

British Columbia

# Gabay Para sa Mga Bagong Dating

ukol sa mga Mapagkukunan at mga Serbisyo



WelcomeBC



## **Library and Archives Canada Cataloguing in Publication Data**

Pangunahing tala sa ilalim ng pamagat:  
Gabay ng mga bagong dating sa mga  
mapagkukunan at mga serbisyo sa British Columbia  
newcomers' guide to resources and services.  
-June 1999-

Iregular.

"Paninirahan ng Imigrante".

Inisyu rin sa maraming ibang wika edsr.

Inisyu rin sa Internet.

Nag-iiba-iba ang imprenta.

ISSN 1493-8065 = Gabay ng mga bagong dating  
sa mga mapagkukunan at mga serbisyo ng British  
Columbia (British Columbia newcomers' guide to  
resources and services)

1. Mga serbisyong pantao - British Columbia. 2. Mga  
Serbisyo - para sa mga Imigrante - British Columbia.  
I. British Columbia. Ministeryo na Responsable para sa  
Multikulturalismo at Imigrasyon. II. British Columbia.  
Ministeryo ng mga Serbisyo sa Komunidad, Aborihinal  
at mga Kababaihan. III. British Columbia. Malugod  
na Pagtanggap sa BC.

HV4013.B74

361,9711

C00-801748-4

British Columbia

# Gabay ng Mga Bagong Dating

sa mga Mapagkukunan at mga Serbisyo

2021 na Edisyon



WelcomeBC

# Pakitandaan

**2021 na Panlalawigang Edisyon:** Ang impormasyon sa gabay na ito ay napapanahon sa oras ng pag-iimprenta. Ang mga pangalan, mga address, at mga numero ng telepono ay maaaring magbago, at ang mga publikasyon ay maaaring maubusan ng kopya nang walang paabiso.

Ang gabay na ito ay isinulat gamit ang Canadian Language Benchmark 4 (CLB 4) na antas upang matugunan ang mga pangangailangan ng mga tao na ang unang wika ay hindi Ingles.

## Upang makakuha ng mga kopya ng gabay na ito

Ang *Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.* ay makukuha sa Arabic, Chinese (pinasimple at tradisyunal), Ingles, Pranses, Korean, Punjabi, at Tagalog. Maaari mong mahanap ito sa [welcomebc.ca](http://welcomebc.ca).

Mayroon ding makukuhang mga libreng naka-print na kopya habang mayroon pang supply nito. Upang mag-order, punan ang resource order form sa: [welcomebc.ca/newcomersguides](http://welcomebc.ca/newcomersguides).

## Mga Pagpapasalamat

(Edisyon 2021)

- Astra Bullock, Tagapamahala ng Proyekto
- Barbara Carver, Baytree Communications, Koordinator ng Proyekto at Editor
- Reber Creative, Disenyo at Layout
- Carrie Davies, Proofreading

## Maraming salamat

Ang edisyon na ito ng *Gabay ng mga Bagong Dating* sa mga Mapagkukunan at mga Serbisyo sa British Columbia ay hindi magiging posible kung walang tulong mula sa lahat ng mga indibidwal, mga ahensiya, at mga pampamahalaang organisasyon na nagbigay ng kontribusyon sa aklat na ito.

# TALAN NG MGA NILALAMAN



## **PAGSISIMULA** ..... 1

Paggamit sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.  
Paggamit sa mga app upang makuha ang impormasyon sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.  
Pandaraya at mga panloloko  
Mga ahensiya na makakatulong sa mga bagong dating  
Mga serbisyo sa pagsasalin-wika at interpretasyon  
Mga serbisyo para sa mga takas (refugees) at mga refugee claimant  
Saan magpupunta para sa karagdagang impormasyon



## **PANINIRAHAN** ..... 11

Mga Katutubong Tao  
Mga panlipunang kaugalian  
Mga telepono  
Personal na kaligtasan  
Transportasyon  
Pagbibiyaha sa pagitan ng mga komunidad  
Pagpapadala at pagtanggap ng mail  
Mga public library  
Mga sentrong pangkomunidad, panlibangan at pangmatatanda  
Pagboboluntaryo  
Listahan ng mga bagay na dapat gawin kaagad



## **PAGHAHANAP NG LUGAR NA MATITIRAHAN** ..... 39

Pag-upa  
Gumawa ng listahan bago ka lumipat sa titirahan  
Gumawa ng listahan bago ka umalis sa tinitirahan  
Tulong sa pabahay sa B.C.  
Pagbili ng bahay  
Pagiging isang kasero  
Saan pupunta upang makakuha ng tulong



## **PERA AT PAGBABANGKO** ..... 55

Pera ng Canada  
Pamimili  
Pagbabangko  
Pakikipagnegosyo sa mga pribadong kompanya  
Pag-utang ng pera  
Pagbabayad ng mga buwis  
Pinansiyal na tulong para sa Matatanda  
Saan pupunta para makakuha ng impormasyon  
Pamumuhunan ng pera



## **PANGANGALAGANG PANGKALUSUGAN ..... 67**

Kalusugan ng B.C. (B.C. Health)  
Pagpaparehistro para sa MSP  
Kumuha ng iyong Kard ng mga Serbisyo sa BC (BC Services Card)  
HealthLink BC  
Paghahanap ng family doctor o nurse practitioner  
Mga Medical emergency  
Tulong sa wika  
Pagbili ng gamot  
Dentista  
Mga eye exam at mga salamin sa mata  
Mga public health unit  
Mga pribadong specialized clinic  
Pangkaisipang kalusugan, alak, at iba pang mga droga  
Pagigingmalusog at pananatiling malusog  
Saan makakakuha ng tulong



## **EDUKASYON ..... 83**

Early years hanggang Grade 12  
Post-secondary na edukasyon  
Continuing Education para sa adults



## **TULONG PARA SA MGA INDIBIDWAL AT MGA PAMILYA 93**

BC211  
Mga crisis centre  
Karahasan, pang-aabuso, at pagpapabaya  
Mga problema sa alak, droga, at pagsusugal  
Sponsorship breakdown  
B.C. Employment and Assistance Program  
Homelessness  
Mga food bank  
Tulong para sa mga pamilya  
Seniors' programs at benefits  
Mga taong may mga kapansanan



## **PAGMAMANEHO ..... 113**

Insurance  
Driver's licence  
Mga Batas sa Trapiko  
Mga banggaan  
Pagbili ng kotse o truck  
Mga sasakyan mula sa labas ng B.C.  
Car rentals at car sharing



**PAGTATRABAHO AT NEGOSYO ..... 127**

- Social Insurance Number
- Paghahanap ng trabaho
- Paano mag-apply ng trabaho
- Pagiging certified na magtrabaho sa B.C.
- Pagtatrabaho
- Pagkawala ng iyong trabaho
- Kung ikaw ay nasaktan sa trabaho
- Diskriminasyon at panliligalig
- Pagsisimula ng iyong sariling negosyo



