخواست کنند. در صورتی که مجرد هستند، این اعتبار به اندازه دو درصد از درآمد خالص آن‌ها بالاتر از \$15,000 کاهش پیدا می‌کند. در صورتی که با همسر خود در یک محل زندگی می‌کنند یا یک زوج قانونی دارند، این اعتبار به اندازه دو درصد از درآمد خالص خانواده بالاتر از \$18,000 کاهش پیدا می‌کند.

افرادی زمانی می‌توانند درخواست اعتبار مالیات فروش داشته باشند که اظهارنامه مالیات بر درآمد T1 خود را، با استفاده از فرم اعتبارهای بریتیش کلمبیا (BC479)، تکمیل کنند. در صورتی که این اعتبار از مبلغ مالیات بر درآمد قابل پرداخت فرد بیشتر باشد، امکان بازپرداخت آن وجود دارد. از طریق وبسایت زیر به فرم اعتبارهای بریتیش کلمبیا دسترسی پیدا کنید:

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «BC479» را جستجو کنید)

اعتبار مالیات اقدامات اقلیمی بریتیش کلمبیا

اعتبارهای مالیات اقدامات اقلیمی BC برای کمک به بازگشت هزینه مالیات کربن استان به ساکنان کم درآمد بریتیش کلمبیا طراحی شده است. این اعتبار مالیاتی با اعتبار GST/HST فدرال فصلی ترکیب می‌شود.

حداکثر مبلغ پرداخت سالیانه برای یک دوره از ژوئیه 2019 با ژوئن 2020 برابر با \$154.50 برای خود شما، \$154.50 برای همسر یا زوج قانونی شما و \$45.50 به ازای هر فرزند است (\$154.50 برای فرزند اول برای خانواده‌هایی که یک ولی دارند). برای افراد مجرد و بدون فرزند، حداکثر اعتبار به اندازه دو درصد از درآمد خالص آنها بالاتر از \$34,876 کاهش پیدا می‌کند. برای خانواده‌ها، حداکثر اعتبار به اندازه دو درصد از درآمد خالص تطبیق یافته خانواده بالاتر از \$40,689 کاهش پیدا می‌کند. استان درآمد خالص به صورت سالیانه با توجه به تورم استانی مشخص می‌شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر:

تلفن (تماس رایگان): 1 877 387-3332، دکمه 2 را فشار دهید
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-3332، دکمه 2 را فشار دهید
ایمیل: ITBTaxQuestions@gov.bc.ca
وبسایت: www.gov.bc.ca
(عبارت «climate action tax» را جستجو کنید)
وبسایت: www.canada.ca
(عبارت «BC climate action tax credit» را جستجو کنید)

در صورت جابجایی

در صورت تغییر آدرس فوراً به سازمان درآمد کانادا اطلاع دهید، حتی اگر از همان حساب پس‌انداز مستقیم استفاده می‌کنید و حساب بانکی شما هیچ تغییری نکرده است. با این کار اطمینان پیدا می‌کند که در فرایند انجام پرداخت اختلال یا توقیفی ایجاد نمی‌شود.

برای تغییر آدرس خود به اینجا بروید:

وبسایت: www.canada.ca
(عبارت «How to change your address» را جستجو کنید)

مالیات درآمد فردی و دریافتی‌های تراست - سازمان درآمد کانادا

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281
وبسایت: www.canada.ca
(عبارت «telephone numbers - CRA» را جستجو کنید)

یابنده کلینیک مالیات مجازی

این وبسایت اطلاعاتی دقیق درباره مالیات‌ها ارائه می‌کند. این سایت اطلاعات تماس افرادی که به سالمندان خدمات مالیاتی رایگان می‌دهند، ارائه می‌کند. شخصی در جامعه سالمندان که کارهای مالیاتی را بدون دریافت هزینه انجام می‌دهد.

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «free tax clinics» را جستجو کنید)

وکالتنامه

وکالتنامه یک سند قانونی است که به واسطه آن یک شخص (اشخاص) دیگر، به عنوان «وکیل» مشخص می‌شوند تا کارهای مرتبط با کسب و کار و دارایی‌های یک نفر را انجام بدهند و از طرف او تصمیمات مالی و قانونی بگیرند. می‌تواند دامنه بسیار گسترده‌ای داشته باشد یا فقط به یک موضوع خاص محدود شود. یک وکالتنامه «عادی» (غیرپایدار) در صورت ایجاد ناتوانی ذهنی برای یک نفر، پایان پیدا می‌کند. اگر یک فرد بخواهد اعتبار وکالتنامه ادامه پیدا کند، حتی در صورتی که دچار ناتوانی ذهنی شد و توان تصمیم‌گیری مالی را نداشت، می‌تواند به انتخاب خود یک وکالتنامه پایدار بدهد. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره برنامه‌ریزی زود هنگام برای مواقع عدم توانایی، از جمله وکالتنامه پایدار، لطفاً به بخش ایمنی و امنیت در این راهنما مراجعه کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر و دریافت فرم‌ها، به وبسایت Public Guardian and Trustee مراجعه کنید.

وبسایت: www.trustee.bc.ca

(عبارت «Personal Planning» را جستجو کنید)

ایمنی و امنیت





حفاظت و پشتیبانی وقتی به آن احتیاج دارید

با رشد روز افزون جمعیت سالمندان، برپیتیش کلمبیا خود را نسبت به ارائه اطلاعات و خدمات ضروری جهت پشتیبانی از ایمنی و امنیت سالمندان در استان، متعهد می‌داند. این بخش از راهنما اطلاعاتی درباره مشکل رو به رشد سوء رفتار و نادیده گرفتن سالمندان ارائه می‌کند. نگرانی‌هایی درباره اینکه یک سالمند قربانی سوء رفتار بوده یا نادیده گرفته می‌شود، و اضطراری بودن موضوع، را می‌توان به پلیس گزارش کرد (با شماره 1-1-9 وضعیت اضطراری محلی خود تماس بگیرید). اگر وضعیت اضطراری نیست، به اطلاعات تماس در این بخش ذیل عنوان پیشگیری از سوء رفتار و بی‌توجهی به سالمندان، مراجعه کنید.

در این قسمت همچنین اطلاعاتی درباره گزینه‌ها و منابع قانونی ارائه شده است که برای کمک به سالمندان توانمند در برنامه‌ریزی برای احتمال ناتوانی در آینده، در دسترس است. این موارد شامل اطلاعاتی درباره نحوه انتخاب یک نفر برای اتخاذ تصمیماتی در رابطه با مسائل قانونی و مالی، یا بهداشتی و مراقبت شخصی، در صورت ناتوانی یک نفر در تصمیم‌گیری، می‌شود. در یک طرح مراقبت زود هنگام اعتقادات، ارزش‌ها و آرزوهای شخصی درباره مراقبت سلامت مورد بحث قرار گرفته و نوشته شده است. در این بخش منابعی، مانند My Voice - Expressing My Wishes for Future Health Care Treatment ارائه شده است که به افراد کمک می‌کند طرح مراقبت زود هنگام خود را تهیه و اطمینان پیدا کنند مراقبت از آن‌ها بر اساس خواسته‌ها و آرزوهای خودشان انجام می‌گیرد.

کلاهبرداری هم یکی دیگر از نگرانی‌های رو به افزایش در رابطه با سالمندان است. در این بخش اطلاعاتی درباره سازمان‌هایی ارائه شده است که می‌توانند به سالمندان در حفاظت از خودشان در مقابل روش‌های کاری ناعادلانه و کلاهبرداری تحت عنوان سرمایه‌گذاری کمک کنند. علاوه بر این، اطلاعاتی درباره کمک‌ها و خدماتی که در دسترس قربانیان جرایم قرار دارد، ارائه شده و اطلاعات و منابعی وجود دارد که می‌تواند به سالمندان و خانواده‌هایشان کمک کند آماده شوند و در صورت بروز یک بحران طبیعی یا اضطراری، ایمن بمانند.



پیشگیری از سوءرفتار و بی‌توجهی به سالمندان

سوءرفتار و نادیده گرفته شدن در سنین بالا می‌تواند روی سلامت، استقلال و ایمنی افراد بزرگسال تأثیرگذار باشد. ممکن است سالمندان با روش‌های گوناگونی از آسیب، از جمله سوءرفتار یا نادیده گرفته شدن جسمی، عاطفی یا مالی از سوی افرادی که به آن‌ها متکی هستند و اعتماد دارند، روبرو شوند.

هل دادن، ضربه زدن، تهدید کردن، گرفتن پول و دارایی، ناتوانی در ارائه مراقبت کافی و محروم کردن از دارو یا دادن دارو به شکل نامناسب از جمله نمونه‌های سوءرفتار یا نادیده گرفتن سالمندان هستند. بسیاری از این موارد جزو جرائم کیفری هستند.

سوءرفتار با سالمندان می‌تواند در خانه، محیط‌های اجتماعی یا در داخل مؤسسات اتفاق بیفتد. در بیشتر موارد معمولاً سوءرفتار از سوی اعضای خانواده، مانند همسر یا کودکان، است اما ممکن است یک دوست یا پرستار هم این کار را انجام دهد.

در صورتی که نگران هستید یک سالمند قربانی سوءرفتار شده، مورد سوءاستفاده قرار گرفته یا نادیده گرفته می‌شود و در معرض خطر جدی است، با 1-1-9 تماس بگیرید. در مواردی که هیچ خطر جدی وجود ندارد، یا برای اطلاع از سوءرفتار با سالمندان یا نادیده گرفتن آن‌ها، با خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان (SAIL)، یا VictimLink BC تماس بگیرید. اگر خود فرد سالمند نمی‌تواند به تنهایی کمک بگیرد، نگرانی‌های خود را می‌توانید به سازمان‌های اختصاصی در اداره بهداشت، مراقبت بهداشتی استان گزارش کنید یا برای کسانی که دچار معلولیت هستند، مراتب را به Community Living BC گزارش کنید. اگر سوءرفتار شامل سوءاستفاده مالی یا سوءاستفاده از سوی تصمیم‌گیرنده جایگزین (برای مثال کسی که وکالت‌نامه دریافت کرده است) است، ممکن است Public Guardian و Trustee of British Columbia بتوانند کمک کنند. اطلاعات تماس این سازمان‌ها را می‌توان در قسمت زیر یا در فهرست نامه در پشت این راهنما مشاهده کرد.

بسیاری از شماره تلفن‌های فهرست شده در قسمت زیر خدمات TTY و ترجمه شفاهی هم ارائه می‌کنند. لطفاً برای اطلاع دقیق به فهرست‌نامه در پشت این راهنما مراجعه کنید.

Seniors First BC Society

Seniors First BC Society («انجمن») یک سازمان غیرانتفاعی است که برنامه و خدماتی برای پیشگیری از سوءرفتار با سالمندان ارائه می‌کند.

برنامه خدمات قربانیان

این برنامه در راستای ارائه اطلاعات، حمایت و ارجاع برای افرادی که 50+ هستند و قربانی سوءرفتار بودند، از جمله خشونت خانوادگی و جنسی، فعالیت می‌کند.

مراکز اتحادیه مراکز دوستی بومیان BC

مراکز اتحادیه مراکز دوستی بومیان BC اطلاعاتی در رابطه با آگاهی‌رسانی درباره سوءرفتار با سالمندان و پیشگیری از آن ارائه می‌کنند، از جمله اینکه مراکز دوستی محلی چه فعالیت‌هایی برای افزایش آگاهی درباره سوءرفتار با سالمندان و ارتقاء جایگاه سالمندان در جامعه شما انجام می‌دهند.

وبسایت: www.bcaafc.com

(عبارت «Elder Abuse» را جستجو کنید)



برنامه‌های قضایی

کلینیک حقوقی سالمندان (ELC)

از طریق این برنامه، این جامعه خدمات حقوقی را در اختیار سالمندان کم درآمد و کسانی که از آن‌ها مراقبت می‌کنند و امکان استخدام یک وکیل را ندارند، ارائه می‌دهد. این انجمن همچنین به صورت تلفنی مشاوره حقوقی خود را در سراسر استان در اختیار سالمندان و کسانی که از آن‌ها مراقبت می‌کنند، قرار می‌دهد.

برنامه حمایت قضایی (LAP)

از طریق این برنامه، این انجمن به سالمندان کمک می‌کند حقوق خود در رابطه به مستمری بازنشستگی، مشکلات محل اسکان استیجاری و بدهی را پیگیری کنند. در LAP، این انجمن به سالمندان کمک می‌کند از حقوقشان بهره‌مند شوند و راه خود را در میان دستورالعمل‌های دولتی پیدا کنند.

برنامه آموزش و تماس

این برنامه همچنین کارگاه‌های رایگانی برای آگاهی بخشی درباره سوءرفتار با سالمندان، سواد مالی، زورگویی و اجاره محل اقامت در اختیار سالمندان و گروه‌های اجتماعی برگزار می‌کند.

خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان (SAIL)

SAIL مکانی امن‌تر برای سالمندان و کسانی است که از آن‌ها مراقبت کنند، تا در آنجا با یک نفر درباره وضعیتی که در آن قرار دارند و اینکه چرا احساس می‌کنند قربانی سوءاستفاده و بدرفتاری قرار گرفتند صحبت کنند، یا اطلاعاتی درباره نحوه جلوگیری از سوءرفتار با سالمندان کسب می‌کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره برنامه فوق، با خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان تماس بگیرید.

خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان، 8 صبح تا 8 بعدازظهر هر روز (به جز روزهای تعطیل):

تلفن (تماس رایگان): 1 866 437-1940

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 437-1940

تلفن (TTY): 1 855 306-1443، 9 صبح تا 4 بعدازظهر،

دوشنبه تا جمعه

ترجمه شفاهی از ساعت 9 صبح تا 4 بعدازظهر،

دوشنبه تا جمعه در دسترس است

ایمیل: info@seniorsfirstbc.ca

وبسایت: www.seniorsfirstbc.ca



VictimLinkBC

VictimLink BC یک خدمت تلفنی رایگان، محرمانه، چند زبانه است که در سراسر B.C. و یوکان قابل دسترسی است. این برنامه خدمات اطلاعاتی و ارجاعی را در اختیار تمام قربانیان جرائم قرار می‌دهد و به قربانیان خشونت خانوادگی و جنسی، از جمله کسانی که برای کار یا ارائه خدمات جنسی، قربانی قاچاق انسان شدند، حمایت فوری بحرانی ارائه می‌کند. VictimLinkBC خدمات خود را به بیش از 110 زبان، از جمله 17 زبان بومی آمریکای شمالی، ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان در B.C. و یوکان): 1 800 563-0808

(24 ساعت روز، 7 روز در هفته)

وبسایت: www.gov.bc.ca عبارت «Victim Link BC» را جستجو کنید

سازمان‌های اختصاصی

پنج اداره بهداشت منطقه‌ای و همچنین Providence Health Care و Community Living BC جزو سازمان‌های اختصاصی هستند که ذیل قانون قیمومیت بزرگسالان فعالیت می‌کنند و وظیفه دارند درباره گزارش‌های مربوط به موارد مشکوک به سوءرفتار یا نادیده گرفته شدن بزرگسالان آسیب‌پذیر تحقیق کنند. برای گزارش موارد سوءرفتار، نادیده گرفته شدن یا نادیده گرفتن خود، چه در مراکز بهداشتی و چه در محیط‌های اجتماعی برای افراد سالمندی که خودشان به تنهایی توان دریافت حمایت و کمک را ندارند، با یکی از سازمان‌های اختصاصی زیر تماس بگیرید:

Fraser Health

تلفن (تماس رایگان): 1 877 REACT-08 (1 877 732-2808)

Interior Health

دفتر سالمندان آسیب‌پذیر و ناتوان: 1 844 870-4754

ایمیل: IHAdultguardianship@interiorhealth.ca

Island Health

تلفن (جزیره جنوبی، رایگان): 1 888 533-2273

تلفن (جزیره مرکزی، رایگان): 1 877 734-4101

تلفن (جزیره شمالی، رایگان): 1 866 928-4988

Northern Health

خط تلفن حفاظت از بزرگسالان (تماس رایگان): 1 844 465-7414

تلفن (پرنس جرج): 250 565-7414



Vancouver Coastal Health

تلفن برنامه حفاظت از بزرگسالان ReAct
(تماس رایگان): 1 877 REACT-99 (1 877 732-2899)
وبسایت: www.vchreact.ca

Providence Health Care Society

تلفن (تماس رایگان): 1 877 REACT-99 (1 877 732-2899)

Community Living BC (برای افرادی که دچار معلولیت هستند)

تلفن (تماس رایگان): 1 877 660-2522

سرپرست و متولی عمومی بریتیش کلمبیا

اگر لازم است سوءاستفاده مالی از یک فرد بزرگسال آسیب پذیر یا سوءرفتار از سوی تصمیمگیرنده جایگزین (برای مثال با وکالتنامه یا توافقنامه نمایندگی) را گزارش کنید، با Public Guardian and Trustee of British Columbia تماس بگیرید.

تلفن (Service BC، رایگان): 1 800 663-7867
(درخواست کنید شما را به Public Guardian and Trustee منتقل کنند)
وبسایت: www.trustee.bc.ca

ثبت نام برای زندگی همراه کمک

اگر اعتقاد دارید کسی در مراکز مراقبتی کمکی مورد سوءرفتار قرار گرفته یا نادیده شده است، می توانید با قسمت ثبت نام برای زندگی همراه کمک تماس بگیرید.