**ANG LIGAL NA SISTEMA, PAMAHALAAN, AT IMIGRASYON ..... 151**

- Ang ligal na sistema ng Canada
- Mga karapatang pantao

**MGA ACRONYM AT MGA ABBREVIATION..... 165**

**INDISE..... 166**

# British Columbia







## PAGSISIMULA

### Mga Kahulugan

#### Paggamit sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.

Newcomers' Guide videos

#### Paggamit ng mga app upang makuha ang impormasyon sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.

### Pandaraya at mga panloloko

#### Mga ahensiya na makakatulong sa mga bagong dating

Francophone settlement services

#### Mga serbisyo sa pagsasaln-wika at interpretasyon

### Mga serbisyo para sa mga refugee at mga refugee claimant

Mga refugee na tinutulungan ng pamahalaan

Mga refugee na pribadong inisponsoran

Mga refugee claimant

Ang Interim Federal Health na Programa Resettlement Assistance na Programa Impormasyon para sa mga refugee

### Saan magpupunta para sa karagdagang impormasyon

Maghanap online

BC211

Tungkol sa iyong komunidad

Tungkol sa British Columbia

Tungkol sa Canada



## Mga Kahulugan

**Ahensiya** – isang organisasyon na nagbibigay ng serbisyo. Halimbawa, ang mga pampamahalaang ahensiya ay nagbibigay ng mga serbisyo sa mga mamamayan. Ang mga real estate agency ay nagbibigay ng serbisyo sa mga taong nagba-buy and sell ng mga tahanan.

**Tulong** – pagtulong o pagbibigay ng serbisyo sa isang tao. Ito ay maaaring sa pamamagitan ng pera o mga espesyal na programa. Humihingi ng tulong ang mga tao upang makahanap ng trabaho, lugar na matitirahan, o pera para sa pagkain. Ang tulong ay maaaring ibigay ng pamahalaan o ng mga ahensiyang panlipunan.

**Mga Benepisyo** – pera o mga programa upang matulungan ang mga tao kapag sila ay may sakit, walang trabaho, o kapag hindi nila maalagaan ang kanilang sarili. Ang mga tagapag-employo ay nagbibigay ng mga benepisyo sa mga manggagawa. Ang mga pamahalaan ay nagbibigay ng mga benepisyo sa mga mamamayan.

**Credentials** – katibayan na ang isang tao ay may edukasyon, mga kasanayan, at karanasan para sa isang trabaho.

**Panloloko** – kapag ang isang tao ay nagsisinungaling, nagbabago ng mga detalye, nag-e-exaggerate, o sinasadyang hindi magbanggit ng impormasyon upang may makakuha ng isang mahalagang bagay.

**Munisipal (o lokal) na pamahalaan** – ang pamahalaan ng isang bayan o lungsod.

**Propesyonal** – isang taong may trabaho na may mga special standard at mga patakaran. Ang mga propesyonal ay karaniwang nangangailangan ng isang edukasyong nauugnay sa karera. Maaaring kailangan din nilang sumali sa isang propesyonal na grupo o organisasyon, at dapat silang umasal sa isang paraang aprubado ng organisasyon. Kung may mga reklamo laban sa propesyonal, ang kanilang organisasyon ay mag-iimbestiga.

**Rehiyonal na distrito** – ang level ng pamahalaan na nagbibigay ng mga serbisyo para sa maraming mga lungsod at mga bayan sa isang lugar. Maaaring kasama dito ang mga park, mga recreation centre, tubig, sewer, at pagkuha ng basura.

**Mga scam** – ang scam ay isang kasinungalingang sinasabi ng mga tao upang linlangin ang isang tao na magbigay ng mahalagang bagay, tulad ng pera o personal na impormasyon. Maaaring may magsabi na may utang kang pera sa pamahalaan, o na kailangan mong patunayan ang iyong bank account number.

**Tagapagbigay ng serbisyo** – isang ahensiya na nakakatanggap ng pera mula sa pamahalaan upang magbigay ng mga partikular na serbisyo sa mga tao. Halimbawa, ang settlement agency ay isang tagapagbigay ng serbisyo na tumutulong sa mga bagong imigrante na manirahan sa Canada.



## Mga Kahulugan

**Settlement agency** – mga organisasyon na tumutulong sa mga bagong dating sa Canada na manirahan. Maaaring makatulong ang mga ito sa mga tao na humanap ng lugar na matitirahan, isang trabaho, o edukasyon. Maaari tumulong ang mga ito na ipaliwanag kung paano gumagana ang mga bagay sa Canada, tulungan ang mga tao na matuto ng Ingles, at tulungan ang mga bagong residente na manirahan sa kanilang bagong tahanan.

**Mga Nilalaman, Indise** – isang listahan ng impormasyon na makukuha sa isang aklat, at kung saan ito mahahanap. Ang Talaan ng mga Nilalaman ay naglilista ng mga pamagat ng kabanata at ay karaniwang nasa harapan ng aklat. Nakalista sa indise ang lahat ng impormasyong sakop at ang numero ng pahina. Ito ay nasa likod ng aklat.

**Ikatlong partido** – isang tao o organisasyon na hiwalay sa isang organisasyon. Halimbawa, maaaring mag-develop ang isang software company ng app na gumagana sa isang computer program. Hiwalay ito sa computer program, pero naghahatid ito ng serbisyo para dito bilang ikatlong partido.

## Paggamit sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.

Ang *Ang Gabay ng mga Bagong Dating sa mga Mapagkukunan at mga Serbisyo ng British Columbia* ay may impormasyon upang matulungan ka sa iyo sa iyong mga unang buwan ng paninirahan dito.

- Mayroong isang Talaan ng mga Nilalaman sa simula ng gabay na ito at Indise sa likod. Gamitin ang mga ito upang humanap ng impormasyon sa gabay.
- Kung may makita kang mga salita na hindi mo naiintindihan, tingnan ang Mga Kahulugan sa simula ng bawat kabanata.
- May listahan ng mga abbreviation sa pahina 165. Ang abbreviation ay isang maikling paraan upang tukuyin ang isang bagay na may mahabang pangalan.

Halimbawa, karaniwang tinatawag na “SIN” ng mga Canadian ang “Social Insurance Number”.

- Ang lahat ng mga website ay nasa Ingles. Marami ding mga organisasyon ang nagbibigay ng impormasyon sa ibang mga wika.

Mangyaring tandaan: ang ilang impormasyon ay maaaring nagbago simula nang na-publish ang gabay na ito.

### **Newcomers’ Guide videos**

Ang website ng WelcomeBC ay may mga video na may impormasyon para sa mga tao na bago sa B.C. Ang mga ito ay makukuha sa maraming wika. Mapapanood mo ang mga ito sa website ng WelcomeBC.

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



## Paggamit ng mga app upang makuha ang impormasyon sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C.

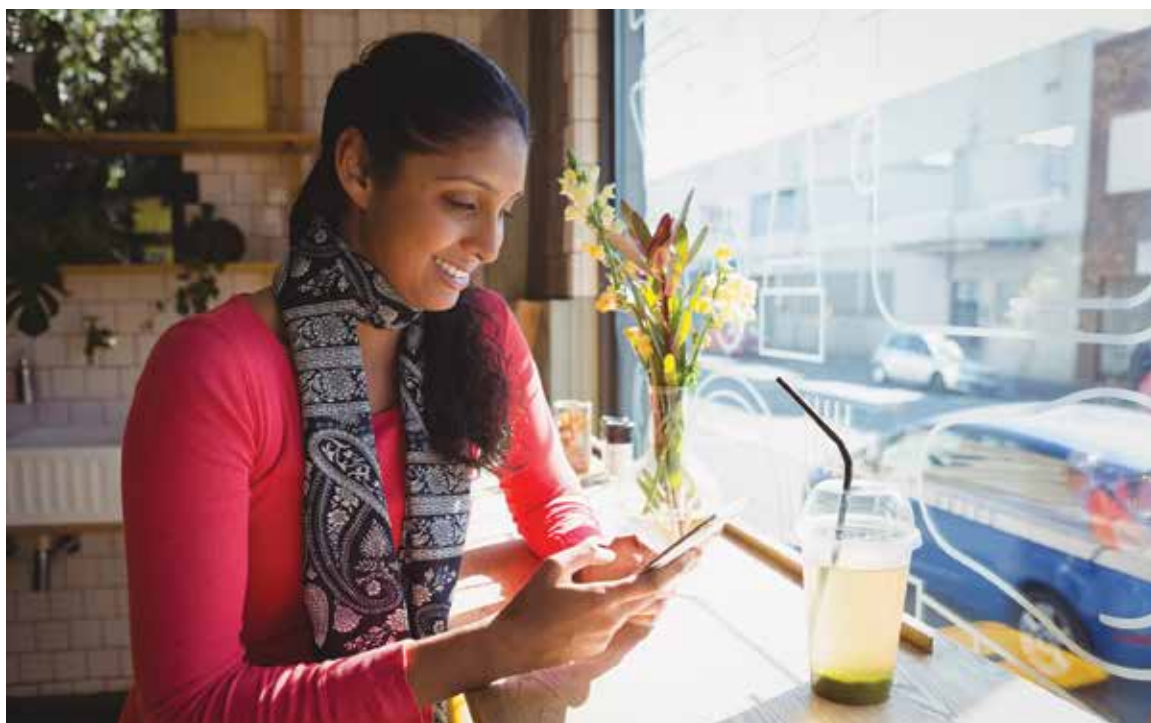
Mahamanap mo ang impormasyon sa Gabay ng mga Bagong Dating ng B.C. sa isang app para sa iyong mobile phone. Ang Arrival Advisor ay isang ikatlong partidong app. Ito ay libre, at makukuha sa maraming wika. [arrivaladvisor.ca](http://arrivaladvisor.ca)

## Pandaraya at mga panloloko

Ang pandaraya at mga panloloko ay nangyayari kapag nagsisinungaling ang mga tao sa iyo upang subukang nakawin ang iyong pera o personal na

impormasyon. Maaari ding mangyari ang panloloko kapag ang isang tao ay nagsisinungaling, nagbabago ng mga detalye, nag-e-exaggerate, o sinasadyang hindi magbanggit ng impormasyon. Maraming mga Canadian ang nakatanggap ng mga tawag sa telepono o email mula sa mga scammer. Kadalasan, ang mga bagong imigrante ay nakikita bilang mga madadaling target para sa mga scam. Ang ilang mga panloloko ay nangangako na maaari kang tulungan ng mga ito na makapasok sa Canada, o makakuha kaagad ng permanenteng residente na estado. Susubukan kang takutin ng ilang mga manloloko. Maaari nilang sabihin na may ginagawa kang labag sa batas, o may problema ka sa pamahalaan.

Maaaring mahirapmasabi ang pagkakaiba ng totoo at pekeng website, email, o sulat ng pamahalaan. Ang mga manloloko ay maaaring magpadala sa iyo ng mga email,





mga text, at mga voice message. Maaari nilang sabihin na may utang kang pera sa pamahalaan ng Canada, o maaari silang humingi ng impormasyon tulad ng iyong bank account, mga detalye ng credit card, o Social Insurance Number.

Ang mga pamahalaan ng Canada at British Columbia ay hindi kailanman manghihingi ng pribadong impormasyon o pera sa pamamagitan ng email o telepono.

Ang pamahalaan ng B.C. ay nagbibigay rin ng impormasyon tungkol sa pagkilala at pag-uulat ng pandaraya at mga panloloko tungkol sa imigrasyon.

[welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams](http://welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams)

Maaari kang mag-report ng panlolokong email, tawag sa telepono, o sulat sa Canadian Anti-Fraud Centre.

Libreng-tawag: 1 888 495-8501

Tandaan: Ang opisang ito ay nasa Central Canada.

Ang numero ng telepono ay sinasagot sa pagitan ng alas 7:00 ng umaga hanggang ala 1:45 ng hapon Pacific Time.

Ang Canadian Bankers Association ay may impormasyon tungkol sa pagpoprotekta ng iyong mga bank account.

[cba.ca](http://cba.ca) – I-search ang “scam”

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pagpoprotekta ng iyong sarili laban sa mga panloloko, tingnan ang pahina 22.

## Mga ahensiya na makakatulong sa mga bagong dating

Ang karamihan ng mga komunidad sa B.C. ay may mga organisasyon na makakatulong sa mga bagong imigrante at mga temporaryong residente na makapanirahan dito. Ang mga ito ang pinakamainam na lugar na puntahan kapag mayroon kang mga katanungan ukol sa paninirahan at pagtatrabaho sa B.C. Ang mga serbisyong ito ay libre, at karaniwang iniaalok sa maraming wika.

Ang settlement agency sa iyong komunidad ay makakatulong sa iyo sa maraming bagay. Maaari kang matulungan ka nito:

- humanap ng lugar na matitirahan
- maghanap ng trabaho
- malaman kung paano kikilalanin ang iyong mga foreign credential
- pahusayin ang iyong mga kasanayan at mga kwalipikasyon sa trabaho
- irehistro ang iyong mga anak sa paaralan
- makakuha ng mga opisyal na dokumento at mga serbisyo ng pamahalaan
- maghanap ng impormasyon ng pamahalaan, kabilang ang mga pederal at panlalawigang programa ng imigrasyon, visa, at mga permit
- maghanap ng mga libreng klase sa wika upang matuto ka ng Ingles at mapahusay mo ito
- makatanggap ng ligal na tulong, o mag-file ng reklamo tungkol sa isang ahensiya o negosyo



Maghanap ng settlement agency na malapit sa iyo:

- Mga permanenteng residente, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Mga temporaryong residente, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporaryong foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

### Mga Francophone settlement service

Ang La coopérative d'immigration Le Relais Francophone de la Colombie-Britannique ay nagbibigay sa mga bagong dating ng mga serbisyo sa wikang Pranses.