آدرس پستی:

PO Box 9638 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P1

تلفن (تماس رایگان): 1 866 714-3378
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 778 974-4887

ایمیل: hlth.assistedlivingregistry@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Assisted Living Registry» را جستجو کنید)



اتحادیه شبکه‌های پاسخ اجتماعی BC

اتحادیه شبکه‌های پاسخ اجتماعی BC، از طریق ایجاد شبکه‌های پاسخ اجتماعی ظرفیت اجتماعی لازم برای رسیدگی و جلوگیری از سوءرفتار با بزرگسالان، نادیده گرفتن آن‌ها و نادیده گرفتن خود در جوامع مختلف در BC را ایجاد می‌کند. هر شبکه پاسخ اجتماعی یک گروه متنوع از اعضا، سازمان‌ها و ارائه‌دهندگان خدمات نگران جامعه هستند که در کنار هم جمع شدند تا یک پاسخ اجتماعی هماهنگ نسبت به سوءرفتار با بزرگسالان، نادیده گرفته شدن آن‌ها و نادیده گرفتن آن‌ها توسط خودشان، ارائه کنند.

وبسایت: www.bccrns.ca

وزارت بهداشت

برای اطلاع از منابع در دسترس در رابطه با پیشگیری از سوءرفتار با سالمندان، شناسایی و پاسخ، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Elder Abuse» را جستجو کنید)

HealthLink BC

در هر زمان از روز برای یک مکالمه محرمانه، کسب اطلاعات بهداشتی غیراضطراری یا پشتیبانی در صورتی که خودتان یا یک نفر سوءرفتار با سالمندان را تجربه می‌کند یا درباره آن نگران است، از طریق شماره 8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید. در صورت درخواست تماس‌ها بی‌نام باقی می‌مانند. خدمات ترجمه با بیش از 130 زبان در دسترس قرار دارد.

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]، رایگان): 7-1-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

(عبارت «Elder Abuse» را جستجو کنید)



دفتر حمایت از سالمندان

دفتر حمایت از سالمندان در سال 2014 به عنوان یک دفتر مستقل در دولت استانی تأسیس شد. این اولین دفتر از این نوع در کانادا بود.

این دفتر حمایتی مسئول نظارت روی خدمات سالمندان، ارتقاء آگاهی از مشکلات و حمایت‌های سالمندان و همکاری برای شناسایی راه‌حل‌هایی جهت ارائه توصیه به دولت درباره مشکلات سیستم که در رشته‌های مهم و کلیدی پیش روی سالمندان قرار دارند، می‌باشد: مراقبت بهداشتی، مراقب شخصی، مسکن، حمل و نقل و حمایت درآمدی. این دفتر حمایتی گزارش‌هایی منظم ارائه می‌کند، نظرسنجی انجام می‌دهد و برای دریافت نظرات سالمندان، دینفعان و عموم مردم به سراسر استان سفر می‌کند. سالمندان در صورت نیاز به کسب اطلاع و ارجاع، به این دفتر مراجعه کنند.

دفتر حمایت از سالمندان

6th Floor – 1405 Douglas Street

Victoria BC V8W 9P4

تلفن (تماس رایگان): 1 877 952-3181

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 952-3181

ایمیل: info@seniorsadvocatebc.ca

وبسایت: www.seniorsadvocatebc.ca

برنامه‌ریزی زودهنگام برای مواقع عدم توانایی

برنامه‌ریزی برای آینده بسیار مهم است، مخصوصاً اگر احتمال دارد اتفاقی غیرمنتظره رخ بدهد و یک نفر دیگر قادر به تصمیم‌گیری درباره مراقبت بهداشتی و مراقبت شخصی یا مسائل مالی نباشد. برنامه‌ریزی دقیق می‌تواند به افراد و خانواده‌های آن‌ها کمک کند احساس آسودگی خاطر بیشتری داشته باشند و رویدادهای دشوار را مدیریت کنند. چندین گزینه و منبع قانونی در بریتیش کلمبیا در دسترس است که می‌تواند به سالمندان توانمند در برنامه‌ریزی برای احتمال ناتوانی در آینده، کمک کند. همچنین هیچ الزامی برای مراجعه به یک وکیل یا دفتر ثبت اسناد رسمی براس استفاده از فرم‌ها و مدارک زیر وجود ندارد، توصیه می‌شود افراد پیش از تکمیل آن‌ها مشاوره قانونی و پزشکی دریافت کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره گزینه‌های برنامه‌ریزی شخصی، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.trustee.bc.ca

عبارت «financial management and personal decision making»

را جستجو کنید)

My Voice – Expressing My Wishes for Future Health Care Treatment

(راهنما، کتاب کار و ویدیو به زبان انگلیسی و سایر زبان‌ها):

وبسایت: www.gov.bc.ca

عبارت «Advance Care Planning» را جستجو کنید)

Speak Up BC یک کتاب کار تعاملی و آنلاین است که به افراد کمک می‌کند یک طرح مراقبت زودهنگام را با توجه به آرزوها و خواسته‌های خودشان درباره تصمیمات مراقبت بهداشتی در صورت ناتوانی، تکمیل کنند.

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



وبسایت HealthLink BC منابعی درباره برنامه‌ریزی زود هنگام مراقبتی ارائه می‌کند.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

(عبارت «Advance Care Planning» را جستجو کنید)

First Nations Health Authority اطلاعات بیشتری درباره برنامه‌ریزی زود هنگام در اختیار دارد.

وبسایت: www.fnha.ca

(عبارت «Advanced Care Planning» را جستجو کنید)

برای دریافت فرم‌های استاندارد چاپ شده از سوی وزارت دادستانی کل جهت کمک به افراد در برنامه‌ریزی برای ناتوانی‌های احتمالی در آینده، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «incapacity planning» را جستجو کنید)

وکالتنامه پایدار

با یک وکالتنامه پایدار می‌توانید یک نفر را برای اتخاذ تصمیمات مالی و قانونی از طرف خود مشخص کنید. افراد در زمان دادن وکالت پایدار به دیگران باید از سلامت ذهنی و روانی برخوردار باشند. بر خلاف وکالتنامه «عادی» (ناپایدار) که در صورت ناتوانی ذهنی فرد پایان پیدا می‌کند، وکالتنامه پایدار حتی در صورت ناتوانی فرد، معتبر باقی می‌ماند. یک وکالتنامه پایدار می‌تواند گسترده یا بسیار خاص باشد.

توافقنامه نمایندگی

در یک توافقنامه نمایندگی، فرد یک نفر را به عنوان نماینده از طرف خودش انتخاب می‌کنند تا در صورت ناتوانی در تصمیم‌گیری، از طرف او تصمیم بگیرد. دو نوع توافقنامه نمایندگی وجود دارد - بخش 7 و بخش 9 - که دامنه‌های اجرایی متفاوت و الزامات ظرفیتی مختلفی دارند. ممکن است یک نماینده مجوز لازم برای اتخاذ تصمیمات شخصی و بهداشتی را داشته باشد و در بعضی موارد بتواند درباره مدیریت روزمره امور مالی یک فرد تصمیم‌گیری کند (بخش 7).



وصیت‌نامه پزشکی

یک وصیت‌نامه پزشکی به شکل مستقیم به ارائه‌دهنده(های) مراقبت پزشکی دستورالعمل‌هایی درباره درمان پزشکی که فرد مایل به پذیرش یا رد آن‌هاست، ارائه می‌کند، از جمله مداخله‌هایی که برای حفظ زندگی یا طولانی‌تر کردن زندگی صورت می‌گیرند. به طور کلی، مگر در صورتی که فرد یک نماینده داشته باشد، ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی باید به وصیت‌نامه پزشکی عمل کند و در رابطه با مواردی که در وصیت‌نامه پزشکی به صراحت ذکر شدند و لازم است در زمان نیاز اجرا شوند، از هیچکس درخواست رضایت‌نامه نخواهد کرد.

اگر برای مواقع عدم توانایی برنامه‌ریزی زودهنگام دارید

تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت

در شرایط خاص و بر اساس قانون B.C، ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی می‌تواند یک تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت (TSDM) تعیین کند. در صورتی می‌توان یک TSDM را انتخاب کرد که فرد توانایی لازم را نداشته و به تصمیم‌گیری درباره مراقبت بهداشتی نیاز دارد و از سوی دادگاه هیچ‌کدام (کمیته‌ای از افراد) یا نماینده دارای اختیاری برای تصمیم‌گیری درباره مراقبت‌های بهداشتی برای او تعیین نشده است و هیچ وصیت‌نامه پزشکی هم ندارد که به این تصمیم درباره مراقبت پزشکی مربوط باشد. TSDM باید تصمیم خود را بر اساس دستورالعمل‌های شناخته شده یا تمایلاتی که به شکل صریح در زمان توانایی فرد اظهار شدند، اتخاذ کند یا در صورتی که این تمایلات مشخص نیستند، مهم‌ترین منافع فرد را در نظر بگیرد. یک TSDM قادر نیست برای پذیرش یک سالمند در مراکز مراقبت طولانی مدت رضایت بدهد. راهنمای برنامه‌ریزی زودهنگام My Voice - Expressing My Wishes for Future Health Care Treatment بر روی وبسایت SeniorsBC در دسترس است و اطلاعات بیشتری همراه با یک فرم برای تهیه فهرست تماس به عنوان بخشی از طرح مراقبت زودهنگام، ارائه می‌کند.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Advance Care Planning» را جستجو کنید)

سرپرستی (Committeeship)

اگر یک فرد توانایی ذهنی خود را از دست بدهد و هیچ برنامه معتبری برای زمان ناتوانی تهیه نکرده باشد یا طرح او ناموفق باشد، ممکن است یکی از اعضای خانواده یا یک دوست بتواند از B.C یک درخواست داشته باشد. دادگاه عالی برای تعیین یک قیم، که با عنوان کمیته هم شناخته می‌شود، از طرف او تصمیم‌گیری می‌کند. یک قیم (کمیته) ممکن است برای تصمیم‌گیری درباره مراقبت بهداشتی از یک نفر و مسائل شخصی و/یا مالی و قانونی او انتخاب شود.

در بعضی مواقع، ممکن است Public Guardian and Trustee به عنوان قیم (کمیته دارایی) از سوی دادگاه انتخاب شود و ممکن است قیم اموال قانونی (کمیته دارایی) شود و در صورت صدور گواهی ناتوانی از سوی مسئولین بهداشتی مربوطه، مسئولیت امور



مالی و قانونی فرد بزرگسال را بر عهده بگیرد. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این فرایند به وبسایت www.trustee.bc.ca و Public Guardian and Trustee مراجعه کنید.

وبسایت: www.trustee.bc.ca (عبارت «financial management and personal decision making» را جستجو کنید)
راهنمای فرایند صدور گواهی ناتوانی:

www.trustee.bc.ca (عبارت «A Guide to the Certificate of Incapability Process» را جستجو کنید)

Nidus Personal Planning Resource Centre و ثبت نام

Nidus Personal Planning Resource Centre یک سازمان غیرانتفاعی و خیریه است. Nidus در رابطه با برنامه ریزی شخصی و قانونی برای اموری مانند پرداخت قبوض یا تصمیم گیری درباره مراقبت پزشکی در نتیجه بیماری، جراحات یا معلولیت، آموزش و کمک ارائه می کند. وبسایت Nidus اطلاعات و فرم هایی برای توافق نامه نمایندگی و همچنین اطلاعاتی درباره وکالت نامه پایدار، وصیت نامه های پزشکی و رضایت نامه های مراقبت بهداشتی ارائه شده است. این وبسایت همچنین اطلاعاتی در رابطه با مرگ با کمک پزشکی (MAiD) و برنامه ریزی دارایی (پس از مرگ) از جمله درباره وصیت نامه، ارائه می کند. Nidus برای اطلاعات و اسناد مهمی که ممکن است در زمان بروز بحران های بهداشتی یا فجایی مانند آتش سوزی جنگل ها یا سیل رخ بدهد، به عنوان یک محل ثبت مرکزی عمل می کنند. جهت کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً از این طریق با Nidus تماس بگیرید:

Nidus Personal Planning Resource Centre and Registry

1440 W. 12th Ave.

Vancouver BC V6H 1M8

پست صوت: 604 408-7414

ایمیل: info@nidus.ca

وبسایت: www.nidus.ca

مدرسه حقوق مردم

مدرسه حقوق مردم یک انجام غیرانتفاعی است که برای فراهم کردن امکان بهره گیری تمام اهالی بریتیش کلمبیا از عدالت قضایی، فعالیت می کند. هدف این انجمن ایجاد استانی است که در آن همه افراد از دانش، مهارت و اعتماد به نفس لازم برای حل مشکلات قضایی روزمره خود برخوردار هستند. این انجمن در رابطه با مشکلات قضایی هیچ راهنمایی حقوقی ارائه نمی دهد؛ با این حال، می تواند کسانی را برای کمک به شما معرفی کند و برخی منابع روی وبسایتش در دسترس است. ابزارهای برنامه ریزی فردی، که به زبان ساده نوشته شدند از این طریق در دسترس هستند:

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 331-5400

ایمیل: info@peopleslawschool.ca

وبسایت: www.peopleslawschool.ca

کتابچه ها به صورت چاپ شده یا در قالب دیجیتال در دسترس هستند؛ برای سفارش عمده به این آدرس مراجعه کنید:

www.crownpub.bc.ca

کلاس های زنده: در جوامع مختلف در سراسر BC - به وبسایت مراجعه کنید.



سرپرست و متولی عمومی بریتیش کلمبیا

وقتی یک نفر خودش توان اتخاذ تصمیمات قانونی، مالی یا بهداشتی را نداشته باشد، Public Guardian and Trustee (PGT) در بریتیش کلمبیا می‌تواند کمک کند. PGT انتخاب می‌شود تا از منافع قانونی و مالی فرزندان صیانت کند، منافع قانونی، مالی و مراقبت شخصی بزرگسالانی که برای تصمیم‌گیری به کمک نیاز دارند مدیریت کند و دارایی‌های اشخاص متوفی یا مفقود شده را اداره نماید. PGT به منافع سالمندانی که برای تصمیم‌گیری به اشکال زیر به کمک نیاز دارند، خدمت می‌کند.

رسیدگی به گزارش سوءرفتار

PGT برای رسیدگی به اتهامات مطرح شده درباره سوءرفتار، نادیده گرفتن شدن یا نادیده گرفتن خود از سوی سالمندان آسیب‌پذیر، با سازمان‌های اختصاصی (مسئولین بهداشت منطقه‌ای، Community Living BC و Providence Health Care) همکاری دارد. وقتی یک اتهام در رابطه با سوءرفتار و سوءاستفاده مالی مطرح شود، در صورت وجود خطر فوری برای دارایی‌های فرد بزرگسال، وجود دلایل کافی برای باور اینکه این بزرگسال امکان مدیریت مسائل مالی و قانونی خود را ندارد و هیچ شخص مناسب دیگری (خانواده یا دوست) از قدرت کافی برخوردار یا مایل است که از طرف فرد دست به اقدام بزند، PGT می‌تواند تحقیقاتی انجام بدهد. PGT ممکن است به طور خاص قادر به کمک در موارد زیر باشد:

- تحقیق درباره اقدامات افراد مورد اعتماد، نمایندگان یا کسانی که با وکالتنامه پایدار وکالت شخص را به عهده گرفتند، زمانی که فرد بزرگسال از توانایی لازم برخوردار نیست و نگرانی‌هایی درباره مدیریت مسائل مالی مطرح شده است؛
- مداخله یک سازمان ویژه در صورتی که فرد موارد سوءرفتار یا نادیده گرفتن شدن را تجربه می‌کند و خودش قادر به گرفتن کمک نیست؛
- بکارگیری تدابیر حفاظتی، از جمله محدود کردن موقت دسترسی به حساب‌های بانکی و جلوگیری از انتقال دارایی؛
- ارائه مشاوره برای وضعیت‌های پیچیده سوءرفتار، نادیده گرفته شدن یا نادیده گرفتن خود؛ و
- ارائه اطلاعات درباره گزینه‌های موجود.



تأیید یا فعالیت به عنوان تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت برای تصمیمات مراقبت پزشکی

در مواقعی یک فرد بزرگسال برای انجام مراقبت پزشکی قادر به ارائه رضایتنامه نیست یا از ارائه آن امتناع می‌کند و هیچ نماینده قانونی، خانواده یا دوستی ندارد که در فهرست قانونی کسانی که می‌توانند به عنوان تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت (TSDM) به جای بیمار رضایتنامه ارائه کنند حضور داشته باشند، ممکن است Public Guardian and Trustee (PGT) یک نفر را به عنوان TSDM مسئول نموده و به او اجازه بدهد درباره مراقبت بهداشتی از این فرد بزرگسال تصمیم‌گیری کند. در صورت نیاز، PGT خودش می‌تواند به عنوان آخرین TSDM دست به اقدام بزند.

وبسایت: www.trustee.bc.ca (روی گزارش‌ها و انتشارات کلیک کنید و ذیل قسمت قیمومیت بزرگسال، «اطلاعات مربوط به تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت که از سوی PGT تأیید می‌شود» را مشاهده کنید)

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره تصمیم‌گیرنده جایگزین موقت به قسمت اگر برای مواقع عدم توانایی برنامه‌ریزی زودهنگام ندارید مراجعه کنید.

فعالیت در یک کمیته برای اتخاذ تصمیم مالی جایگزین

وقتی دلیل کافی برای باور اینکه یک سالمند قادر به مدیریت مسائل مالی خود نیست وجود داشته باشد، فرد بزرگسال دارایی‌هایی دارد که به مدیریت نیاز دارند و هیچ شخص مناسبی برای مدیریت دارایی‌های این فرد بزرگسال در دسترس نیست، ممکن است PGT به عنوان کمیته برای بزرگسالان عمل کند و برای مدیریت مسائل یک فرد بزرگسال، تصمیمات جایگزین را از طرف او اتخاذ نماید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره قیمومیت/کمیته شخصی به قسمت اگر برای مواقع عدم توانایی برنامه‌ریزی زودهنگام ندارید مراجعه کنید.

در بعضی موارد، اگر هیچ شخص مناسبی در دسترس نباشد، ممکن است دادگاه PGT را برای اتخاذ تصمیم درباره مراقبت شخصی و بهداشتی از یک فرد بزرگسال انتخاب کند.

منابع Public Guardian and Trustee: چطور می‌توانید کمک کنید

وبسایت: www.trustee.bc.ca (عبارت «Personal Planning» را جستجو کنید)

وقتی PGT یک کمیته است

وبسایت: www.trustee.bc.ca

(عبارت «When the PGT is committee» را جستجو کنید)



خدمات دارایی و شخصی

زمانی که مسئول اجرا، وارث دارایی، ذینفع یا سایر افراد واجد صلاحیت، توانایی یا تمایل لازم برای اداره دارایی‌ها را نداشته باشند، Public Guardian and Trustee (PGT) می‌تواند این کار را انجام بدهد.

در شرایط مناسب، ممکن است PGT با انتخاب یک مسئول اجرا در یک وصیتنامه موافقت کند.

زمانی که یک شخص فوت می‌کند و از او یک وصیتنامه باقی مانده است، مسئول اجرا که در وصیتنامه ذکر شده است اولین کسی است که حق دارد کار مدیریت انجام مراسم خاکسپاری و اداره اموال را به عهده بگیرد. اگر این مسئول اجرا مایل نبود یا توانایی اقدام نداشت و هیچ شخص دیگری (یک مسئول اجرا جایگزین یا فرد ذینفع) وجود نداشت که تمایل و توانایی اداره اموال را به عهده بگیرد، ممکن است PGT این خدمت را ارائه کند. یک فرد بزرگسال می‌تواند از PGT به عنوان مسئول اجرای وصیتنامه خود نام ببرد. بزرگسالانی که در نظر دارند از PGT به عنوان مسئول اجرا نام ببرند باید برای مشاوره پیش از آماده کردن وصیتنامه با PGT تماس بگیرند.

اگر شخصی در B.C. بدون وصیتنامه فوت کند، قانون B.C. کسانی که از حق برگزاری مراسم خاکسپاری و اداره اموال برخوردار هستند، مشخص کرده است. اگر امکان پیدا کردن اعضای خانواده وجود ندارد یا برای اقدام در دسترس نیستند، ممکن است از PGT درخواست شود این خدمات را ارائه کند. برای کسب اطلاعات بیشتر با PGT تماس بگیرید.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-4444

تلفن (ویکتوریا): 250 356-8160

تلفن (کلونا): 250 712-7576

تلفن (Service BC، رایگان از تمام نواحی دیگر B.C.):

1 800 663-7867 (درخواست کنید شما را به

Public Guardian and Trustee به شماره 604 660-4444 انتقال بدهند)

ایمیل: mail@trustee.bc.ca

وبسایت: www.trustee.bc.ca

خدمات قربانیان و پیشگیری از جرم

در B.C. دولت از بیش از 160 برنامه خدمات قربانیان در سراسر استان حمایت می‌کنند که اطلاعات، ارجاع، حمایت عاطفی و کمک عملی را در اختیار قربانیان جرائم قرار می‌دهند.

در B.C. دولت همچنین از بیش از 250 برنامه در سراسر B.C. پشتیبانی می‌کند که به زنان و کودکان آسیب دیده از خشونت، کمک ارائه می‌کنند. از جمله این برنامه‌ها می‌توان به Stopping the Violence Counselling، برنامه PEACE (پیشگیری، آموزش، حمایت، مشاوره و توانمندسازی)، Outreach Services و خدمات Multicultural Outreach اشاره کرد. برای پیدا کردن یک برنامه در ناحیه خود، لطفاً از طریق شماره زیر با VictimLinkBC تماس بگیرید.

VictimLinkBC یک خدمات تلفنی رایگان، محرمانه و چند زبانه است که در سراسر B.C. و یوکان 24 ساعت شبانه روز، هفت روز هفته در دسترس است. این شماره خدمات



ایمنی و امنیت

اطلاعاتی و ارجاعی را در اختیار تمام قربانیان جرائم قرار می‌دهد و به قربانیان خشونت خانوادگی و جنسی، از جمله کسانی که برای کار با ارائه خدمات جنسی، قربانی قاچاق انسان شدند، حمایت فوری بحرانی ارائه می‌کند. VictimLinkBC خدمات خود را به بیش از 110 زبان، از جمله 17 زبان بومیان آمریکای شمالی، ارائه می‌کند. اگر شما یا شخصی که می‌شناسید قربانی یا شاهد یک جرم یا خشونت بوده است، از طریق شماره زیر برای دسترسی به یک برنامه خدمات قربانیان در ناحیه خود با VictimLinkBC تماس بگیرید.

VictimLinkBC؛ دسترسی 24/7

تلفن (تماس رایگان در B.C. و یوکان): 1 800 563-0808

وبسایت: www.victimlinkbc.ca

ممکن است بعضی قربانیان خاص از صلاحیت لازم برای دریافت مزایا و کمک مالی از طریق برنامه کمک به قربانیان جرائم (CVAP) از سوی دولت استانی برخوردار باشند. CVAP به قربانیان، خانواده درجه یک و بعضی از شاهدان کمک می‌کند با آثار ناشی جرائم خشونت‌آمیز را پشت سر بگذارند. این برنامه مزایای مالی ارائه می‌کند تا به بازگشت بخشی از ضررهای مالی کمک شود و در بازیابی و پشت سر گذاشتن اثرات جرم به افراد کمک می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره کمک مالی و مزایای مربوط به قربانیان جرائم، لطفاً به وبسایت زیر مراجعه کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Crime Victim Assistance Program» را جستجو کنید)

برای اطلاع از خدمات قربانیان و جلوگیری از وقوع جرم در جامعه خود، با استفاده از اطلاعات زیر با وزارت ایمنی عمومی و دادستان کل تماس بگیرید.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-5199

ایمیل: VictimServices@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «victim services or crime prevention» را جستجو کنید)

نکاتی برای ایمنی فردی

کارهای زیادی وجود دارد که افراد در سنین مختلف، از جمله سالمندان می‌توانند برای حفظ ایمنی شخص یخود انجام بدهند. پلیس سوار نظام سلطنتی کانادا (RCMP) در بریتیش کلمبیا نکاتی را در یک صفحه تحت این عنوان ارائه می‌کند: «Ageless Wisdom: Personal Safety».

وبسایت: www.rcmp.ca

(عبارت «Ageless Wisdom: Personal Safety» را جستجو کنید)



حقوق مالیات‌دهنده

مالیات‌دهندگان از حقوقی، از جمله حقوق مربوط به خدمات، برخوردار هستند که در منشور حقوق مالیات‌دهندگان تبیین شده است. تعاملات با اداره درآمد کانادا (CRA) بر مبنای این حقوق انجام می‌شود. برای مثال، مالیات‌دهندگان حق دارند به شکل حرفه‌ای، محترمانه و عادلانه با آن‌ها رفتار شود. همچنین حق دارند اطلاعات خود را به صورت کامل، دقیق، واضح و به موقع از CRA دریافت کنند. در صورت نگرانی درباره حقوق مالیات‌دهندگان، با دفتر بازرس مالیات‌دهندگان تماس بگیرید.

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Office of the Taxpayers' Ombudsman» را جستجو کنید)

تلفن (رایگان): 1 866 586-3839

انجمن خدمات قضایی

انجمن خدمات قضایی بعضی از مشکلات حقوقی خاص افرادی که با دستورالعمل‌های مالی خاص مطابقت داشته و صلاحیت دریافت کمک قضایی را دارند، پوشش می‌دهد. انجمن خدمات قضایی در این موارد به افراد کمک می‌کند:

- مشکلات جدی خانوادگی؛
 - موضوعات مربوط به حفاظت از کودک؛
 - مسائل قانون کیفری؛ و
 - بعضی از مسائل مربوط به مهاجرت، سلامت روانی و قانون زندان.
- خدمات کمک حقوقی شامل این موارد است:

- اطلاعات حقوقی برای افراد تا بتوانند مشکلاتشان را به صورت مستقل حل کنند؛
- راهنمایی حقوقی از یک وکیل برای کمک به افراد در حل کردن مشکلاتشان؛ و/یا
- نمایندگی حقوقی (یک وکیل که یک فرد را نمایندگی می‌کند) در دادگاه وقتی یک فرد با مشکلات حقوقی جدی مواجه شده و هیچ راهی برای حل آن ندارد.

برای کسب اطلاعات بیشتر، به دفتر کمک حقوقی محلی خود (فهرست‌ها در وب سایت انجمن خدمات قضایی وجود دارد) یا مرکز تماس اجتماعی تلفن کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 577-2525

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 408-2172

وبسایت: www.iss.bc.ca



حفاظت از مصرف‌کننده

حفاظت از مصرف‌کننده BC

بریتیش کلمبیا قوانینی برای حفاظت از مصرف‌کنندگان دارد حفاظت از مصرف‌کننده یک شرکت غیر انتفاعی است که همکاری نزدیکی با دولت دارد و کار قانون‌گذاری را در رابطه با صنعت گردشگری، فیلم، صنعت وصول مطالبات، وام‌دهندگان روز پرداخت، بازرسان خانه و بخش‌های از صنعت بازاریابی از راه دور و همچنین صنعت خدمات کفن و دفن یا سوزاندن اجساد، انجام می‌دهد.

این شرکت روی آموزش مصرف‌کنندگان و ذینفعان در بریتیش کلمبیا تمرکز دارد تا مطمئن شود تراکنش‌های مشتری با قوانین مربوطه همخوانی دارند. پس از نقض یک قانون حفاظتی، حفاظت از مصرف‌کننده می‌تواند دست به اقدامات اجرایی بزند.

این شرکت مسئول اداره Travel Assurance Fund نیز هست. این صندوق آخرین محل مراجعه و منبعی بالقوه برای تأمین خسارت آن دسته از خدمات مسافرتی است که هزینه آن‌ها پرداخت شده اما در ازای آن خدماتی دریافت نشده، زمانی که خدمات از یک آژانس مسافرتی دارای مجوز در B.C. خریداری شده باشند.

وبسایت حفاظت از مصرف‌کننده و خط تلفن رایگان آن اطلاعات لازم درباره حقوق و مسئولیت‌های مصرف‌کنندگان و مالکان کسب و کارها را بر اساس قوانین B.C. ارائه می‌کند.

اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان درباره یک تراکنش مشتری سوالی داشته باشید، حفاظت از مصرف‌کننده کار حل و فصل شکایت و ارجاع را از طریق مرکز تماس رایگان انجام می‌دهد. برای کسب اطلاعات بیشتر از این طریق با آن‌ها تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 888 564-9963

تلفن (کلانشهر و نکور): 604 320-1667

وبسایت: www.consumerprotectionbc.ca

ایمیل: info@consumerprotectionbc.ca

مسئول فروش وسایل نقلیه بریتیش کلمبیا

مسئول فروش وسایل نقلیه (VSA) در بریتیش کلمبیا یک سازمان مستقل و غیرانتفاعی است که از سوی قانون‌گذار برای اجرای قانون فروش وسایل نقلیه، که در بخش‌هایی از رویه‌های کسب و کار و قانون حفاظت از مصرف‌کننده در رابطه با مقررات ذیل این قوانین مشخص شده، ایجاد شده است.

VSA کار اعطای مجوز و نظارت بر روی فروشندگان حرفه‌ای وسایل نقلیه را انجام می‌دهد. VSA همچنین دوره‌های اجباری دریافت مجوز و ادامه تحصیلات را به تمام کارکنان نمایشگاه‌های خودرو که به صورت مستقیم با خریداران خودرو در بریتیش کلمبیا تعامل دارند، ارائه می‌کند.

VSA روی قانون حفاظت از مصرف‌کننده برای فروشندگان قانونی خودرو نظارت دارد، از جمله کار حل و فصل شکایت، حفاظت از مصرف‌کننده و بررسی و اعمال استانداردهای صنعتی را انجام می‌دهد. هدف ایجاد یک صنف فروش خودروی مورد احترام است که به عموم مردم مطلع خدمات رسانی می‌کند.



مسائل زیادی وجود دارد که مصرف‌کننده باید پیش از خرید یک خودروی نو یا دست دوم به آن‌ها توجه کند و VSA ابزار و اطلاعات مناسب برای کمک به مصرف‌کننده در اتخاذ تصمیم آگاهانه برای خرید را در اختیار او قرار می‌دهد.

برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً به وبسایت آن‌ها مراجعه کنید یا با شماره‌های زیر تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 877 294-9889
ایمیل: consumer.services@mvsabc.com
وبسایت: <https://mvsabc.com/>

آموزش سرمایه‌گذاری به پیشگیری کلاهبرداری از سالمندان کمک می‌کنند - کمیسیون اوراق بهادار BC

بسیاری از سرمایه‌گذاران پس‌انداز زندگی خود را در سرمایه‌گذاری‌های پر خطر یا کلاهبرداری از دست دادند، زیرا نمی‌دانستند باید چه خطرهایی را درک کنند، چه سؤالاتی را بپرسند، چطور تحقیق کنند و چطور نظر دیگران را درباره سرمایه‌گذاری بپرسند.

برای کمک به آموزش افراد درباره نحوه حفاظت از خودشان در مقابل کلاهبرداری، کمیسیون اوراق بهادار (BCSC) مجموعه‌ای از ابزار و منابع خود را در وبسایت آموزش سرمایه‌گذاران به آدرس InvestRight.org قرار داده است. افراد می‌توانند علائم هشدار کلاهبرداری، نحوه شناسایی سرمایه‌گذاری‌های دورغین و نحوه بررسی سابقه یک مشاور سرمایه‌گذاری را بیاموزند.

BCSC می‌تواند به یافتن پاسخ سؤالاتی درباره برنامه‌ریزی سرمایه‌گذاری، سرمایه‌گذاری‌های نامناسب و کلاهبرداری‌ها کمک کند. InvestRight.org یک منبع تک مرحله‌ای برای سرمایه‌گذاران است تا با استفاده از آن درباره نحوه اتخاذ تصمیمات آگاهانه درباره سرمایه‌گذاری آشنا شوند.

وبسایت: www.investright.org

چاگر یک فرد سالمند باشید یا یک عضو خانواده و یا حتی یک پرستار و مراقب، می‌توانید دست به اقدام بزنید و از افراد در مقابل کلاهبرداری حفاظت کنید. هوشیار باشید و فعالیت‌های مشکوک را به اطلاعات مقامات امنیتی برسانید. مراقبت و توجه شما ممکن است باعث نجات یک دوست، عضو خانواده یا یکی از اعضای جامعه شود و اجازه ندهد قربانی کلاهبرداری یک شیاد شوند.

برای گزارش یک کلاهبرداری، با BCSC تماس بگیرید یا روی وبسایت یک تیپ ارسال کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 373-6393
تلفن (کلان‌شهر و ونکوور): 604 899-6854
وبسایت: www.investright.org
(عبارت «Submit a Tip» را جستجو کنید)



آمادگی برای شرایط اضطراری و بحرانی

یکی از قسمت‌های مهم آماده‌سازی اضطراری استانی، آمادگی فردی است. همه مسئول هستند از کارهایی که باید در وضعیت اضطراری برای حفاظت از خود و عزیزانشان انجام بدهند، اطلاع داشته باشند. بیش از 50 خطر شناسایی شده در B.C. وجود دارد، از جمله آتش‌سوزی جنگل، زلزله، سونامی و سیل. آماده بودن می‌تواند تأثیر رویدادهای شدید مانند این را کاهش بدهد و در طول رویدادهایی با شدت کمتر، مثل قطع برق یا کولاک و طوفان هم کمک کند.

اقدامات بسیار آسانی وجود دارد که می‌توان جهت آمادگی برای وضعیت‌های بحرانی صورت داد. دولت فدرال توصیه می‌کند حداقل برای 72 ساعت در حالت آماده‌باش بمانید، با این حال بعضی از مسئولین، برای مثال در Capital Regional District (که منطقه ویکتوریای بزرگ و جزایر جنوبی خلیج را پوشش می‌دهد) امروزه توصیه می‌کنند برای حداقل هفت روز آماده بمانید. پر کردن صفحه اطلاعات شخصی و شماره‌های اضطراری در قسمت مخاطبین مهم در آغاز این راهنما می‌تواند اولین گام برای آماده شدن باشد. حتماً این موارد را قید کنید:

- خانواده و دوستان - شماره‌های تلفن و نشانی‌ها، از جمله مخاطبین در خارج از ناحیه (بهتر است در خارج از استان باشد)؛
- پزشک خانوادگی - شماره تلفن و آدرس؛
- تمام مخاطبین پزشکی دیگر مانند متخصصین، ارائه‌دهندگان تجهیزات ویژه، فیزیوتراپ‌ها، نزدیک‌ترین کلینیک‌های سرپایی و غیره؛
- شماره‌ها و آدرس‌های غیر اضطراری برای دو بیمارستان نزدیک؛
- مخاطبین شهرداری و مدیریت اضطراری محلی شما؛
- اطلاعات تماس BC Hydro، FortisBC و TELUS؛
- شماره تلفن‌های BC Drug and Poison Information Centre؛
- اطلاعات تماس داروخانه؛
- اطلاعات تماس دامپزشکی (در صورت نیاز)؛ و
- اطلاعات تماس مأمور بیمه.