Vancouver area: 604 630-0316  
Libreng-tawag: 1 877 630-0316  
[vivreenbc.ca](http://vivreenbc.ca)

### Mga serbisyo sa pagsasalin-wika at interpretasyon

Maaaring kailangan mo ng tulong sa pagbabasa ng mga dokumento sa Ingles. Maaaring kailangan mo ring isalin ang mga dokumento sa Ingles mula sa iyong sariling wika. Humingi ng tulong sa iyong settlement agency. Maaari itong:

- magsalin ng mga simpleng dokumento
- tulongan kang magbasa at magsulat ng mga form at dokumento
- mag-interpret (magsalin nang pasalita)
- tulongan kang maghanap ng mga propesyonal na translator

**Hindi** ka matutulungan ng mga settlement agency sa pagsagot ng mga legal na form.

Ang mga propesyonal na kompanya ay may sinisingil na fee. Maaaring kailangan mong mag-hire ng isang propesyonal na translator o interpreter kung:

- gumagamit ka ng mga ligal na dokumento
- ang iyong mga dokumento ay nangangailangan ng mga sertipikadong translation

Upang makahanap ng translator o interpreter, bisitahin ang website ng Society of Translators and Interpreters of B.C. Vancouver area: 604 684-2940  
[stibc.org](http://stibc.org)

### Mga serbisyo para sa mga refugee at mga refugee claimant

#### Mga refugee na tinutulungan ng pamahalaan

Sa ilalim ng Government Assisted Refugees na Programa, ang mga refugee ay nire-refer ng United Nations Refugee Agency o ng ibang referral organization sa Canada para sa resettlement. Ang refugees na tinutulungan ng pamahalaan ay makakatanggap ng suporta hanggang sa 1 taon mula sa petsa kung kailan sila dumating sa Canada o hanggang sa kaya na nilang suportahan ang kanilang mga sarili – alinman ang mauna. Maaaring kasama dito ang accommodation, kasuotan, pagkain, at tulong sa paghahanap ng trabaho.

[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program.html)



## Mga refugee na pribadong inisponsoran

Ang mga grupo ng mga boluntaryo sa Canada ay maaaring pribadong mag-isponsor ng mga refugee. Tutulungan nilang mag-adjust ang mga bagong dating sa buhay dito. Ang sponsorship group ay:

- tutulong na humanap ng lugar na matitirahan
- magbibigay ng pinansiyal na suporta
- magbibigay ng social at emotional support
- magbibigay ng pagkain at kasuotan

Ang mga sponsorship group ay dapat sumuporta ng isang refugee sa loob ng 1 taon pagkatapos dumating ang mga ito o hanggang sa kaya na niyang suportahan ang kanilang sarili – alinman ang mauna. Hindi mo kailangang bayaran ang iyong sponsor para sa mga serbisyong ito. Ang mga sponsor ay hindi maaaring humingi sa iyo ng pera upang tulungan kang makapanirahan. [cic.gc.ca](http://cic.gc.ca) – I-search ang “Private sponsorship refugees information”

## Mga refugee claimant

Kung wala kang refugee status pero gusto mong humingi ng asylum sa Canada, may mga hakbang na kakailanganin mong gawin upang mag-file ng refugee claim at makakuha ng pagdinig. Maaari mong kontakin ang Settlement Orientation Services para sa mga specialized na suporta upang makapagnabiga sa proseso ng refugee claim at makakuha ng tulong sa iyong mga agarang pangangailangan sa housing, pangangailangang medikal, at pangangailangan sa kita.

- Settlement Orientation Services sa Immigrant Services Society of BC (ISSofBC) [issbc.org/our-services/sos-settlement-orientation-services](http://issbc.org/our-services/sos-settlement-orientation-services)

Maaari mo ring kontakin ang iyong settlement agency.

- [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)

Para sa karagdagang impormasyon:

- [canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/claim-protection-inside-canada.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/claim-protection-inside-canada.html)
- Multi-Lingual Orientation Service Association for Immigrant Communities (MOSAIC). [mosaicbc.org](http://mosaicbc.org)



## Ang Interim Federal Health Program

Ang Interim Federal Health Program ay nagbibigay ng limitado at pansamantalang health-care benefits para sa mga ispesipikong grupo ng mga tao sa Canada na walang panlalawigan, panteritoryo, o pribadong health-care coverage. Ang mga protektadong tao, mga resettled refugee, at mga refugee claimant ay maaaring mag-apply para sa programa.

Para sa karagdagang impormasyon at para mag-apply, tingnan ang website.

- Para sa mga indibidwal [cic.gc.ca/english/refugees/outside/arriving-healthcare/individuals.asp](https://cic.gc.ca/english/refugees/outside/arriving-healthcare/individuals.asp)
- Para sa mga refugee [canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/services.html](https://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/services.html)

Upang makakuha ng coverage, ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan ay dapat na nakarehistro sa Interim Federal Health Program. Maghanap ng rehistradong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan sa B.C. [ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers](https://ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers)

## Resettlement Assistance na Programa

Maaaring eligible ka para sa tulong sa ilalim ng Resettlement Assistance na Programa. Kasama sa mga programa at mga serbisyo ang:

- mga loan na makakatulong na bumiyaha papuntang Canada
- tulong pagkapasok sa Canada
- pagpapayo at cultural orientation
- pangkalahatang impormasyon at orientation
- referral sa mga mapagkukunan ng komunidad
- mga serbisyo sa pagsasalin-wika at sa interpretasyon
- pagsasanay sa wika
- mga serbisyo na may kinalaman sa trabaho

Ang bawat programa at serbisyo ay may sarili nitong mga eligibility requirement. Kung inisponsoran ka bilang isang refugee, kontakin ang organisasyon na nag-iisponsor sa iyo upang malaman ang tungkol sa settlement assistance. Makakakuha ka rin ng impormasyon tungkol sa settlement assistance sa pamamagitan ng direktang pag-kontak sa isang service organization. [canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program/providers.html](https://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/government-assisted-refugee-program/providers.html)

## Impormasyon para sa mga refugee

- Legal Aid BC [lss.bc.ca/publications/pub/refugee-hearing-preparation](https://lss.bc.ca/publications/pub/refugee-hearing-preparation)
- Refugee Readiness Hub [bcrefugeehub.ca](https://bcrefugeehub.ca)
- Refugee Health – Vancouver [refugeehealth.ca](https://refugeehealth.ca)





## **i** Saan magpupunta para sa karagdagang impormasyon

### **Maghanap sa online**

Maaari mong gamitin ang internet upang maghanap ng trabaho, humanap ng pabahay, bumili ng mga bago o second-hand na item, magsalin ng mga simpleng pangungusap, at makakilala ng mga bagong tao. Ang karamihan ng mga link sa gabay na ito ay sa mga pamahalaan, o mga organisasyon na pinopondohan ng pamahalaan.

Ang mga library at maraming pampublikong lugar ay may libreng wireless internet (WiFi). Marami ding mga coffee shop ang may WiFi para sa mga customer. Ang mga hotel at motel ay karaniwang may libreng WiFi para sa mga guest. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga serbisyo ng internet sa tahanan, tingnan ang pahina 47.