یکی دیگر از مسائل مهم در آماده شدن برای وضعیت‌های اضطراری، صحبت با خانواده، دوستان و همچنین تمام کسانی که در مراقبت شما نقش دارد (برای مثال پزشک خانوادگی، ارائه‌دهنده خدمات مراقبت خانگی یا ارائه‌دهنده خانه مراقبت طولانی مدت) برای هماهنگ کردن نیازها است. درباره هرگونه نیاز پزشکی ویژه با پزشک خانوادگی خود صحبت کنید. این گام‌های آسان به آماده شدن شما کمک می‌کنند:

- یک فهرست مخاطب اضطراری تهیه و با افرادی که در فهرست هستند درباره اینکه چگونه می‌خواهید در طول یک وضعیت اضطراری با آن‌ها تماس بگیرید یا در صورت اجبار به ترک ساختمان سعی کنید در چه مکانی با هم ملاقات کنید، صحبت نمایید.
- یک بسته وضعیت اضطراری برای خانه و یک بسته «بردار و برو» همراه با اقلام ضروری که به آسانی بتوان آن را برداشت، آماده کنید.



یک بسته اضطراری باید حاوی اقلام زیر باشد:

- ☐ آب: چهار لیتر برای هر نفر، به ازای هر روز، برای حداقل سه روز جهت نوشیدن و نظافت.
- ☐ غذای فاسد نشدنی که می‌توانید بخورید و با محدودیت‌های احتمالی رژیمی شما مطابقت دارد.
- ☐ جعبه کمک‌های اولیه
- ☐ کپی جدیدترین نسخه‌هایتان
- ☐ یک عینک یدکی
- ☐ چراغ قوه با باتری‌های اضافه و یک چراغ قوه که با دست شارژ شود
- ☐ رادیو AM/FM با باتری‌های اضافه و یک رادیو که با دست شارژ شود
- ☐ لباس‌های مناسب فصل، کفش و لوازم بهداشتی
- ☐ نقشه محلی با یک محل مشخص برای ملاقات خانواده
- ☐ پول نقد به شکل اسکناس ریز
- ☐ وسایل اساسی و یک سوت برای علامت دادن و درخواست کمک
- ☐ کپی مدارک مهم مثل گواهی تولد و اطلاعات مالی/بیمه
- ☐ لوازم مورد نیاز حیوانات خانگی

بسته «بردار و برو» باید یک کوله پشتی یا چمدان کوچک چرخدار باشد که حاوی لوازم ضروری است و در صورت تخلیه فوری می‌توانید آن را بردارید این بسته باید نزدیک در یا داخل خود را باشد. به اضافه کردن اقلام زیر هم فکر کنید:

- ☐ بطری آب
- ☐ غذاهای فاسد نشدنی
- ☐ داروهای ضروری
- ☐ کپی نسخه‌ها
- ☐ کپیه مدارک ضروری از قبیل گواهینامه رانندگی، بیمه‌نامه و گواهی تولد
- ☐ پول نقد به شکل اسکناس ریز
- ☐ کلیدهای یدک خانه و ماشین
- ☐ لوازم ضروری حیوانات خانگی، در صورت لزوم
- ☐ چراغ قوه
- ☐ کفش‌های محکم

بسته «بردار و برو» را نزدیک درب، برای مثال در داخل کمد ورودی منزل، یا داخل خودرو قرار دهید. محتویات بسته اضطراری و «بردار و برو» را به شکل مرتبط بررسی و غذاها و داروهایی که فاسد شدند، تعویض کنید.



برای مواقع اضطراری یک برنامه داشته باشید. از مسیرهای خروجی خانه یا ساختمان اطلاع پیدا کنید و از کسی که باید در صورت وقوع حادثه با او تماس بگیرید، اطلاع پیدا کنید.

برنامه‌های زیر اطلاعات و منابع لازم برای کمک به افراد در آمده شدن برای مواقع اضطراری را ارائه می‌کنند. برای کسب اطلاعات ویژه درباره برنامه‌های اضطراری در ناحیه خود، از طریق شهرداری با برنامه اضطراری محلیتان تماس بگیرید. بسیاری از شهرداری‌ها بروشورهای آمادگی برای شرایط اضطراری ویژه ناحیه شما را ارائه نموده و به طور مرتب به صورت رایگان جلسات آمادگی برای شرایط اضطراری، برگزار می‌کنند. حتی ممکن است بتوان ترتیب لازم برای برگزاری یک جلسه آمادگی ویژه را داد، برای مثال اگر یک قشر به طور کامل علاقمند به حضور در آن باشند.

مدیریت اضطراری BC

مدیریت اضطراری (EMBC) BC برای ارتقاء ایمنی عمومی قبل، در طول و بعد از وضعیت‌های اضطراری و فجایع فعالیت می‌کند. EMBC اطلاعات مربوطه به خطرات موجود در B.C، آمادگی عمومی برای وضعیت اضطراری و آمادگی اضطراری ویژه هر خطر را در اختیار اهالی بریتیش کلمبیا قرار می‌دهد. مطالب چاپ شده و منابع زیادی دارند که می‌تواند به شما کمک کند برای شرایط اضطراری بر اساس نیازهای خودتان آماده شوید.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «emergency preparedness, response & recovery» را جستجو کنید)

اطلاعاتی درباره آمادگی در برابر شرایط اضطراری برای معلولین

این بخش از وبسایت مدیریت اضطراری BC اطلاعاتی درباره نحوه آماده شده برای کسانی ارائه می‌کند که ممکن است دچار مشکلات شنوایی، حرکتی، گفتاری، شناخته و غیره باشند.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Preparedness for People with a Disability» را جستجو کنید)

اطلاعات اضطراری BC

اطلاعات اضطراری BC اطلاعاتی بهروز درباره رویدادهای اضطراری در بریتیش کلمبیا ارائه می‌کند. می‌توانید بهروزرسانی‌های اضطراری در ناحیه خود دسترسی پیدا کنید، به مشاوره‌ها گوش کنید و از اطلاعات و منابع آمادگی برای وضعیت اضطراری استفاده کنید.

وبسایت: www.emergencyinfobc.gov.bc.ca



ShakeOut BC

ShakeOut BC یک تمرین سالیانه برای مقابله با زلزله است که در سومین پنجشنبه ماه اکتبر برگزار می‌شود. اطلاعات از اینکه در صورت وقوع زلزله چه کاری باید انجام داد، برای کمک به پیشگیری از جراحت بسیار مهم است. هر کجا که هستید، بنشینید! پناه بگیرید! صبر کنید!

وبسایت: www.shakeoutbc.ca

آماده شوید (دولت فدرال)

72 ساعت: کارزار *Is Your Family Prepared?* یک همکاری بین Public Safety Canada، صلیب سرخ کانادا، St. John Ambulance و The Salvation Army برای ارتقاء آمادگی در شرایط اضطراری است. این کارزار اطلاعاتی درباره آمادگی برای شرایط اضطراری و همچنین منابعی مانند راهنمای آمادگی در اختیار افراد قرار می‌دهد. راهنمای عمومی آماده شدن شما برای وضعیت‌های اضطراری و راهنمای آمادگی شرایط اضطراری برای معلولین/کسانی که نیازهای ویژه دارند، هر دو می‌توانند جزو منابع مفید برای سالمندان باشند. این راهنماها حاوی اطلاعات خاصی درباره آمادگی برای وضعیت‌های اضطراری هستند.

وبسایت: www.getprepared.ca

به صورت آنلاین به راهنمای آمادگی برای وضعیت اضطراری شما دسترسی پیدا کنید.

وبسایت: www.getprepared.gc.ca

(عبارت «Your Emergency Preparedness Guide» را جستجو کنید)

به صورت آنلاین به راهنمای آمادگی شرایط اضطراری برای معلولین/کسانی که نیازهای ویژه دارند دسترسی پیدا کنید.

وبسایت: www.getprepared.gc.ca

(عبارت «Disabilities/Special Needs» را جستجو کنید)

فهرست نامه



فهرست نامه

در قسمت زیر خدمات تشریح شده در این راهنما یا مواردی که به سالمندان ارائه می‌شوند، به ترتیب الفبا ذکر شدند.

A

Ability411

وبسایت: www.ability411.ca

Aboriginal Elders Transportation

(به برنامه حمل و نقل کهنسالان مراجعه کنید)

خدمات مراقبت حاد، خانگی و اجتماعی

برای پیدا کردن خدمات در جامعه خودتان به فهرستنامه HealthLink BC مراجعه کنید یا از طریق شماره 8-1-1 با HealthLink BC تماس بگیرید. می‌توانید با مراجعه به بخش سلامت شما در این راهنما، اطلاعات بیشتری درباره خدمات مراقبت خانگی و اجتماعی کسب کنید.

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، TTY رایگان): 7-1-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca/find

Adult Upgrading

برنامه Adult Upgrading در سرتاسر استان از طریق مؤسسات تحصیلات تکمیلی، مناطق آموزش و پرورش، مراکز آموزش بزرگسالان و به صورت آنلاین ارائه می‌شود. دوره‌های آموزشی Adult Upgrading به افراد کمک می‌کند سواد، توانایی‌های عددی و مهارت‌های آکادمیک خود را ارتقاء بدهند. وبسایت: www.upgradebc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «adult education» را جستجو کنید)

مزایای مراقبت ارزان از کودک

تلفن (تماس رایگان): 1 888 338-6622

دستگاه تلفنی برای ناشنوایان (TDD): 711 (در B.C.)

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «affordable child care benefit» را جستجو کنید)

مسکن ارزان برای سالمندان

(به BC Housing مراجعه کنید)

پس از فوت: وقتی کسی فوت می‌کند چه باید کرد

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «After a Death» را جستجو کنید)

BC دوستار افزایش سن (جوامع دوستار افزایش سن)

ایمیل: AgefriendlyBC@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «age-friendly» را جستجو کنید)

Al-Anon Family Groups BC/یوکان

Al-Anon به خانواده‌ها و دوستان افراد الکلی به شکل ناشناس، برنامه‌های خودیاری ارائه می‌کند.

وبسایت: www.bcyukon-al-anon.org

Alcoholics Anonymous BC/یوکان

در این وبسایت برنامه و فلسفه Alcoholics Anonymous تشریح و اطلاعات تماس برای گروه‌های حمایت محلی ارائه می‌شود.

وبسایت: www.bcyukonaa.org

مقرری ماهانه/مقرری ماهانه برای بازمانده

تلفن (کانادا و ایالات متحده، انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914

تلفن (کانادا و ایالات متحده، فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، رایگان): 1 800 255-4786

وبسایت‌ها: www.canada.ca

(عبارت «allowance for people aged 60-64» را جستجو کنید)

www.canada.ca

(عبارت «allowance for the survivor» را جستجو کنید)

انجمن آلزایمر B.C.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 667-3742

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 681-6530

ایمیل: info@alzheimerbcb.org

وبسایت: www.alzheimer.ca/en/bc

آمبولانس

(به خدمات اورژانسی سلامت BC مراجعه کنید)

خط پاسخ ارتروز

برای سؤالات روزمره، پاسخی وجود دارد. خط پاسخ ارتروز به عنوان یک منبع کمک و امید در کنار شماست.

10 صبح تا 4 بعدازظهر، دوشنبه تا جمعه تلفن (رایگان):

1 800 321-1433

تلفن (خدمات مترجم شفاهی، رایگان): 1 877 228-2557

انجمن آرتروز

تلفن (تماس رایگان): 1 866 414-7766
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 714-5550
ایمیل: info@bc.arthritis.ca
وبسایت: www.arthritis.ca/bc

ثبت نام برای زندگی همراه کمک

آدرس پستی:
PO Box 9638 STN PROV GOVT
Victoria BC V8W 9P1
تلفن (تماس رایگان): 1 866 714-3378
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 778 974-4887
ایمیل: HLth.assistedlivingregistry@gov.bc.ca
وبسایت: www.gov.bc.ca
(عبارت «Assisted Living Registry» را جستجو کنید)

تخفیفات بیمه اتوموبیل

(به قسمت تخفیفات بیمه خودروی سالمندان مراجعه کنید)

B

اطلاعات الکل و مواد مخدر و خط ارجاع BC

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-1441
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-9382

خدمات آمبولانس BC

(به خدمات اورژانسی سلامت BC مراجعه کنید)

اتحادیه شبکه‌های پاسخ اجتماعی BC

ایمیل: info@bccrns.ca
وبسایت: www.bccrns.ca

اتحادیه آسیب‌های مغزی BC

c/o Sea to Sky Meeting and Association Management Inc.
Suite 206, 201 Bewicke Ave.
North Vancouver BC V7M 3M7
ایمیل: info@brainstreams.ca
وبسایت: www.brainstreams.ca

BC Cancer Agency

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-3333
وبسایت: www.bccancer.bc.ca

BC Care Providers Association

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 736-4233
ایمیل: info@bccare.ca
وبسایت: www.bccare.ca

BC Centre for Disease Control (BCCDC)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 707-2400
وبسایت: www.bccdc.ca/our-services

BC Dental Association

تلفن (تماس رایگان): 1 888 396-9888
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 736-7202
ایمیل: info@yourdentalhealth.ca
وبسایت: www.yourdentalhealth.ca

خدمات اورژانسی سلامت BC

خدمات اورژانسی سلامت BC روی خدمات آمبولانس BC و خدمات انتقال بیمار BC نظارت دارد

در موارد فوریت پزشکی:

با 1-1-9 تماس بگیرید

در مکان هایی که امکان دسترسی به 1-1-9 وجود ندارد، با تلفن رایگان تماس

بگیرید: 1 800 461-9911

تلفن همراه/تلفن ماهواره ای از خارج از BC: 250-374-5937

وبسایت: www.bcehs.ca

تماس برای صدور صورتحساب آمبولانس:

British Columbia Ambulance Service Ambulance

Billing Department

PO Box 9676 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9P7

تلفن (تماس رایگان): 1 800 665-7199

وبسایت: www.bcehs.ca

(عبارت «pay your ambulance bill» را جستجو کنید)

BC Ferries

سالمندان B.C. در سنین +65 می‌توانند در بیشتر مسیرهای BC Ferries در روزهای دوشنبه الی پنجشنبه به صورت رایگان سفر کنند (از جمله در روز بزرگداشت در 11 نوامبر)، به جز در روزهای تعطیل. در مسیرهای شمالی، یک سوم کرایه برای مسافرین سالمند +65 در تمام سفرها تخفیف داده می‌شود. این موضوع فقط برای کرایه مسافر اعمال می‌شود.

اطلاعات مشتری و رزرو:

تلفن (تماس رایگان در آمریکای شمالی): 1 888 BC-FERRY
(1 888 223-3779)

تلفن (خارج از آمریکای شمالی): 1 800 223-3779

تلفن (تلفن روی Rogers یا شبکه‌های TELUS Mobility):
*BCF (*223)

وبسایت: www.bcferrries.com

B.C. Health Care System

تلفن (Service BC، رایگان): 1 800 663-7867

BC Healthy Communities Society

BC Healthy Communities Society یک سازمان غیرانتفاعی است که در سراسر استان فعالیت دارد و از جوامع سالم، پذیرا و خودکفا حمایت می‌کند.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 590-8442

ایمیل: bchc@bchealthycommunities.ca

وبسایت: www.bchealthycommunities.ca

B.C. Hospice Palliative Care Association

تلفن (تماس رایگان): 1 877 410-6297

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 267-7024

ایمیل: office@bchpca.org

وبسایت: www.bchpca.org

Housing Registry و BC Housing

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218

وبسایت: www.bchousing.org (عبارت «housing registry»
for housing providers را جستجو کنید)

دفتر لوئر مینلند تحت مدیریت مستقیم

تلفن: 604 609-7024

دفتر منطقه‌ای جزیره ونکوور

تلفن (تماس رایگان): 1 800 787-2807
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 475-7550

دفتر منطقه‌ای داخلی

تلفن (تماس رایگان): 1 800 834-7149
تلفن (پنتیکتن): 250 493-0301

دفتر منطقه‌ای شمالی

تلفن (تماس رایگان): 1 800 667-1235
تلفن (پرنس جورج): 250 562-9251

BC Hydro

برای اطلاعات از خدمات برق و بهرهوری انرژی:

وبسایت: www.bchydro.com

برای گزارش قطعی برق یا قطع اتصال سیم‌ها:

تلفن (تماس رایگان): 1 800 BCHYDRO (1 800 224-9376)

B.C. اعتبار مالیاتی اقدام اقلیمی کم درآمد

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «low income climate tax» را جستجو کنید)

خط اطلاعات سلامت روان BC

تلفن 310-6789 (نیاز به کد ناحیه نیست)

مزایای مراقبت موقت BC

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «who we cover PharmaCare» را جستجو کنید)

پارک‌ها BC - تخفیف هزینه کمپ

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

شرکای BC برای اطلاعات سلامت روانی و اعتیاد

تلفن (تماس رایگان): 1 800 661-2121
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 669-7600
ایمیل: bcpartners@heretohelp.bc.ca
وبسایت: www.heretohelp.bc.ca

B.C. اتحادیه پارک‌ها و تفرجگاه‌ها

تلفن (تماس رایگان): 1 866 929-0965
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 629-0965
وبسایت: www.bcrpa.bc.ca

کمیسیون اوراق بهادار BC

تلفن (تماس رایگان): 1 800 373-6393
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 899-6854
ایمیل: inquiries@bcsc.bc.ca
وبسایت: www.bcsc.bc.ca

B.C. پارک‌های اجتماعی سالمندان

وبسایت: www.gov.bc.ca
(عبارت «Seniors Community Parks» را جستجو کنید)

انجمن بازی‌های سالمندان BC (55+ BC Games)

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 778 426-2940
ایمیل: info@55plusbcgames.org
وبسایت: www.55plusbcgames.org

کارت خدمات BC

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «services card id» را جستجو کنید)

حمل و نقل BC

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 382-6161؛ تمام نقاط B.C.، با متصدی حمل و نقل محلی خود تماس بگیرید
ایمیل: transitinfo@bctransit.com
وبسایت: www.bctransit.com
(برای اطلاع از حمل و نقل در کلانشهر ونکوور به *TransLink* مراجعه کنید)

Better at Home

این برنامه، که تحت مدیریت United Way لوئر مینلند قرار دارد، در جوامع زیادی در سرتاسر استان، خدمات حمایت خانگی غیرپزشکی را در اختیار سالمندان قرار می‌دهد.

تلفن: 604-268-1312 (سؤالات عمومی)

وبسایت: www.betterathome.ca

Bounce Back: سلامت خود را بازیابید

برای کسانی که از افسردگی و اضطراب رنج می‌برند، درباره این برنامه با ارائه‌دهند مراقبت بهداشتی خود صحبت کنید.

وبسایت: www.bouncebackbc.ca

سلامت مغزی برای سالمندان

پنج گام آسان برای کمک به ارتقاء سلامت مغزی شما.

وبسایت: www.alzheimer.ca (عبارت «brain health» را جستجو کنید)

عوامل خطرناکه بیماری آلزایمر و کارهایی که می‌توانید برای کاهش خطرات انجام بدهید، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.alzheimer.ca (عبارت «risk factors» را جستجو کنید)

Building a Better B.C. for People with Disabilities

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «accessibility» را جستجو کنید)

تخفیف کرایه اتوبوس برای سالمندان

(به تخفیف کرایه ناوگان حمل و نقل برای سالمندان و برنامه اتوبوس بدون کرایه مراجعه کنید)

برنامه اتوبوس بدون کرایه

تلفن (تماس رایگان): 1 866-866-0800

- گزینه 1 - اگر از خدمات وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر استفاده می‌کنید*، شماره شناسایی شخصی و PIN خود، یا شماره بیمه اجتماعی خود را وارد کنید و سپس گزینه 1 را فشار دهید.
- گزینه 2 - اگر از خدمات وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر استفاده می‌کنید* و یک شماره شناسایی شخصی یا شماره بیمه اجتماعی ندارید، یا برای تمام درخواست‌ها، شماره تلفن 10-رقمی خود را وارد کنید و سپس گزینه 2 را فشار دهید.

* به معیارهای تعیین صلاحیت در وبسایت زیر مراجعه کنید.

ایمیل: SDSIBUSPA@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «bus pass program» را جستجو کنید)

طرح حقوق بازنشستگی کانادا

تلفن (کانادا و ایالات متحده، انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914
 تلفن (کانادا و ایالات متحده، فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915
 تلفن (ناشنوایان/کمشنوایان، رایگان): 1 800 255-4786
 وبسایت: www.canada.ca (عبارت «Canada Pension Plan»
 را جستجو کنید)

سازمان درآمد کانادا

تلفن (پرسش‌ها درباره تراست و مالیات درآمد فردی، رایگان):
 1 800 959-8281
 وبسایت: www.canada.ca (عبارت «revenue agency» را جستجو کنید)
 فرانسوی www.canada.ca (عبارت «agency revenue» را جستجو کنید)

ائتلاف کانادا برای سلامت روان سالمندان

روی ارتقاء و بهبود سلامت روان سالمندان کار می‌کند. به اطلاعات و ابزارهای موجود
 روی سایت سری بزنید:
 وبسایت: www.ccsmh.ca

مؤسسه تحقیق درباره مصرف مواد در کانادا

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 408-7753
 تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 472-5445
 ایمیل: cisur@uvic.ca
 وبسایت: www.uvic.ca (عبارت «cisur» را جستجو کنید)

انتخاب گزینه حمایتی برای زندگی مستقل (CSIL)

برای کسب اطلاعات بیشتر با ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود صحبت کنید.
 وبسایت: www.gov.bc.ca
 (عبارت «supports independent living» را جستجو کنید)

انتخاب تحرک

یک برنامه فعالیت جسمی 6-ماه با حمایت مربی به صورت 1-به-1.
 تلفن: 21787 604 875-4111 داخلی
 ایمیل: contact@choosetomove.info
 وبسایت: www.choosetomove.info

برنامه خود مدیریتی بیماری مزمن

(به خود مدیریتی BC مراجعه کنید)

دادگاه حل و فصل مدنی

(CRT) اکنون روشی برای حل مناقشات بین اقسار ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان در کانادا): 1 844 322-2292

ایمیل:

وبسایت: www.civilresolutionbc.ca

Cocaine Anonymous - ناحیه بریتیش کلمبیا

در این وبسایت برنامه و فلسفه Cocaine Anonymous تشریح و اطلاعات تماس برای گروه‌های حمایت محلی ارائه می‌شود.

وبسایت: www.ca-bc.org

مراکز اجتماعی و سایر سازمان‌های خدمات اجتماعی

در کتابچه تلفن خود به دنبال فهرست مراکز اجتماعی محلی بگردید یا برای مشاهده نکاتی درباره یافتن اطلاعات سازمان اجتماعی به وبسایت WelcomeBC مراجعه کنید.

وبسایت: www.welcomebc.ca

شبکه پاسخ اجتماعی

(به اتحادیه شبکه‌های پاسخ اجتماعی BC مراجعه کنید)

برنامه آموزش سفر اجتماعی

از طریق شماره 250 382-6161 با BC Transit تماس بگیرید و دکمه 0 را فشار دهید یا برای اطلاع از آموزش‌های سفر در ناحیه خود با ارائه‌دهنده محلی حمل و نقل تماس بگیرید. در ویکتوریا، کلونا، پرنس جورج و ورنن، با این شماره تماس بگیرید:

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 385-2551

وبسایت: <https://bctransit.com/travel-training-victoria/riderinfo/accessibility/travel-training>

تلفن (کلونا): 250 860-8121

وبسایت: <https://bctransit.com/kelowna-travel-training/riderinfo/accessibility/travel-training>

تلفن (پرنس جورج): 250 563-0011

وبسایت: <https://bctransit.com/prince-george-travel-training/riderinfo/accessibility/travel-training>

تلفن (ورنن): 250 545-7221

برنامه مالیات بر درآمد داوطلبان اجتماعی

برای اطلاع از برنامه مالیات بر درآمد داوطلبان اجتماعی، اطلاع از نحوه عضویت به عنوان یک داوطلب یا پیدا کردن یک سازمان اجتماعی در ناحیه خود برای عضویت، به وبسایت سازمان درآمد کانادا مراجعه کنید.

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «free tax clinics» را جستجو کنید)
فرانسوی: www.canada.ca (عبارت «comptoirs d'impôts gratuits» را جستجو کنید)

Compassionate Care Benefits

(به مزایای بیمه اشتغال *Compassionate Care* - [EI] مراجعه کنید)

پیام‌های تبریک

می‌توان برای یک تولد یا سالگرد ازدواج مهم، درخواست پیام تبریک کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر با دفتر پروتکل دولت استانی تماس بگیرید.

تلفن (Service BC، رایگان): 1 800 663-7867

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-1616

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «congratulatory messages» را جستجو کنید)

ارتباط با فناوری (مؤسسه نابینایان کانادا)

این طرح، آموزش مهارت‌های پایه دیجیتال را در سراسر کانادا ارائه خواهد کرد. دوره‌های آموزشی در جلسات حضوری و از طریق کنفرانس برگزار خواهد شد و شرکت‌کنندگان را با فناوری‌های کمکی و تطبیقی برای کمبینایان آشنا خواهد کرد تا دانش، مهارت‌ها، تفکر انتقالی و مدیریت اطلاعات در دنیای سواد دیجیتال را بیاموزند. شرکت‌کنندگان به نحوه استفاده از برنامه‌ها، رسانه‌های اجتماعی، موتورهای جستجو و سایر ابزار ارتباطی آشنا می‌شوند و به شکلی ایمن و مؤثر در مباحث مربوط به اقتصاد دیجیتال و اجتماعات خود شرکت خواهد کرد.

ایمیل: info@cnib.ca

خدمات کنسولی

(به خدمات کشورهای خارجی مراجعه کنید)

حفاظت از مصرف‌کننده BC

تلفن (تماس رایگان): 1 888 564-9963

وبسایت: www.consumerprotectionbc.ca

پیشگیری از جرائم و نظارت اجتماعی
با اداره پلیس محلی یا قسمت RCMP تماس بگیرید.
(به خدمات قربانیان هم مراجعه کنید)

اتحادیه خط تماس بحرانی BC

برای پشتیبانی بحرانی سلامت روان:

تلفن (تماس رایگان): 1 800 784-2433 (1 800 SUICIDE)

برای اطلاعات و پشتیبانی سلامت روان:

تلفن (تماس رایگان): 310-6789 (نیاز به کد ناحیه نیست)

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره خطوط بحران در B.C. به وبسایت زیر مراجعه کنید:

وبسایت: www.crisislines.bc.ca

D

خط کمک برای زوال عقل (First Link®)

تلفن (تماس رایگان): 1 800 936-6033، 9 صبح تا 4 بعدازظهر، دوشنبه تا جمعه

South Asian Dementia Helpline: 1 833 674-5003

وبسایت: www.alzheimerbc.org

(همچنین به انجمن آلزایمر B. C. و خط کمک زوال عقل First Link® مراجعه کنید)

انجمن دیابت کانادا

تلفن (تماس رایگان): 1 800 226-8464

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 732-1331

ایمیل: info@diabetes.ca

وبسایت: www.diabetes.ca

Disability Alliance BC

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-1278

وبسایت: www.disabilityalliancebc.org

اعتبار مالیاتی معلولین

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281

وبسایت: www.canada.ca/disability

خط کمک خشونت خانگی (VictimLink BC)

تلفن (تماس رایگان): 1 800 563-0808، 24 ساعت شبانه روز، هفت روز هفته
وبسایت: www.domesticviolencebc.ca

DriveBC

تلفن (تماس رایگان): 1 800 550-4997
وبسایت: www.drivebc.ca

گزارش معاینه پزشکی راننده و ارزیابی‌های آزمایشی راه ارتقاء یافته (RoadSafetyBC)

تلفن (تماس رایگان): 1 855-387-7747
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-7747
وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «driver medical fitness» را جستجو کنید)

گواهینامه‌های رانندگی (ICBC)

تلفن (تماس رایگان): 1 800 950-1498
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 978-8300
وبسایت: www.icbc.com/driver-licensing

رانندگی - CAA جعبه ابزار رانندگان سالمند

اطلاعاتی برای کمک به رانندگان سالمند و کسانی که از آن‌ها حمایت می‌کنند برای ارزیابی مهارت‌های رانندگی، اطلاعات از تغییر در توانایی‌ها و، در صورت نیاز، اصلاح عادت‌های رانندگی
وبسایت: www.caa.ca/seniors

E

جلوگیری از سوءرفتار با سالمندان

در صورت بروز وضعیت اضطراری، همیشه با شماره 1-1-9 یا شماره وضعیت اضطراری که در جلوی دفترچه تلفنتان قرار دارد، تماس بگیرید. می‌توانید در بخش ایمنی و امنیت شما در این راهنما، مطالب بیشتری درباره پیشگیری از سوءرفتار با سالمندان مطالعه کنید.
برای اطلاع، ارجاع، پشتیبانی:

خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان (SAIL)

تلفن (تماس رایگان): 1 866 437-1940
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 437-1940
وبسایت: www.seniorsfirstbc.ca

VictimLink BC

تلفن (تماس رایگان در B.C. و یوکان): 1 800 563-0808، 24 ساعت شبانه روز، هفت روز هفته
تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 604 875-0885 (برای اعمال هزینه تماس توسط گیرنده، لطفاً با TELUS Relay Service به شماره 1-1-7 تماس بگیرید)
متن: 604 836-6381
ایمیل: VictimLinkBC@bc211.ca
وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «VictimLink BC» را جستجو کنید)
(همچنین به *BC Centre for Elder Advocacy and Support* و *Public Guardian and Trustee* و خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار سالمندان در این فهرست‌نامه مراجعه کنید)

برنامه حمل و نقل کهنسالان

B.C. مراکز اتحادیه مراکز دوستی بومیان
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 388-5522
تلفن (تماس رایگان): 1 800 990-2432
ایمیل: frontdesk@bcaafc.com
وبسایت: www.bcaafc.com/help/elders

اطلاعات اضطراری BC

اطلاعات اضطراری BC اطلاعاتی به‌روز درباره رویدادهای اضطراری در بریتیش کلمبیا ارائه می‌کند.

وبسایت: www.emergencyinfobc.gov.bc.ca

مدیریت اضطراری BC

مدیریت اضطراری BC برای ارتقاء ایمنی عمومی قبل، در طول و بعد از وضعیت‌های اضطراری و فجایع فعالیت می‌کند.

وبسایت: www.gov.bc.ca/PreparedBC

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Emergency Management BC» را جستجو کنید)

مزایای بیمه کار (EI)

تلفن (Service Canada، رایگان): 1 800 206-7218

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «employment insurance benefits» را جستجو کنید)

El Compassionate Care Benefits

El مزایای Compassionate Care را به کسانی که باید به طور موقت از کار فاصله بگیرند تا از یکی از اعضای خانواده که به شکل جدی بیمار است و در معرض خطر جدی مرگ قرار دارد مراقبت کنند، ارائه می‌کند.

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Caregiving benefits and leave» را جستجو کنید)

مزایای بیماری EI

El مزایای بیماری را به کسانی ارائه می‌کند که به دلیل بیماری، جراحات یا قرنطینه شدن، قادر به کار نیستند.

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «sickness benefits» را جستجو کنید)

شعبه استانداردهای اشتغال

این شعبه مقررات و قانون استانداردهای اشتغال را اجرا می‌کند که حداقل استانداردهای حقوقی و وضعیت کاری در بیشتر محل‌های کار را تعیین می‌کند.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-3316

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «employment standards» را جستجو کنید)

پشتیبانی کاری برای کارکنان مسن‌تر

(به برنامه کارکنان مسن‌تر و *WorkBC* مراجعه کنید)

آموزش زبان انگلیسی

آموزش رایگان زبان انگلیسی، با بودجه دولت کانادا، در دسترس بزرگسالانی است که به تازگی وارد B.C. شدند و اقامت دائم دارند یا تحت حفاظت هستند. مؤسسات عمومی تحصیلات تکمیلی هم دوره‌های بدون شهریه زبان انگلیسی ارائه می‌کنند.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Learn English» را جستجو کنید)

F

طرح Fair PharmaCare

(به *PharmaCare* مراجعه کنید)

جلوگیری از سقوط

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «fall prevention» را جستجو کنید)

وبسایت: <https://findingbalancebc.ca/>

پرستاران خانوادگی بریتیش کلمبیا

خط تلفن حمایت از پرستار (تماس رایگان): 1 877 520-3267

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 384-0408

وبسایت: www.familycaregiversbc.ca

اعتبارهای مالیاتی غیرقابل بازگشت فدرال و استانی

فدرال

تلفن (تماس رایگان): 1 800 959-8281

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Provincial and territorial tax and credits» را جستجو کنید)

استانی

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «British Columbia income tax credit» را جستجو کنید)

برنامه‌های فدرال

برای اطلاع از تمام برنامه یا خدمات دولت کانادا، با Service Canada تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 O-Canada (1 800 622-6232)

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 1 800 926-9105

وبسایت: www.servicecanada.gc.ca

Seniors Canada On-Line

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «programs and services for seniors» را جستجو کنید)

فرابرها

اطلاعات مربوط به BC Ferries و Inland Ferries در B.C. در بخش ایاب و ذهاب این راهنما در دسترس قرار دارد.

(به BC Ferries و Inland Ferries در فهرست‌نامه هم مراجعه کنید)

خط کمک زوال عقل® First Link

وبسایت: www.alzheimerbc.org

(همچنین به انجمن آلزایمر B. C. و خط کمک زوال عقل® First Link مراجعه کنید)

مجوزهای ماهیگیری (با قلاب) و شکار برای سالمندان

برای اطلاع از مجوزهای ماهیگیری (با قلاب):

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «fishing license» را جستجو کنید)

برای اطلاع از مجوزهای شکار:

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «hunting license» را جستجو کنید)

خدمات کشورهای خارجی

در B.C. Office of Protocol دولت اطلاعات تماس بیش از 70 کشور که در این استان کنسولگری دارند را در اختیار شما قرار می‌دهد.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «office of protocol» را جستجو کنید)

برای اطلاعات مربوط به تماس با سایر کشورها که از طریق سفارتخانه‌ها و کمیسیون‌های بلندیپایه در اتاوا امکان پذیر است، به وبسایت زیر مراجعه کنید.