Kung wala kang computer, tablet, o smartphone, maaari kang gumamit ng pampublikong computer sa library. Ang karamihan ng mga public library ay may mga computer na magagamit mo nang libre. Ang iyong komunidad ay maaaring mayroong internet café o gaming café kung saan maa-access mo ang internet sa mga pampublikong computer.

Bisitahin ang iyong settlement agency. Libre ang mga serbisyo nito, at makakatulong ito sa iyo na makakuha ng impormasyon tungkol sa iyong bagong komunidad.

Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Permanent residents, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Temporary residents, kabilang ang refugee claimants, temporary foreign workers, at post-secondary international students  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- I-download ang Arrival Advisor app sa iyong smartphone. Gamitin ito upang makahanap ng impormasyon sa settlement at resources ng komunidad. Makukuha ang app sa Ingles, Pranses, Arabic, Chinese (Simplified at Traditional), Korean, Punjabi, at Tagalog.  
[arrivaladvisor.ca](http://arrivaladvisor.ca)

### **BC211**

Matutulungan ka ng BC211 na humanap ng mga serbisyo ng pamahalaan at komunidad na maaaring kailanganin mo. Kasama sa mga ito ang counselling, pagtatrabaho, child care, pinansiyal na tulong, pagkain, mga serbisyo para sa senior, housing, mga ligal na serbisyo, mga serbisyo para sa imigrante, edukasyon, sining at kultura, recreation, mga serbisyo sa kalusugan, at support groups. Ang serbisyo ay libre, kompidensiyal (pribado), at makukuha sa maraming wika. Libreng-tawag: 2-1-1  
[bc211.ca](http://bc211.ca)



## **i** Saan magpupunta para sa karagdagang impormasyon (*ipinagpatuloy*)

### **Tungkol sa iyong komunidad**

- Marami kang libreng impormasyon na makukuha sa iyong lokal na library. May mga libro tungkol sa iyong komunidad, B.C., at Canada. Makakahanap ka rin ng mga mapa, mga dyaryo, mga magazine, at mga DVD. Ang mga library ay kadalasang nagsasagawa ng mga klase, educational talks, at social events. Ang NewToBC ay may impormasyon tungkol sa mga public library at mga serbisyo para sa mga bagong dating. [newtobc.ca](http://newtobc.ca)
- Magpunta sa opisina ng munisipal na pamahalaan. Ito'y maaaring tinatawag na “town hall” o kaya “city hall”. Makakakuha ka ng impormasyon tungkol sa parks, recreation centres, at mga aktibidad sa iyong komunidad. [civicinfo.bc.ca/municipalities](http://civicinfo.bc.ca/municipalities)
- Ang mga regional district ay maaaring may impormasyon tungkol sa parks at recreation. [civicinfo.bc.ca/regionaldistricts](http://civicinfo.bc.ca/regionaldistricts)
- Bisitahin ang tourist information centre sa iyong lugar. Mayroon itong mga mapa at impormasyon tungkol sa mga maaaring gawin at maaaring makita sa iyong komunidad. [hellobc.com/plan-your-trip/visitor-information-services](http://hellobc.com/plan-your-trip/visitor-information-services)

### **Tungkol sa British Columbia**

- Ang WorkBC ay isang website ng provincial government na may impormasyon tungkol sa paghahanap ng trabaho at pagtatrabaho sa B.C. Libreng-tawag: 1 877 952-6914 [workbc.ca](http://workbc.ca)

- Ang WelcomeBC ay may impormasyon tungkol sa pagtatrabaho, pag-aaral, at paninirahan sa B.C. Ito'y isang website ng provincial government na may impormasyon tungkol sa imigrasyon sa B.C. at BC Provincial Nominee Program. [WelcomeBC.ca](http://WelcomeBC.ca)
- Ang Service BC ay may impormasyon tungkol sa mga serbisyo ng provincial government. Libreng-tawag: 1 800 663-7867 [servicebc.gov.bc.ca](http://servicebc.gov.bc.ca)
- Ang website ng provincial government ay may impormasyon tungkol sa mga serbisyo, mga programa, at buhay sa B.C. [gov.bc.ca/gov/content/home](http://gov.bc.ca/gov/content/home)
- Ang BC Stats ay may impormasyon tungkol sa ekonomiya at populasyon ng B.C. [bcstats.gov.bc.ca](http://bcstats.gov.bc.ca)
- Ang HelloBC ay may impormasyon tungkol sa pag-explore sa British Columbia. [hellobc.com](http://hellobc.com)

### **Tungkol sa Canada**

- Ang Immigration, Refugees and Citizenship Canada ay may impormasyon tungkol sa mga batas, pangangalagang pangkalusugan, at mga settlement service sa Canada. [cic.gc.ca/english/resources/publications/welcome/index.asp](http://cic.gc.ca/english/resources/publications/welcome/index.asp)
- Ang Service Canada ay tumutulong sa mga tao na makakuha ang mga serbisyo at mga benepisyo ng federal government. [servicecanada.gc.ca/eng/home.shtml](http://servicecanada.gc.ca/eng/home.shtml)



# PANINIRAHAN

## Mga Kahulugan

### Mga Katutubong tao

Mga Katutubong tao at Kasaysayan ng Europe  
Kamakailang kasaysayan at pagkakasundo  
Mga Katutubong tao ngayon  
Para sa karagdagang impormasyon

### Mga panlipunang kaugalian

Pag-aasawa, diborsyo, at mga pamilya  
Paninigarilyo at pag-vaping  
Alak at cannabis  
Mga personal title  
Mga appointment at oras  
Personal na pagkapribado

### Mga Telepono

Long-distance calls  
Phone cards

### Personal na kaligtasan

Pandaraya at mga panloloko  
Mga emergency  
9-1-1 Tips  
Paghahanda para sa mga emergency

### Transportasyon

Pampublikong transportasyon  
Transportasyon para sa mga taong may mga kapansanan

Mga taxi  
Ride hailing  
Carsharing at Carpooling  
Paglalakad  
Pagbibisikleta  
Mga kotse

### Pagbiyahe sa mga komunidad

Pagmamaneho  
Mga bus  
Mga airlines  
Mga ferries  
Mga tren

### Pagpapadala at pagtanggap ng mail

Pagpapadala ng mga sulat at mga package  
Iba pang mail at delivery services

### Mga public library

### Mga sentrong pangkomunidad, panlibangan at pang-matatanda

Mga sentrong pangkomunidad at panlibangan  
Mga Seniors' program

### Pagboboluntaryo

### Listahan ng mga bagay na dapat kaagad gawin



## Mga Kahulugan

**Avalanche** – kapag ang maraming snow, yelo, o bato ay bumabagsak sa gilid ng isang bundok.

**Appointment** – isang meeting na itinakda nang maaga. Maaari kang magpa-appointment upang magpatingin sa isang doktor o dentista, magpaayos ng isang bagay sa iyong tahanan, kumuha ng isang klase, o pumunta sa isang job interview.