وبسایت: www.international.gc.ca/protocol-protocole

G

شبکه مربیان دیجیتال Gluu

این طرح، مهارت‌های پایه دیجیتال را در اختیار سالمندان بریتیش کلمبیا قرار خواهد داد. Gluu Technology Society یک شبکه از «مربیان همسان دیجیتال» را جذب و پشتیبانی خواهد کرد که قادر باشند پشتیبانی و آموزش مهارت‌های دیجیتال را در اختیار سالمندان جوامع خودشان قرار بدهند. شرکت‌کنندگان با مجموعه‌ای از مهارت‌ها آشنا خواهند شد، از جمله: نحوه استفاده از ایمن از WIFI عمومی، پیمایش امن در اینترنت، مدیریت حساب‌های آنلاین، شناسایی ایمیل‌های کلاهبرداری، استفاده از تماس ویدیویی، درک رسانه‌های اجتماعی و دسترسی به خدمات آنلاین دولتی. به زبان‌های انگلیسی و فرانسوی در دسترس است.

ایمیل: hello@gluusociety.org

تلفن (با تماس رایگان): 1 855 458-8622

تلفن: 604 343-4946

اعتبار مالیات کالاها و خدمات (GST)

تلفن (تماس رایگان): 1 800 387-1193

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «gst» را جستجو کنید)

مأموران دولت

(به مراکز Service BC مراجعه کنید)

دولت کانادا

مستمری‌های بازنشستگی و عمومی:

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «public pensions» را جستجو کنید)

Seniors Canada On-Line:

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «programs and services for seniors» را جستجو کنید)

خط پشتیبانی پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌های مسئول نگهداری از نوه

تلفن (تماس رایگان): 1 855 474-9777

10 صبح تا 2 بعداز ظهر دوشنبه، سه‌شنبه، پنجشنبه و جمعه

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 558-4740

وبسایت: www.parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren/

کمک مالی به جوامع دوستار سالمندان

ایمیل: AgefriendlyBC@gov.bc.ca

وبسایت: www.ubcm.ca

(عبارت «age-friendly communities grants» را جستجو کنید)

درآمد کمکی تضمین‌شده

اطلاعات مربوط به کمک تکمیلی درآمد کمکی تضمین‌شده در قسمت پول شما در این راهنما در دسترس است.

تلفن (انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914

تلفن (فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان، رایگان): 1 800 255-4786

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «Guaranteed Income Supplement» را جستجو کنید)

H

حمل و نقل سفارشی HandyDART

حمل و نقل BC (ویکتوریای بزرگ و سایر نقاط B.C. در خارج از کلانشهر ونکوور)

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 727-7811

دوشنبه الی جمعه، 5 صبح تا 8 بعداز ظهر،

وبسایت: www.bctransit.com/Victoria/riderinfo/handydart/register

TransLink (فقط کلانشهر ونکوور)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 575-6600

تلفن (تماس رایگان): 1 844 475-6600

وبسایت: www.translink.ca/en/Rider-Guide/Accessible-Transit/HandyDART.aspx

مقامات بهداشتی

Vancouver Coastal Health

تلفن (تماس رایگان):

1 866 884-0888

تلفن (کلانشهر ونکوور):

604 736-2033

وبسایت:

www.vch.ca

Fraser Health

تلفن (تماس رایگان):

1 877 935-5669

تلفن (کلانشهر ونکوور):

604 587-4600

وبسایت:

www.fraserhealth.ca

**Provincial Health Services
Authority**

تلفن (کلانشهر ونکوور):

604 675-7400

وبسایت:

www.phsa.ca

Interior Health

تلفن (کلونا):

250 862-4200

وبسایت:

www.interiorhealth.ca

First Nations Health Authority

تلفن (تماس رایگان):

1 866 913-0033

تلفن (کلانشهر ونکوور):

604 693-6500

وبسایت:

www.fnha.ca

Island Health

تلفن (تماس رایگان):

1 877 370-8699

تلفن (ویکتوریای بزرگ):

250 370-8699

وبسایت:

www.islandhealth.ca

Northern Health

تلفن (تماس رایگان):

1 866 565-2999

تلفن (پرنس جرج):

565-2649 250

وبسایت:

www.northernhealth.ca

Health Connections

Health Connections امکان دسترسی به حمل و نقل را برای بیمارانی فراهم می‌کند که باید برای حضور در قرارهای پزشکی غیراضطراری سفر کنند.

وبسایت: www.gov.bc.ca/healthconnections (عبارت «health connections» را جستجو کنید)

Northern Health

خدمات ارائه شده از طریق Northern Health Connections. لطفاً شماره کارت خدمات BC و اطلاعات وقت ملاقات را از قبل آماده کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 647-4997 (7 روزه هفته، 8 صبح تا 5 بعدازظهر)

وبسایت: www.nhconnections.ca

Interior Health

خدمات ارائه شده از طریق BC Transit. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره Health Connections در B.C. Interior، با دفتر BC Transit محلی خود تماس بگیرید یا وبسایت BC Transit محلی را بررسی کنید (روی برنامه‌ها و نقشه‌ها کلیک و لینک Health Connections را در سمت راست صفحه مشاهده کنید).

وبسایت: www.bctransit.com

Vancouver Coastal Health

بلیطهای سفر پزشکی از طریق بخش خدمات Bella Coola Valley Health ارائه می‌شوند. خدمات روی Central Coast و Bella Coola Valley تمرکز دارند.

تلفن (Bella Coola Valley Health Services): 250 799-5311

(به برنامه کمک به ایاب و ذهاب هم مراجعه کنید)

HealthLink BC

HealthLink BC اطلاعات غیراضطراری در رابطه با سلامت، تغذیه، فعالیت بدنی، مصرف دارو و اطلاعات خدمات بهداشتی را ارائه می‌کند.

به وبسایت HealthLink BC مراجعه کنید یا از طریق شماره 1-8-1 در هر زمانی از شبانه روز با HealthLink BC تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1

تلفن (ناشنوایان/کمشنوایان [TTY]، رایگان): 1-7-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

کارگاه‌های ارتقای سلامت

(شورای سازمان‌های شهروندان سالمند B.C.)

وبسایت: www.coscobic.org/index.php/cosco-workshops

تغذیه سالم برای سالمندان

برای مشاهده اطلاعات مربوط به تغذیه سالم، از جمله اطلاعات سفارش کتابچه تغذیه سالم برای سالمندان و اطلاع از خدمات رژیمی در HealthLink BC، به بخش سبک زندگی شما در این راهنما مراجعه کنید.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «seniors healthy eating» را جستجو کنید)

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY])، رایگان: 1-1-7

بنیان قلب و سگته B.C. و یوکان

تلفن (تماس رایگان): 1 888 473-4636

تلفن (کلانشهر ونکوور): 778 372-8000

وبسایت: www.heartandstroke.ca

HeretoHelp

HeretoHelp برای کمک به افراد در جلوگیری و مدیریت مشکلات مرتبط با سلامت روان و مصرف مواد و زندگی سالم‌تر، اطلاعاتی ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 661-2121

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 669-7600

ایمیل: bcpartners@heretohelp.bc.ca

وبسایت: www.heretohelp.bc.ca

تجهیز و آماده‌سازی منزل برای برنامه استقلال

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218

وبسایت: www.bchousing.org (عبارت «HAFI» را جستجو کنید)

Home Energy Rebate Offer

Home Energy Rebate Offer به مالکین انگیزه لازم برای ارتقاء سیستم انرژی منزلشان را می‌دهد تا به کاهش هزینه‌های انرژی و افزایش آسایش منازل کمک کند.

وبسایت: www.bchydro.com (عبارت «home rebates» را جستجو کنید)

کمک مالی به مالکین سالمند

برای اطلاع از کمک مالی به مالکین خانه، از جمله کسانی که صلاحیت دریافت آن را دارند و می‌توانند درخواست بدهند، به اینجا مراجعه کنید:

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Homeowner Grant» را جستجو کنید)

اگر سؤالی دارید، با شهرداری تماس بگیرید.

وبسایت: www.civicinfo.bc.ca/11.asp

اگر در یک ناحیه روستایی هستید، با Surveyor of Taxes تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 888 355-2700

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0555

ایمیل: ruraltax@gov.bc.ca

کمک مالی اضافه برای سالمندان کم درآمد

برای اطلاع بیشتر از کمک مالی اضافه به افراد کم درآمد، از جمله کسانی که صلاحیت دریافت آن را دارند و می‌توانند درخواست بدهند، به اینجا مراجعه کنید:

تلفن (تماس رایگان): 1 888-355-2700

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0555

ایمیل: hogadmin@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «low income grant supplement for seniors» را جستجو کنید).

اعتبار مالیات نوسازی مسکن برای سالمندان و افراد معلول

اعتبار مالیات نوسازی مسکن برای سالمندان و افراد معلول یک برنامه اعتبار مالیات بر درآمد شخصی است که در پرداخت هزینه تغییرات دائم در منزل برای افزایش امکان دسترسی یا کمک به سالمندان در داشتن یک زندگی مستقل در خانه، کمک می‌کند.

آدرس پست:

Income Taxation Branch

PO Box 9444 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9W8

تلفن (تماس رایگان): 1 877 387-3332

ایمیل: ITBTaxQuestions@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «seniors home renovations» را جستجو کنید)

اعتبار مالیاتی فراهم کردن دسترسی در منزل (HATC)

نوسازی‌هایی که باعث می‌شوند منازل به محلی امن‌تر و قابل دسترس‌تر برای سالمندان یا افراد معلول شود، ممکن است صلاحیت استفاده از این اعتبار مالیاتی را داشته باشند.

تلفن (تماس رایگان): 1 877 387-3332

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «HATC» را جستجو کنید)

Housing Registry

افرادی که به دنبال مسکن یارانه‌ای هستند می‌توانند از طریق BC Housing برای در نظر گرفته شدن جهت دریافت واحدهای اسکان در دسترس در تأسیسات تحت مدیریت اعضای Housing Registry، درخواست بدهند.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756؛ دکمه 1 را فشار دهید

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218؛ دکمه 1 را فشار دهید

وبسایت: www.bchousing.org

(عبارت «subsidized housing» را جستجو کنید)

مجوزهای شکار و ماهیگیری برای سالمندان

برای اطلاع از مجوزهای شکار:

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «hunting license» را جستجو کنید)

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «fishing license» را جستجو کنید)

iCON - interCultural Online Health Network، دانشگاه بریتیش کلمبیا، دانشکده Medicine Digital Emergency Medicine

iCON منابع مرتبط با مدیریت بیماری مزمن که از نظر فرهنگی و زبانی مناسب هستند را به صورت آنلاین و حضوری به بیماران چینی، جنوب آسیا و بومی، خانواده‌ها و کسانی که از آن‌ها مراقبت می‌کنند در سرتاسر بریتیش کلمبیا ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان): 1-877-357-7611

ایمیل: iconsupport@ubc.ca

وبسایت: www.iconproject.org

خدمات مهاجرین

وبسایت: www.canada.ca

(عبارت «free newcomer services» را جستجو کنید)

خدمات ایمن سازی

با ارائه دهنده مراقبت بهداشتی یا واحد بهداشت عمومی محلی خود زیر قسمت «Health Authorities» در صفحات آبی کتابچه تلفن خود، تماس بگیرید.

وبسایت: www.immunizebc.ca

Insurance Corporation of B.C. (ICBC)

Insurance Corporation of British Columbia (ICBC) یک شرکت سلطنتی استانی است که مسئولیت اعطای مجوز و بیمه کردن رانندگان و خودروهای B.C. را در سراسر ایالت به عهده دارد.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-3051

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 661-2800

وبسایت: www.icbc.com

کمک مالی برای سالمندانی که حقوق برای سنین بالا دریافت نمی کنند

وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر

تلفن (تماس رایگان): 1 866 866-0800

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت Access Income &

Disability Assistance Services را جستجو کنید)

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Apply for Assistance» را جستجو کنید)

Inland Ferries

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Inland Ferries» را جستجو کنید)

InspireHealth Supportive Cancer Care

تلفن (تماس رایگان): 1 888 734-7125

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 734-7125

وبسایت: www.inspirehealth.ca

آموزش به سرمایه گذاران - کمیسیون اوراق بهادار BC

آموزش به سرمایه گذاران از طریق InvestRight و کمیسیون اوراق بهادار BC ارائه می شود. برای رزرو یک سمینار رایگان یا پرسیدن سؤالات مرتبط با سرمایه گذاری، تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 373-6393

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 899-6854

ایمیل: inquiries@bcsc.bc.ca

وبسایت: www.investright.org

بنیاد کلیه کانادا

دفتر شعبه B.C. و یوکان
200 - 4940 Canada Way
Burnaby BC V5G 4K6
تلفن (تماس رایگان): 1 800 567-8112
تلفن: (کلانشهر ونکوور): 604 736-9775
ایمیل: info.bcy@kidney.ca
وبسایت: www.kidney.ca/BCHome

Survey Authority of B.C. و Land Title

دفتر شرکت

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 410-0600

Land Title Office و منطقه‌ها

تلفن (تماس رایگان): 1 877 577-LTSA (5872)
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 630-9630
وبسایت: www.ltsa.ca

انجمن خدمات قضایی

تلفن (تماس رایگان): 1 866 577-2525
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 408-2172
وبسایت: www.lss.bc.ca

پلاک خودرو برای کهنه‌سربازان

(به پلاک خودروی ویژه کهنه‌سربازان مراجعه کنید)

اعطای گواهی و خدمات مشتریان

تلفن (تماس رایگان): 1 800-407-7757
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 646-7050
وبسایت: www.bchousing.org
(عبارت «licensing and consumer services» را جستجو کنید)

Medical Assistance in Dying (MAiD)

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Medical Assistance in Dying» را جستجو کنید)

مزایای بیمه کار (EI) پزشکی

(به مزایای بیمه اشتغال (EI) - مزایای بیماری مراجعه کنید)

فقط خدمات پزشکی

سالمندان کم درآمدی که برای دریافت حمایت درآمد فدرال از طرح کمک درآمد استانی خارج شدند ممکن است صلاحیت دریافت پوشش برای هزینه‌های مربوط به طرح خدمات پزشکی، PharmaCare، خدمات پایه دندانپزشکی، اپتیکال و سایر حمایت‌های پزشکی مورد تأیید را داشته باشند.

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «medical services only» را جستجو کنید)

طرح خدمات پزشکی (MSP)

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Medical Services Plan» را جستجو کنید)

Medical Services Plan Billing (خدمات درآمد B.C.)

آدرس پستی:

PO Box 9401 STN PROV GOVT

Victoria, BC V8W 9S6

تلفن (تماس رایگان): 1 877 405-4909

تلفن (جمع‌آوری‌ها، تماس رایگان): 1 866 361-5050

ایمیل: RevenueServicesBC@gov.bc.ca

پوشش دارویی

بیمه سلامت BC (HIBC) کار اداره PharmaCare (و MSP) را از طرف وزارت بهداشت انجام می‌دهد. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره PharmaCare یا برای ثبت‌نام با HIBC تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Pharmacare» را جستجو کنید)

اطلاعات دارویی (خدمات داروخانه‌ای در HealthLink BC)

در صورتی که درباره داروهای بدون نسخه یا داروهای تجویزی سوالی دارید، برای صحبت با یک داروساز با شماره 1-8-1-8 تماس بگیرید. داروسازهای HealthLink BC هر شب از ساعت 5 بعدازظهر تا 9 صبح، زمانی که ممکن است امکان دسترسی به داروسازی محلی وجود نداشته باشد، در دسترس شما هستند. خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان در دسترس قرار دارد.

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1-8

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 1-8-1-7

وبسایت: www.healthlinkbc.ca/medications

قانون سلامت روان - راهنما

راهنمای قانون سلامت روان اطلاعاتی درباره قانون سلامت روان بریتیش کلمبیا ارائه می‌کند. قانون سلامت روان روی کسانی با آن در تماس بودند تأثیرات قابل توجهی داشته است - کسانی که درمان غیرداوطلبانه را ذیل این قانون دریافت می‌کنند، خانواده‌های افراد، عموم مردم و کسانی که از این قانون استفاده می‌کنند.

وبسایت: www.health.gov.bc.ca (عبارت «Mental Health Act»)

را جستجو کنید)

سلامت روان: استراتژی‌های خودیاری برای بهبود سلامت روان

Bounce Back یک برنامه مبتنی بر شواهد برای سالمندان مبتلا به علائم خفیف افسردگی، ناراحتی یا اضطراب، با یا بدون نگرانی است. با ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود درباره این برنامه صحبت کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 639-0522

وبسایت: www.cmha.bc.ca (عبارت «bounce back» را جستجو کنید)

تحرك برای زندگی! DVD

Move for Life! را می‌توان از وبسایت SeniorsBC دانلود کرد یا برای صحبت با یک متخصص فعالیت بدنی با شماره 1-8-1-8 تماس گرفت

تلفن (تماس رایگان): 1-8-1-8

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «Move for Life DVD» را جستجو کنید)

انجمن مولتیپل اسکلروزیس کانادا

دفتر Lower Mainland Chapter

تلفن (کلانشهر ونکوور):

604 689-3144

ایمیل: info.bc@mssociety.ca

دفتر ملی

تلفن (تماس رایگان):

1 800 268-7582

وبسایت: www.mssociety.ca

(منطقه B.C.) Narcotics Anonymous

این وبسایت درباره برنامه توضیح می‌دهد و فهرست جلسات در سراسر بریتیش کلمبیا را ارائه می‌کند.

وبسایت: www.bcrna.ca

خط تماس بحرانی National Indian Residential School

(به *Residential School Survivor Services* مراجعه کنید)

برنامه افق‌های جدید برای سالمندان (دولت کانادا)

پروژه تأمین بودجه با کمک‌های اجتماعی و در سرتاسر کانادا برای سالمندان.

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «new horizons» را جستجو کنید)

Nidus Personal Planning Resource Centre و ثبت‌نام

پست صوت: 604 408-7414

وبسایت: www.nidus.ca

حمایت خانگی غیرپزشکی

(به *Better at Home* مراجعه کنید)

اطلاعات تغذیه

خدمات رژیم‌ی در HealthLink BC

اگر درباره تغذیه سالم، غذا و خوراکی‌ها سوالی دارید، با شماره 1-8-1 تماس بگیرید. یک پیمایشگر خدمات سلامت می‌تواند شما را از ساعت 9 صبح تا 5 بعدازظهر، دوشنبه تا چهارشنبه، به یک متخصص تغذیه وصل کند. خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان در دسترس قرار دارد.

تلفن (تماس رایگان در B.C.): 1-8-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]، رایگان): 1-7-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «dietitian» را وارد کنید)

متخصص تغذیه HealthLink BC همچنین می‌تواند بوسیله ایمیل از طریق این وبسایت، به سوالات شما پاسخ بدهد:

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

(عبارت «email a HealthLink BC dietitian» را جستجو کنید)

وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «healthy eating» را جستجو کنید)

حقوق بازنشستگی برای سنین بالا (OAS)

تلفن (انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 277-9914
 تلفن (فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 277-9915
 تلفن (ناشنوایان/کمشنوایان، رایگان): 1 800 255-4786
 وبسایت: www.servicecanada.gc.ca
 عبارت «Old Age Security Pension» را جستجو کنید

برنامه کارکنان مسن‌تر

تلفن (تماس رایگان): 1 877 952-6914
 تلفن: 250 952-6914
 وبسایت: www.workbc.ca عبارت «mature workers» را جستجو کنید

بازرس، دفتر

اگر فکر می‌کنید یک وزارت دولت استانی، سازمان عمومی یا دولت محلی با شما ناعادلانه رفتار کرده است، با B.C. تماس بگیرید. دفتر بازرسی.

آدرس:

2nd floor, 947 Fort St. Victoria BC V8V 3K3

آدرس پستی:

PO Box 9039 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9A5

8:30 صبح تا 4:30 بعدازظهر، دوشنبه تا جمعه

تلفن (تماس رایگان در B.C.): 1 800 567-3247

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-5855

دورنگار (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0198

وبسایت: www.bcombudsperson.ca

Order of British Columbia

Order of British Columbia از افرادی که به شکل قابل توجه خدمت کردند و در هر زمینه‌ای با تلاش‌های خود به عموم مردم استان یا سایر نقاط جهان منفعتی ایجاد کردند، تقدیر می‌کند.

ایمیل: bchonoursandawards@gov.bc.ca

وبسایت: www.orderofbc.gov.bc.ca

انجمن پوکی استخوان کانادا (B.C. واحد)

تلفن (انگلیسی، تماس رایگان): 1 800 463-6842
تلفن (فرانسوی، تماس رایگان): 1 800 977-1778
وبسایت: www.osteoporosis.ca

P

Pain BC

Pain BC اطلاعات و منابع را در اختیار افراد مبتلا به دردهای مزمن قرار می‌دهد، شامل: یک خط پشتیبانی درد تلفنی، منبع خود مدیریتی آنلاین Live Plan Be، پشتیبانی تلفنی Pain Waves و پادکست Coaching for Health.

وبسایت: www.painbc.ca
تلفن (تماس رایگان): 1 844-430-0818
خط پشتیبانی درد: 1 844 880-PAIN (7246)

Parents and Families of Lesbians and Gays (PFLAG) BC

اطلاعات و حمایت برای والدین، خانواده‌ها و دوستان با ارائه پاسخ به سوالاتی درباره همجنس‌گرای مرد، همجنس‌گرای زن، دوجنس‌گرا و تراجنسیتی.

وبسایت: www.pflagcanada.ca/pflag-chapters/british-columbia/

انجمن پارکینسون بریتیش کلمبیا

انجمن پارکینسون بریتیش کلمبیا یک سازمان خیریه غیرانتفاعی است که هدف آن کمک به افراد مبتلا به بیماری پارکینسون از طریق پشتیبانی، آموزش، خدمات حمایتی و کمک به تحقیقات در این زمینه است.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 668-3330
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 662-3240
وبسایت: www.parkinson.bc.ca

دفاتر کیفی مراقبت از بیمار

(به قسمت دفاتر کیفی مراقبت از بیمار در قسمت سلامت شما از این راهنما مراجعه کنید)

شبکه صدای بیمار

تلفن (تماس رایگان): 1 877 282-1919
ایمیل: pvn@bcpsqc.ca
وبسایت: www.patientvoicesbc.ca

مدرسه حقوق مردم

تلفن: 604 331-5400

ایمیل: info@peopleslawschool.ca

وبسایت: www.peopleslawschool.ca

خدمات اطلاعات مالیات بر درآمد شخصی

تلفن (تماس رایگان): 1 877 387-3332

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «personal income tax» را جستجو کنید)

نکاتی برای ایمنی فردی از سوی RCMP

وبسایت: www.bc.rcmp-grc.gc.ca (عبارت «safety tips» را جستجو کنید)

PharmaCare

بیمه سلامت (HIBC) BC کار اداره PharmaCare (و MSP) را از طرف وزارت بهداشت انجام می‌دهد.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره PharmaCare یا برای ثبت‌نام با HIBC تماس بگیرید:

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Pharmacare» را جستجو کنید)

فعالیت بدنی

شروع فعالیت بدنی و حفظ آن برای بدن ما فواید زیادی دارد، به مشارکت ما در زندگی کمک می‌کند، وضعیت روحی و سلامت روان ما را ارتقا می‌دهد و به ما امکان می‌دهد با افراد جدیدی آشنا شویم. برای کسب اطلاعات بیشتر، به بخش سبک زندگی شما در این راهنما مراجعه کنید یا به وبسایت HealthLinkBC سری بزنید.

وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «physical activity» را جستجو کنید)

خدمات فعالیت بدنی

برای هر سن و سطح سلامت، یک طرح فعالیت بدنی مناسب رایگان وجود دارد. فقط کافیست از طریق HealthLink BC به خدمات فعالیت جسمی B.C. متصل شوید، در آنجا تمرین‌دهندگان حرفه‌ای، برنامه‌های فعالیت بدنی اختصاصی و مناسب برای نیازهای خود را خواهید یافت.

تلفن (تماس رایگان): 1-800-8-1-1 (یا 1-7-1-1 برای کسانی که مشکل شنوایی دارند)

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

(عبارت «physical activity services» را جستجو کنید)

مرکز کنترل سموم

اگر فکر می‌کنید کسی به دلیل مصرف دارو، مواد شیمیایی یا سیار مواد دچار مسمومیت شده است، از طریق شماره زیر با مرکز کنترل سموم تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 567-8911 (خط 24 ساعته)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 682-5050

وبسایت: www.dpic.org

قطع برق و تعمیرات

برای گزارش قطعی برق یا قطع اتصال سیم‌ها، با BC Hydro تماس بگیرید یا از طریق وبسایتشان یک گزارش ارسال کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 888-BCHYDRO (1 888 224-9376)

تلفن (از تلفن همراه): *HYDRO (*49376)

وبسایت: www.bchydro.com/outages

PridelineBC

پشتیبانی هم‌تایان، اطلاعات و ارجاع برای تمام ساکنین بریتیش کلمبیا.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 566-1170

تلفن (لوئر مین‌لند): 604 684-6869

دوشنبه تا جمعه، 7:00 صبح تا 10:00 شب.

مشکل قماربازی

تلفن (تماس رایگان): 1 888 795-6111،

24 ساعت شبانه روز، هفت روز هفته

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 387-5311 250

ایمیل: info@bcresponsiblegambling.ca

وبسایت: www.bcreponsiblegambling.ca

ارزیابی مستغلات

برای تماس با B.C. محلی از شماره تلفن یا آدرسی که در جلوی اعلامیه ارزیابی شما نوشته شده است، استفاده کنید.

وبسایت: www.bcassessment.ca

برنامه تأخیر مالیات بر مستغلات

با دفتر جمع‌آوری مالیات یا مرکز Service BC (مأمور دولتی) که مالیات بر مستغلات خود را پرداخت می‌کنید تماس بگیرید یا از طریق شماره‌های زیر با دفتر تأخیر مالیاتی ارتباط برقرار کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 355-2700

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0555

ایمیل: taxdeferment@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «property tax deferment» را جستجو کنید)

سرپرست و متولی عمومی بریتیش کلمبیا

تلفن (Service BC، رایگان): 1 800 663-7867

(درخواست کنید شما را به Public Guardian and Trustee منتقل کنند)

تلفن (Service BC، رایگان از ویکتوریا): 250 387-6121

(درخواست کنید شما را به Public Guardian and Trustee منتقل کنند)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-4444

ایمیل: clientservice@trustee.bc.ca

وبسایت: www.trustee.bc.ca

هشدارهای مربوط به سلامت عمومی

هشدارهای بهداشتی مانند شیوع بیماری، پیشنهاد به جوشاندن آب و فراخوانی محصولات ممکن است در بریتیش کلمبیا از طریق منابع مورد اعتماد مختلفی در ناحیه اداره بهداشت محلی شما و دیگر نقاط کانادا، اعلام شود. HealthLink BC برای تمام هشدارها یک موقعیت تک و شناخته شده را ارائه می‌کند - که از طریق وبسایت HealthLink BC یا تماس با 8-1-1 در دسترس قرار می‌گیرد.

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]، رایگان): 7-1-1

وبسایت: www.healthlinkbc.ca

(عبارت «public health alerts» را جستجو کنید)

(همچنین می‌توانید به بخش اطلاعات تغذیه و خدمات ایمن‌سازی در این فهرست‌نامه مراجعه کنید)

Q

QMUNITY

برنامه افراد مسن‌تر به همجنسگرایان زن و مرد، دو جنسگرایان، ترانجسیتی، کوئیر، و افراد 2-Spirit+ سالمند 55 کمک می‌کند

تلفن: 604 684-5307

ایمیل: reception@qmunity.ca

وبسایت: www.qmunity.ca/

(به Tobacco Cessation مراجعه کنید)

طرح‌های ثبت شده برای پس انداز بازنشستگی (RRSPs) - خدمات سازمان درآمد کانادا به بازماندگان مدارس اقامتی بومیان

برنامه First Nations Health Authority (FNHA) Indian Residential Schools Resolution Health Support پشتیبانی‌های عاطفی و سلامت روان خود را در اختیار دانش‌آموزان سابق مدارس شبانه‌روزی بومیان و خانواده‌های آن‌ها قبل، در طول و بعد از شرکت در فرایندهای توافقنامه اسکان، قرار می‌دهد.

خط اطلاعات FNHA Indian Residential Schools

تلفن (تماس رایگان): 1 877 477-0775

خط حمایت از بازماندگان National Indian Residential School

حمایت عاطفی و خدمات ارجاع بحرانی را به کسانی که قبلاً جزو ساکنین این مدارس بودند، به صورت 24 ساعته، ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 925-4419

Residential Tenancy Branch

تلفن (تماس رایگان): 1 800 665-8779

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-1020

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-1602

ایمیل: HSRTO@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «residential tenancies» را جستجو کنید)

خدمات درآمد BC

(به طرح خدمات پزشکی مراجعه کنید)

Royal BC Museum

تلفن (تماس رایگان): 1 888 447-7977

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 356-7226

ایمیل: reception@royalbcmuseum.bc.ca

وبسایت: www.royalbcmuseum.bc.ca

دفتر مالیاتی املاک روستایی

با دفتر محلی جمع‌آوری مالیات یا مرکز Service BC (مأمور دولتی) که مالیات بر مستغلات خود را پرداخت می‌کنید تماس بگیرید یا با استفاده از اطلاعات زیر با دفتر مالیات املاک روستایی ارتباط برقرار کنید.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 355-2700

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-0555

ایمیل: Ruraltax@gov.bc.ca

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «rural property tax» را جستجو کنید)

S

اعتبار مالیات فروش

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «BC479 sales tax credit» را جستجو کنید)

SAFER

(به *Shelter Aid for Elderly Renters* مراجعه کنید)

کلاهبرداری (اطلاعاتی از RCMP)

وبسایت: www.rcmp-grc.gc.ca/scams-fraudes

مدیریت خود در BC، دانشگاه ویکتوریا

مرکز افزایش سن در دانشگاه ویکتوریا به افرادی که از عوارض مزمن پزشکی رنج می‌برند، برنامه‌های آموزش ویژه بیماران ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان): 1 866 902-3767

ایمیل: selfmgmt@uvic.ca

وبسایت: www.selfmanagementbc.ca

خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان (SAIL)

تلفن (تماس رایگان): 1 866 437-1940

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 437-1940

وبسایت: www.seniorsfirstbc.ca

(همچنین به *Seniors First BC Society* مراجعه کنید)

حمایت از سالمندان، دفتر

تلفن (تماس رایگان): 1 877 952-3181
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 952-3181
ایمیل: info@seniorsadvocatebc.ca
وبسایت: www.seniorsadvocatebc.ca

Seniors Canada On-Line

(به دولت کانادا - Seniors Canada On-Line مراجعه کنید)

Seniors First BC

خط اطلاعات و گزارش سوءرفتار با سالمندان (SAIL)

8 صبح تا 8 شب (به جز روزهای تعطیل)
تلفن (تماس رایگان): 1 866 437-1940
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 437-1940
تلفن (TTY): 1 855 306-1443؛ 9 صبح تا 4 بعدازظهر،
دوشنبه تا جمعه
ترجمه شفاهی از ساعت 9 صبح تا 4 بعدازظهر،
دوشنبه تا جمعه در دسترس است
ایمیل: info@seniorsfirstbc.ca
وبسایت: www.seniorsfirstbc.ca/programs/sail/

اطلاعات سلامت سالمندان (HealthLink BC)

تلفن (تماس رایگان): 8-1-1
تلفن (ناشنوایان/کمشنوایان [TTY]، رایگان): 7-1-1
وبسایت: www.healthlinkbc.ca (عبارت «seniors health information»
را جستجو کنید)

انجمن خدمات سالمندان (فقط کلانشهر ونکوور)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 520-6621
ایمیل: info@seniorsservicessociety.ca
وبسایت: www.seniorsservicessociety.ca

برنامه کمک به سالمندان

وزارت توسعه اجتماعی و کاهش فقر
تلفن (تماس رایگان): 1 866 866-0800
وبسایت: www.gov.bc.ca
(عبارت «Senior's Supplement Program» را جستجو کنید)

مسکن حمایتی سالمندان

لوئر مینلند (خارج از شهر ونکوور): 604 433-2218
 تلفن (منطقه جزیره ونکوور [تماس رایگان]): 1 800 787-2807
 تلفن (منطقه Interior [تماس رایگان]): 1 800 834-7149
 تلفن (منطقه شمالی [تماس رایگان]): 1 800 667-1235
 ایمیل: shr@bchousing.org
 وبسایت: www.bchousing.org
 عبارت «seniors' supportive housing» را جستجو کنید
 (همچنین به BC Housing مراجعه کنید)

وبسایت سالمندان

(به دولت کانادا - Seniors Canada On-Line و SeniorsBC.ca مراجعه کنید)

SeniorsBC.ca

وبسایت: www.SeniorsBC.ca

Service BC

برای اطلاعات از هر یک از خدمات یا برنامه‌های دولت بریتیش کلمبیا تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7867
 تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 660-2421
 تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 387-6121
 دستگاه تلفنی برای ناشنوایان (TDD): 711 (در B.C.)
 وبسایت: www.servicebc.gov.bc.ca

مرکز خدمات BC

Ashcroft	100 Mile House
318 Railway Ave	300 South Highway 97
Box 189	Box 1600
Ashcroft BC	100 Mile House BC
V0K 1A0	V0K 2E0
تلفن: 250 453-2412	تلفن: 250 395-7832

Chilliwack

Suite 1 – 45467 Yale Rd W
Chilliwack BC
V2R 3Z8
تلفن: 604 795-8415

Clinton

1423 Cariboo Highway
Box 70
Clinton BC
V0K 1K0
تلفن: 250 459-2268

Courtenay

2500 Cliffe Ave
Courtenay BC
V9N 5M6
تلفن: 250 897-7500

Cranbrook

100 Cranbrook St N
Cranbrook BC
V1C 3P9
تلفن: 250 426-1211

Creston

1404 Canyon St
Box 1190
Creston BC
V0B 1G0
تلفن: 250 428-3211

Dawson Creek

1201 – 103rd Ave
Dawson Creek BC
V1G 4J2
تلفن: 250 784-2224

Atlin

3rd Street, Box 100
Atlin BC
V0W 1A0
تلفن: 250 651-7595

Bella Coola

636 Cliff St, Box 185
Bella Coola BC
V0T 1C0
تلفن: 250 799-5361

Burnaby

1 800 -663-7867

Burns Lake

161 Highway 16
Box 3500
Burns Lake BC
V0J 1E0
تلفن: 250 692-2528

Campbell River

115 – 1180 Ironwood Rd
Campbell River BC
V9W 5P7
تلفن: 250 286-7555

Chetwynd

4744 – 52nd St, Box 105
Chetwynd BC
V0C 1J0
تلفن: 250 788-2239

Ganges (Salt Spring Island)