**Cannabis** (marijuana) – isang gamot na iniinom para sa mga medikal na dahilan at para sa recreation. Noong 2020, ang paggamit ng cannabis ay naging ligal para sa mga nasa hustong gulang na Canadian.

**Mga Kapansanan** – mga pangkatawan, pangkaisipan, o developmental na kundisyon na naglilimita sa kakayahan ng isang tao na magtrabaho, kumilos, o gumawa ng mga aktibidad sa kanyang pang-araw-araw na pamumuhay.

**Emergency** – isang hindi inaasahan at mapanganib na sitwasyon na dapat tugunan kaagad ng mga tao. Kasama sa mga emergency ang mga avalanche, lindol, sunog, pagbaha, o napakasamang weather.

**Pagiging handa sa emergency** – paghahanda para sa isang emergency nang maaga. Ito ay nangangahulugang paghahanda ng pagkain, mga ilaw, mga baterya, at supplies kung sakaling may emergency (halimbawa, kung mawalan ng kuryente sa loob ng ilang mga araw o linggo).

**Panloloko** – kapag ang isang tao ay nagsisinungaling, nagbabago ng mga detalye, nag-e-exaggerate, o sinasadyang hindi magbanggit ng impormasyon upang may makakuha ng isang mahalagang bagay.

**Helmet** – isang hard hat na isinusuot ng mga tao upang maprotektahan ang kanilang ulo kung sakaling sila ay matumba o matamaan sa ulo. Ang mga taong naka-motor, naka-scooter, at nakabisikleta ay dapat magsuot ng helmet. Ang mga ito ay karaniwang tinatawag na “bike helmets”.

**Mobility aids** – mga bagay na makakatulong sa isang tao na gumalaw. Kasama rito ang wheelchairs, walkers, at walking canes.

**Multikulturalismo** – kapag maraming kultura ang pinapahalagahan ng isang bansa. Maraming iba't ibang mga kultura ang pinagdiriwang ng mga tao. Ang pagkakaiba-iba ng etniko ay pinapahalagahan sa Canada at nakakabuti sa lahat ng mga mamamayan.

**Mga scam** – ang scam ay isang kasinungalingang sinasabi ng mga tao upang linlangin ang isang tao na magbigay ng mahalagang bagay, tulad ng pera o personal na impormasyon. Maaaring may magsabi na may utang kang pera sa pamahalaan, o na kailangan mong patunayan ang iyong bank account number.



**Single-parent family** – isang pamilya na may 1 adult na nag-aalaga sa kanyang mga anak. Sa ilang mga pamilya, maaaring nagdiborsyo ang mga magulang, at maaaring 1 magulang ang may custody (responsibilidad) para sa mga bata. Maaaring namatay ang isang magulang, o nagpasiya ang isang lalaki o babae na magkaroon ng anak nang mag-isa at nang walang partner.

**Tip** – karagdagang pera na ibinabayad sa mga manggagawa na nagbibigay ng mga personal na serbisyo. Kasama rito ang mga taxi driver, mga server sa mga restaurant at mga bar, mga hairdresser, atbp. Ang mga tip ay karaniwang nasa pagitan ng 10% at 20% ng kabuuang bill. Ang mga Canadian ay karaniwang nagbibigay ng mga tip kapag naging maganda ang serbisyo.

**Tsunami** – isang malaking alon sa karagatan na karaniwang dulot ng lindol. Maaaring bumaha sa dalampasigan at maaaring masira ang malapit na mga bayan, mga lungsod, o mga kalsada dahil sa alon na ito.

**Volunteer** – isang tao na nagbibigay ng kanyang oras nang libre upang makatulong sa iba. Maraming organisasyon ang gumagamit ng mga volunteer upang magbigay ng serbisyo. Ang mga volunteer ay hindi binabayaran para sa kanilang trabaho.

## Mga Katutubong tao

Mayroong mahigit sa 1.6 milyong mga Katutubong tao sa Canada, at mahigit sa 600 iba't ibang mga Katutubong komunidad. Mahigit sa 200 lang sa mga komunidad na ito ang nasa British Columbia. Halos 80% ng mga Katutubong tao sa B.C. ay nakatira sa labas ng mga Katutubong komunidad, sa mga bayan at mga lungsod sa buong province.

Ang mga tao na Katutubo sa Canada ay nabibilang sa 3 grupo – First Nations, Métis, at Inuit. Ang First Nations people ay naninirahan sa B.C. mula pa noong una, na nangangahulugang hindi na maalala o hindi naitala kung kailan sila nagsimulang manirahan dito. Libu-libong First Nations people ang narito noong dumating ang Europeans at sinakop ang B.C. sa kalagitnaan ng ika-18 siglo. Ang mga taong Métis ay may lahing magkahalong

European at First Nations. Sila ay mga natatanging tao at Nasyon. Ang Inuit ay mula sa mga northern region ng Canada.

Maraming stereotype at prejudice laban sa mga tao na Katutubo sa Canada. Ito ay nagmula sa kasaysayan ng kung paano tinrato ng European settlers ang mga Katutubong tao.

## Mga Katutubong tao at Kasaysayan ng Europe

Bago pa man dumating ang unang Europeans sa North America, ang mga Katutubong tao ng bansang tinatawag na Canada ngayon ay namamahala ng kanilang mga lupa gamit ang sarili nilang mga sistema ng pamahalaan, mga batas, mga tradisyon, at mga ekonomiya. Sila ay nagkaroon ng (at mayroon pa ring) sarili nilang mga wika, mga seremonya, mga tradisyon, mga kultura, at mga espirituwal na paniniwala.



Noong dumating ang mga explorer sa North America, ang kanilang mga bansa ay naglalaban para sa kapangyarihan at kontrol sa lupa sa buong mundo. Hindi talaga kinilala ng marami sa mga settler dito ang Katutubong tao, o ang kanilang mga batas, mga pamahalaan, mga kultura, mga paniniwala, o mga relasyon.

Noong 1867, nabuo ang Pamahalaan ng Canada. Binuo ng pamahalaan ang Indian Act, na isang batas na sumasaklaw sa mga Katutubong tao. Ito ang kumontrol sa bawat aspeto ng kanilang mga buhay at sinubukan nitong burahin ang kanilang mga kultura at mga paraan ng pamumuhay. Palaging lumalaban ang mga Katutubong tao sa pang-aapi ng Indian Act at kolonisasyon, at para sa pagkilala ng kanilang mga karapatan. Tinawag ng Amnesty International, United Nations, at Canadian Human Rights Commission ang Indian Act na pang-aabuso sa human rights (mga karapatang pantao).

Isa sa mga pinakamasalimuot na panahon sa kasaysayan ng Canada ang paggawa ng mga residential school, na naglayong sirain ang kultura ng mga taong First Nations, Métis, at Inuit. Inilayo ng Pamahalaan ng Canada ang libu-libong mga Katutubong bata sa kanilang mga tahanan at mga pamilya. Sila ay inilagay sa mga paaralan na malayo sa kanilang mga tahanan. Kinailangan nilang matuto ng Ingles at tinanggalan sila ng kanilang wika, kultura, at Katutubong identidad. Ang karamihan ng mga bata ay nagdusa sa matitinding pang-aabuso sa mga paaralan. Ang huling opisyal na residential school ay nagsara noong 1996.