343 Lower Ganges Rd
Salt Spring Island BC
V8K 2V4
تلفن: 250 537-5414

طلایی

837 Park Dr, Box 39
Golden BC
V0A 1H0
تلفن: 250 344-7550

Grand Forks

7290 – 2nd St, Box 850
Grand Forks BC
V0H 1H0
تلفن: 250 442-4306

Hazelton

2210 Highway 62
PO Box 380
Hazelton BC
V0J 1Y0
تلفن: 250 842-7624

Houston

3400 – 11th St, Bag 2000
Houston BC
V0J 1Z0
تلفن: 250 845-5828

Invermere

625 – 4th St, Box 265
Invermere BC
V0A 1K0
تلفن: 250 342-4

Dease Lake

Block D, Highway 37
Bag 2000
Dease Lake BC
V0C 1L0
تلفن: 250 771-3700

Duncan

5785 Duncan St
Duncan BC
V9L 3W6
تلفن: 250 746-1400

Fernie

401 – 4th Ave, Box 1769
Fernie BC
V0M 1M0
تلفن: 250 423-6845

Fort Nelson

5319 – 50th Ave S, Bag 1000
Fort Nelson BC
V0C 1R0
تلفن: 250 774-6945

Fort St. James

470 Stuart Dr, Box 1328
Fort St. James BC
V0J 1P0
تلفن: 250 996-7585

Fort St. John

10600 – 100th St
Fort St. John BC
V1J 4L6
تلفن: 250 787-3350

Maple Ridge

175 – 22470 Dewdney
Trunk Rd
Maple Ridge BC
V2X 5Z6
تلفن: 604 466-7470

Masset (Haida Gwaii)

1666 Orr St, Box 226
Masset BC
V0T 1M0
تلفن: 250 626-5278

Merritt

2194 Coutlee Ave,
Box 4400, STN MAIN
Merritt BC
V1K 1B8
تلفن: 250 378-9343

Nakusp

204 – 6th Ave, PO Box 128
Nakusp BC
V0G 1R0
تلفن: 250 265-4865

Port Alberni

4070 8th Ave
Port Alberni BC
V9Y 4S4
تلفن: 250 720-2040

Port Hardy

8785 Gray St, Bag 11000
Port Hardy BC
V0N 2P0
تلفن: 250 949-6323

Kamloops

250 – 455 Columbia St
Kamloops BC
V2C 6K4
تلفن: 250 828-4540

Kaslo

312 – 4th St, Box 580
Kaslo BC
V0G 1M0
تلفن: 250 353-2219

Kelowna

305 – 478 Bernard Ave
Kelowna BC
V1Y 6N7
تلفن: 250 861-7500

Kitimat

795 Lahakas Blvd
Kitimat BC
V8C 1G2
تلفن: 250 632-6188

Lillooet

Suite A – 639 Main St
Bag 700
Lillooet BC
V0K 1V0
تلفن: 250 256-7548

Mackenzie

64 Centennial Dr
PO Box 2400
Mackenzie BC
V0J 2C0
تلفن: 250 997-4270

Revelstoke

Room 104 Court House
1123 Second St W., Box 380
Revelstoke BC
V0E 2S0
تلفن: 250 837-6981

Salmon Arm

850A – 16th St NE, Bag 100
Salmon Arm BC
V1E 4S4
تلفن: 250 832-1611

Sechelt

102 – 5710 Teredo St
Box 950
Sechelt BC
V0N 3A0
تلفن: 604 885-5187

Smithers

1020 Murray St, Bag 5000
Smithers BC
V0J 2N0
تلفن: 250 847-7207

Sparwood

96 Greenwood Shopping
Mall, Box 1086
Sparwood BC
V0B 2G0
تلفن: 250 425-6890

Squamish

360 Pemberton Ave
Box 1008
Squamish BC
V8B 0A7
تلفن: 604 892-2400

Powell River

6953 Alberni St
Powell River BC
V8A 2B8
تلفن: 604 485-3622

Prince George

1044 – 5th Ave
Prince George BC
V2L 5G4
تلفن: 250 565-4488

Prince Rupert

201 – 3rd Ave W.
Prince Rupert BC
V8J 1L2
تلفن: 250 624-7415

Princeton

10 – 135 Tapton Ave
PO Box 9
Princeton BC
V0X 1W0
تلفن: 250 295-4600

**Queen Charlotte City
(Haida Gwaii)**

216 Oceanview Dr, Box 309
Queen Charlotte City BC
V0T 1S0
تلفن: 250 559-4452

Quesnel

102 – 350 Barlow Ave
Quesnel BC
V2J 2C2
تلفن: 250 992-4313

Vanderhoof

189 East Stewart St
Box 1459
Vanderhoof BC
V0J 3A0
تلفن: 250 567-6301

Vernon

3201 – 30th St
Vernon BC
V1T 9G3
تلفن: 250 549-5511

Victoria

403 – 771 Vernon Ave
Victoria BC
V8W 9R5
تلفن: 250 952-4111

Williams Lake

540 Borland St
Williams Lake BC
V2G 1R8
تلفن: 250 398-421

Terrace

101 – 3220 Eby St
Terrace BC
V8G 5K8
تلفن: 250 638-6515

Trail

1050 Eldorado St
Trail BC
V1R 3V7
تلفن: 250 364-0591

Ucluelet

5 – 1636 Peninsula Rd
Box 609
Ucluelet BC
V0R 3A0
تلفن: 250 726-7025

Valemount

1300 4th Ave
Box 657
Valemount BC
V0E 2Z0
تلفن: 250 566-4448

Service Canada

برای اطلاع از تمام برنامه یا خدمات دولت کانادا.

تلفن (تماس رایگان): 1 800-622-6232 (1 800-O Canada)
وبسایت: www.servicecanada.gc.ca

عفونت‌های مقاربتی

عفونت‌های مقاربتی یکی از شایع‌تری انواع عفونت در جهان هستند. پیشگیری از عفونت‌های مقاربتی به مراتب آسان‌تر از درمان عفونتی است که ایجاد شده.

وبسایت: www.bccdc.ca

(عبارت «sexually transmitted diseases» را جستجو کنید)

Shelter Aid for Elderly Renters برنامه

برنامه Shelter Aid for Elderly Renters (SAFER) برای کاهش هزینه اجاره، به آن دسته از اهالی B.C. که 60 سال یا بیشتر سن دارند و اجاره پرداخت می‌کنند، مبالغی را به صورت ماهانه در نظر گرفته است.

تلفن (تماس رایگان): 1 800 257-7756

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 433-2218

وبسایت: www.bchousing.org (عبارت «SAFER» را جستجو کنید)

مزایای بیماری

(به مزایای بیمه اشتغال (EI) - مزایای بیماری مراجعه کنید)

SPARC

شورای تحقیق و برنامه‌ریزی اجتماعی بریتیش کلمبیا. جهت دریافت مجوز پارک برای معلولین با SPARC تماس بگیرید.

تلفن (تماس رایگان): 1 888 718-7794

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 718-7744

(پرسش‌ها درباره مجوز پارک)

وبسایت: www.sparc.bc.ca

Strata Housing

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «Strata Housing» را جستجو کنید)

(برای حل مناقشه‌های بین اقشار، قسمت دادگاه حل و فصل مدنی را مشاهده کنید)

مسکن یارانه‌ای

(به BC Housing مراجعه کنید)

T

منشور حقوق تاکسی

وبسایت: www.taxirights.gov.bc.ca

برنامه پس‌انداز هزینه تاکسی

حمل و نقل BC

(ویکتوریای بزرگ و سایر نقاط B.C. در خارج از کلانشهر ونکوور)
در خارج از ویکتوریا، با متصدی حمل و نقل محلی خود تماس بگیرید.

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 995-5618

وبسایت: www.bctransit.com

TransLink

(فقط منطقه کلانشهر ونکوور)

تلفن (کلانشهر ونکوور): 778 452-2860

وبسایت: www.translink.ca

خط اطلاعات خدمات مالیات دهندگان (استان B.C.)

تلفن (تماس رایگان): 1 877 387-3332

آموزش به والدین (ABC Life Literacy Canada)

این برنامه با همکاری Youth Empowering Parents به جوانان آموزش خواهد داد چگونه سطح سواد دیجیتال والدین خود و سایر بزرگسالان و سالمندان را در جوامع خود را ارتقاء بدهند. مربیان جوانان مهارت‌های خود را از طریق راهنماهای آموزش خصوصی قابل دانلود و آنلاین گسترش خواهند داد و آموزش‌های شخصی شده درباره موضوعاتی مثل تایپ با صفحه کلید، مرورگر اینترنت، ایمنی آنلاین، حفاظت از رمز عبور و خدمات الکترونیک را در اختیار بزرگسالان قرار می‌دهند. به زبان‌های بسیاری در دسترس است.

ایمیل: info@abclifeliteracy.ca

دستگاه تلفنی برای ناشنوایان (Service BC)

دستگاه تلفنی برای ناشنوایان (TDD): 711 (در B.C.)

کمک موقت برای پرداخت حق بیمه (طرح خدمات پزشکی)

کمک موقت برای پرداخت حق بیمه باعث می‌شود افراد و خانواده‌های واجد صلاحیت، برای یک دوره کوتاه مدت از پرداخت حق بیمه MSP معاف شوند.

آدرس پستی:

PO Box 9627 STN PROV GOVT

Victoria BC V8W 9P1

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100

تلفن (لوئر مین‌لند): 604 683-7151

وبسایت: www.gov.bc.ca

(عبارت «temporary premium assistance» را جستجو کنید)

Tenant Resource Advisory Centre

تلفن (تماس رایگان): 1 800 665-1185

وبسایت: www.tenants.bc.ca

Tobacco Cessation (منابعی برای کمک به شما در ترک سیگار)

برنامه ترک سیگار BC
تلفن: 1-1-8
وبسایت: www.gov.bc.ca/pharmacare
(عبارت «cessation» را جستجو کنید)

QuitNow برنامه
تلفن (تماس رایگان): 1 877 455-2233
وبسایت: www.quitnow.ca

Trans Lifeline

Trans Lifeline یک خط تماس بحرانی ترانسنسیتی جدید است که به تازگی یک خط تماس رایگان در کانادا راه‌اندازی کرده است. هدف آن‌ها کمک به تمام کسانی است که ممکن است به خاطر هویت جنسی خود دچار مشکلاتی شده باشند و آن‌ها را به خدماتی که می‌توانند در این مسیر کمک کند، متصل می‌کنند.
تلفن (تماس رایگان): 1 877 565-8860

Transcare BC (PHSA)

Transcare انواع مختلفی از منابع برای تأیید مراقبت جنسیتی را با توجه به مسائل مربوطه ارائه می‌کند: قانونی/وکالتی، مهاجر و پناهنده، شریک و همسر، پرستار و خانواده.
وبسایت: www.phsa.ca/transcarebc/care-support

تخفیف کرایه ناوگان حمل و نقل برای سالمندان

TransLink

(فقط منطقه کلانشهر ونکوور)
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 953-3333
وبسایت: www.translink.ca

حمل و نقل BC

(ویکتوریای بزرگ و سایر نقاط B.C. در خارج از کلانشهر ونکوور)
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 382-6161
وبسایت: www.bctransit.com

برنامه کمک مسافرتی (برای سفر پزشکی)

تلفن (تماس رایگان): 1 800 663-7100
تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 683-7151
وبسایت: www.gov.bc.ca
(عبارت «travel assistance program» را جستجو کنید)

دانشگاه بریتیش کلمبیا، دانشکده پزشکی
interCultural Online (iCON) Health Network
(به iCON مراجعه کنید)

مسئول فروش وسایل نقلیه بریتیش کلمبیا

مسئول فروش وسایل نقلیه (VSA) در بریتیش کلمبیا یک سازمان غیرانتفاعی است که از سوی دولت محلی مجوز لازم برای اجرای قانون فروش وسایل نقلیه و بخش‌هایی از رویه‌های کسب و کار و قانون حفاظت از مصرف‌کننده را دریافت کرده است. VSA به مصرف‌کنندگان اطلاعاتی درباره خرید، اجاره و تحویل خودرو ارائه می‌کند. امکان حل مناقشات میان مصرف‌کنندگان و فروشندگان مجاز هم وجود دارد.

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 574-5050

وبسایت: www.mvsabc.com

پلاک خودروی ویژه کهنه‌سربازان

برای درخواست جهت دریافت پلاک ویژه کهنه‌سربازان، فرم درخواست را از روی وبسایت ICBC چاپ یا یک نسخه از فروشنده Autoplan خود دریافت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با یکی از سازمان‌هایی که در زیر فهرست شده است تماس بگیرید.

وبسایت: www.icbc.com (عبارت «Veteran plates» را جستجو کنید)

اتحادیه بزرگداشت کهنه‌سربازان بریتیش کلمبیا

وبسایت: www.bcveterans.org

BC Yukon Command, Royal Canadian Legion

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 575-8840

تلفن (تماس رایگان): 1 888 261-2211

وبسایت: www.legionbcyukon.ca

اتحادیه کهنه‌سربازان حافظ صلح کانادا

وبسایت: www.cpva.ca

امور کهنه‌سربازان کانادا

تلفن (تماس رایگان، انگلیسی): 1 866 522-2122

تلفن (تماس رایگان، فرانسوی): 1 866-522-2022

وبسایت: www.veterans.gc.ca/eng/services

VictimLink BC

VictimLink BC یک خدمات تلفنی رایگان، محرمانه است که در سراسر B.C. و یوکان 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته در دسترس است. VictimLink BC اطلاعات و خدمات ارجاعی خود را در اختیار تمام قربانیان جرائم قرار می‌دهد و به قربانیان خشونت خانوادگی یا جنسی حمایت بحرانی فوری ارائه می‌کند. VictimLink BC خدمات خود را به بیش از 110 زبان، از جمله 17 زبان بومیان آمریکای شمالی، ارائه می‌کند.

تلفن (تماس رایگان در B.C. و یوکان): 1 800 563-0808

تلفن (ناشنوایان/کم‌شنوایان [TTY]): 604 875-0885

(برای اعمال هزینه تماس توسط گیرنده، لطفاً با TELUS Relay Service

به شماره 1-1-7 تماس بگیرید)

وبسایت: www.victimlinkbc.ca

خدمات قربانیان

این استان از بیش از 400 برنامه در سطح B.C. برای کمک به قربانیان جرائم و زنان و کودکانی که در قربانی خشونت بودند، حمایت می‌کند.

تلفن (تماس رایگان در B.C. و یوکان): 1 800 563-0808

وبسایت: www.gov.bc.ca (عبارت «victim services» را جستجو کنید)

یابنده کلینیک مالیات مجازی

این وبسایت اطلاعاتی دقیق درباره مالیات‌ها ارائه می‌کند. این سایت همچنین اطلاعات تماس افرادی که به سالمندان به صورت رایگان خدمات مالیاتی ارائه می‌کنند را در اختیار شما می‌گذارد.

وبسایت: www.canada.ca (عبارت «free tax clinics» را جستجو کنید)

Volunteer BC

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 379-2311

ایمیل: info@volunteerbc.bc.ca

وبسایت: www.volunteerbc.bc.ca

Volunteer Canada

وبسایت: www.volunteer.ca

WelcomeBC

WelcomeBC اطلاعاتی درباره برنامه‌ها، خدمات و منابع برای افرادی که به تازگی وارد بریتیش کلمبیا شدند ارائه و راهنمای افراد تازه وارد به BC را منتشر می‌کند. برای دریافت کمک، تماس بگیرید یا مراجعه کنید:

وبسایت: www.WelcomeBC.ca

WorkBC

WorkBC یک وبسایت استانی است که تمام ساکنان بریتیش کلمبیا کمک می‌کند در بازار کار BC فعالیت داشته باشند، از جمله اطلاعات، برنامه‌ها و خدمات خود را در اختیار کارکنان پرتجربه قرار می‌دهد.

تلفن (تماس رایگان): 1 877 952-6914

تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 952-6914

وبسایت (عمومی): www.workbc.ca

وبسایت (کارکنان پرتجربه): www.workbc.ca/Resources-for/Mature-Workers.aspx

WorkSafeBC

WorkSafeBC در راستای ارتقاء ایمنی و سلامت محل کار برای کارکنان و شاغلین B.C. فعالیت دارد.

پرسش‌های کارفرما و کسب و کارهای کوچک

تلفن (تماس رایگان): 1 888 922-2768

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 244-6181

ادعاهای مربوط به توانبخشی (مرکز تماس برای دعاوی)

تلفن (تماس رایگان): 1 888 967-5377

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604 231-8888

وبسایت: www.worksafebc.com/en

برای گزارش شرایط کاری ناامن یا وضعیت‌های اضطراری:

تلفن (تماس رایگان، در طول ساعت‌های کاری): 1 888 621-7233

تلفن (تماس رایگان، پس از ساعت‌های کاری): 1 866 922-4357

تلفن (کلانشهر ونکوور): 604-276-3100



Ministry of
Health



برای کسب اطلاعات درباره برنامه ها و خدمات دولتی لطفاً از وب سایت
www.SeniorsBC.ca دیدن کنید.

برای کسب اطلاعات درباره سالمندی سالم، لطفاً از وب سایت
www.HealthyFamiliesBC.ca دیدن کنید.

برای کسب اطلاعات مربوط به بهداشت و سلامتی لطفاً با شماره 1-800-663-6868
تماس بگیرید.

برای سفارش نسخه های اضافی این راهنما لطفاً با تلفنهای زیر تماس بگیرید:
تلفن (رایگان در بریتیش کلمبیا): 1 877 952-3181
تلفن (ویکتوریای بزرگ): 250 952-3181