Ang pangmatagalang pinsala at trauma na idinulot ng mga residential school – at marami pang ibang halimbawa ng kawalan ng katarungan at kapootang panlahi sa kasaysayan ng Canada – ay mayroon pa

ring hindi magandang epekto sa mga Katutubong tao, mga Katutubong pamilya, at mga Katutubong komunidad ngayon, pati na rin sa bansa sa kabuuan.

### **Kamakailang kasaysayan at pagkakasundo**

Sa mga nagdaang taon, kinilala ng mga pamahalaan sa buong Canada kung paano nasaktan ng kanilang mga pagkilos ang mga taong First Nations, Métis, at Inuit. Noong 2008, binuo ng Pamahalaan ng Canada ang Truth and Reconciliation Commission upang simulang suriin at kilalanin ang mga kawalan ng katarungan laban sa mga Katutubong tao sa buong bansa.

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website ng commission. [trc.ca](http://trc.ca)

Noong 2007, pinagtibay ng United Nations General Assembly ang United Nations Declaration on the Rights of Indigenous Peoples (UN Declaration, o UNDRIP). Ang UN Declaration ay pinagtibay ng 148 bansa. Binibigyang-diin nito ang mga karapatan ng mga Katutubong tao upang mamuhay nang may dignidad, upang panatilihin at patatagin ang mga Katutubong institusyon, kultura, at tradisyon, at upang maisakatuparan ang self-determined na pag-unlad nang naaayon sa mga Katutubong pangangailangan at hangarin. [un.org/development/desa/indigenouspeoples/declaration-on-the-rights-of-indigenous-peoples.html](http://un.org/development/desa/indigenouspeoples/declaration-on-the-rights-of-indigenous-peoples.html)

Noong Nobyembre 2019, ang pamahalaan ng B.C. ay gumawa ng batas upang ipatupad ang UN Declaration, na sinabi ng Truth and Reconciliation Commission na dapat ganap na pagtibayin at ipatupad ng mga pamahalaan sa Canada bilang framework para sa pakikipagkasundo sa mga Katutubong tao.



Ang Declaration on the Rights of Indigenous Peoples Act ay nangangahulugan na kailangang kilalanin at igalang ng pamahalaan ng B.C. ang mga karapatang pantao ng mga Katutubong tao. Sa tulong ng batas na ito, nangako ang pamahalaan na makipagtulungan sa mga Katutubong tao upang bumuo ng action plan na makakatulong sa pagbuo ng mas magandang kinabukasan para sa mga Katutubong tao at sa lahat sa B.C. [declaration.gov.bc.ca](http://declaration.gov.bc.ca)

### Mga katutubong tao ngayon

Bagama't sinubukang sirain ng colonial governments ng Canada ang mga ugnayan ng mga Katutubong tao sa kultura, mga tradisyon, mga ekonomiya, mga batas, at mga karapatan sa lupain, nananatiling matatag ang mga ugnayang iyon ngayon. Muling binubuhay ng mga Katutubong tao ang kultura at mga wika na muntik nang maglaho dahil sinubukan ng pamahalaan na burahin ang mga ito sa pamamagitan ng residential school system at patakaran ng colonial government. Ipinaglaban ng mga Katutubong tao na panatilihin buhay ang kanilang mga kultura, at ngayon, pinapalaki nila ang mga bata na ipagmalaki ang kanilang mga kultura at mga identidad. Maraming selebrasyon at pagdiriwang sa mga komunidad kung saan malugod na tinatanggap ang mga hindi Katutubong tao.

Bilang tradisyon, ang ilang First Nations leadership ay ipinapasa sa pamilya (hereditary). Sa ilalim ng Indian Act, ang pamahalaan ng Canada ay gumawa ng “bands” – isang naiibang anyo ng pamahalaan na ipinatupad sa First Nations. Kung sino ang maaaring maging miyembro ng band ay tinukoy ng Pamahalaan ng Canada, hindi ng First Nation. Maraming bands ang mayroon na ngayong isang

hinirang na council, na tinatawag na “band council” at isang hinirang na chief. Ngayon, umiiral pa rin ang hereditary leadership sa maraming Nations, at ang ilang bands ay kapwa mayroong mga hereditary at mga hinirang na chief, leader, at mga matriarch. Maraming hinirang na band councils ang namamahala ng edukasyon, band schools, housing, mga sistema ng tubig at sewer, mga kalsada, at iba pang mga negosyo at mga serbisyo sa komunidad.

Ang ilang mga komunidad ng First Nations ay mayroon na ngayong mga kasunduan sa sariling pamamahala. Ang sariling pamamahala ay nangangahulugan na maaaring kontrolin at panagutan ng First Nations ang mga desisyon na nakakaapekto sa kanila. Maaaring kabilang sa mga ito ang paggawa ng mga batas, pagpapasiya sa kung paano gagastusin ang pera, pangangalap ng pera sa pamamagitan ng taxation, pagsasagawa ng mga programa, at pagbuo ng mga oportunidad sa ekonomiya.

Sa maraming mga bahagi ng Canada, pumirma ang First Nations ng mga treaty (mga kontrata sa pamahalaan) na nagbigay sa mga bagong settler ng mga karapatan sa lupain. Napakakaunting mga treaty ang pinirmahan sa B.C. Sa katunayan, 95% ng B.C. ay nasa lupain ng First Nations na hindi kailanman nagkaroon ng treaty agreement. Ngayon, kinikilala ng mga tao ang isyung ito. Halimbawa, maaari mong marinig na sisimulan ng isang tao ang isang event sa B.C. sa pamamagitan ng pagsasabing, “Gusto naming kilalanin ang teritoryo ng Coast Salish people.” Kinikilala nito na hindi isinuko ng First Nations people ang kanilang lupain o hindi nila ito ligal na ibinigay sa Britain o Canada.



Nakakagulat na ang karamihan ng hindi Katutubong tao na nakatira sa Canada ay walang masyadong alam tungkol sa mga Katutubong tao, kanilang mga kasaysayan, mga kultura, at mga paraan ng pamumuhay. Bagama't nagsisimula na itong magbago, maraming dahilan para sa kakulangan ng kaalaman na ito.

- Sa loob ng maraming taon, ang patakaran ng pamahalaan ay i-assimilate (tanggapin) ang mga Katutubong tao sa lipunan sa Canada, upang mawala ang kanilang mga natatanging identidad bilang First Nations, Métis o Inuit.
- Maraming First Nations people ang nabuhay sa reserves (mga komunidad) na malayo sa mga lungsod ng Canada.
- Hindi itinuro ng sistema ng paaralan ng Canada sa mga estudyante ang tungkol sa mga Katutubong tao at kanilang totoong kasaysayan.
- Kadalasang naririnig lamang ng mga Canadians ang tungkol sa mga Katutubong tao sa pamamagitan ng media. Ang karamihan ng mga kuwentong ito ay tungkol sa pagpoprotesta ng mga Katutubong tao para sa kanilang mga karapatan. Ang mga ito ay karaniwang inilalarawan bilang mga “negatibong” aksyon. Kadalasan, hindi sinusubukan ng media na ipakita ang katotohanan tulad ng kaalaman ng mga Katutubong.

Mahalaga ang wika na ginagamit natin kapag pinag-uusapan ang mga Katutubong paksa sa Canada. Ang ilang mga Katutubong tao ay dating tinatawag na “Indians” o “Natives.” Ngayon, iniuugnay ng karamihan ng mga Katutubong tao ang mga salitang ito sa pang-aapi ng pamahalaan. Hindi ito isang katanggap-tanggap na paraan ng pagtukoy ng mga hindi Katutubong tao sa mga Katutubong

tao. Pinakamainam na magtanong sa isang Katutubong tao kung anong mga termino ang gusto nilla.

Ang cultural appropriation ay nangyayari kapag kinukuha ng isang tao ang isang bagay mula sa ibang kultura upang gamitin para sa sarili nilang kapakanan, at nawawala o nagbabago ang orihinal na kahulugan o kahalagahan sa kultura. Kinuha ng mga hindi Katutubong tao ang mahahalagang simbolo at tradisyon na sagrado sa mga Katutubong tao at ginamit nila ang mga ito upang magbenta ng mga produkto at kumita ng pera. Itinuturing itong pagnanakaw at hindi ito dapat gawin.

### Para sa karagdagang impormasyon

- Mga Katutubong tao ng British Columbia [gov.bc.ca/gov/content/governments/indigenous-people](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/indigenous-people)
- Ang Lungsod ng Vancouver ay nagsulat ng gabay para sa mga bagong dating. [vancouver.ca/files/cov/First-Peoples-A-Guide-for-Newcomers.pdf](http://vancouver.ca/files/cov/First-Peoples-A-Guide-for-Newcomers.pdf)
- Ang Indigenous Tourism BC ay may impormasyon sa pagbiyahe, mga event, at mga ideya. Maaari kang magplano ng isang bakasyong mayaman sa kultura na sumusuporta sa Katutubong industriya sa pagbiyahe ng B.C. [indigenoussc.com](http://indigenoussc.com)
- Ang Aboriginal People’s Television Network (APTN) ay isang cable television network sa Canada na gumagawa at nagpapalabas ng mga programa ng at para sa Aboriginal people. [aptn.ca](http://aptn.ca)
- Ang Pamahalaan ng Canada, Crown-Indigenous Relations and Northern Affairs Canada [rcaanc-cirnac.gc.ca](http://rcaanc-cirnac.gc.ca)





## Mga panlipunang kaugalian

Ang Canada ay isang multikultural na bansa. Ang mga Canadian ay nagmumula sa maraming iba't ibang mga bansa, at ipinagmamalaki ng mga tao ang kanilang mga tradisyon at kasaysayan. Tinatanggap ang lahat ng mga kultura sa Canada, at pantay-pantay ang lahat ng mga mamamayan ng Canada.

Sa Canada, maaaring makita mo na ang mga tao ay nagsasalita at umaasal nang kakaiba mula sa mga tao sa iyong bansang pinagmulan. Maaaring hindi mo nauunawaan kung bakit sinasabi o ginagawa ng mga tao ang ilang mga bagay. Maaaring hindi ka sumasang-ayon. Maaaring makaramdam ka ng pagkalito o pagkahiya. Maaaring maramdaman mo na hindi mabait, o hindi magalang ang isa pang tao. Ito'y maaaring mangyari dahil hindi mo pa nauunawaan ang lipunan sa Canada, o dahil hindi nauunawaan ng mga Canadian ang iyong lipunan.

Pagsikapang matutunan ang mga panlipunang kaugalian ng Canada. Maaari mong matutunan sa pamamagitan ng panonood kung paano ang pag-asal ng mga tao na magkakasama. Makipag-usap sa iba, makipagkaibigan, at magtanong. Ang karamihan ng mga Canadian ay matutuwa na sagutin ang iyong mga tanong at alamin ang mga kaugalian mula sa iyong bansang pinagmulan.

Maaari mo ring kausapin ang mga tao sa iyong settlement agency. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)

- Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Pag-aasawa, diborsyo, at mga pamilya

Ang pag-aasawa ay isang ligal na kasunduan sa pagitan ng 2 tao. Sa Canada, ang pag-aasawa ay maaaring mayroon ding relihiyosong kahulugan, pero hindi sa lahat ng pagkakataon. Ang mga batas sa pag-aasawa ay na-a-apply sa lahat ng naninirahan sa Canada. Sa ilalim ng batas, ang mag-asawa ay pantay. Ang mga pag-aasawa sa pagitan ng 2 lalaki, 2 babae, at transgendered people ay ligal sa Canada.

Maraming tao ang pinipiling mag-live-in nang hindi ikinakasal. Ito'y tinatawag na “common-law” na relasyon. Ang mga karapatan at mga pananagutan ng common-law partners ay kapareho ng sa mag-asawa. Ang magka-live-in ay binibigyan ng common-law status pagkatapos mag-live-in sa loob ng isang partikular na panahon.

Hindi ka kailangang maging isang Canadian citizen upang magdiborsyo sa Canada. Ang alinmang partner ay maaaring mag-apply para sa isang diborsyo. Ang mga tao sa Canada ay karaniwang nakikipag-usap sa isang abogado upang simulan ang isang diborsyo.

Para sa impormasyon tungkol sa paghahanap ng abogado sa Canada, tingnan ang Pagkuha ng Abogado sa pahina 137. Maaari ka ding magpunta sa isang Justice Access Centre upang makakuha ng libreng ligal na impormasyon tungkol sa pagsisimula ng diborsyo.  
[gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac)



Maraming Canadians ang nasa mga single-parent family. Ang mga bata ay nakatira kasama ng kanilang ina o ama. Ang ilang mga bata ay maaaring nakatira kasama ng ibang mga miyembro ng pamilya, tulad ng mga lolo't lola. Minsan ito'y dahil naghiwalay o nagdiborsyo ang mga magulang. Minsan ito'y dahil namatay ang 1 magulang. Ang mga single parent ay maaaring mag-asawa ng o makipagrelasyon sa ibang single parent. Nakatira sila kasama ng kanilang mga anak sa iisang tahanan. Tinatawag ang mga ito na "blended families". Ang blended families ay mayroong mga anak mula sa magkaibang pamilya na nakatirang magkakasama.

### **Paninigarilyo at pag-vaping**

Labag sa batas ang manigarilyo sa mga pampublikong gusali sa B.C. Sa maraming mga komunidad, labag din sa batas ang manigarilyong malapit sa mga pinto at mga bintana ng isang pampublikong gusali. Kabilang dito ang mga office building, mga tindahan, mga restaurant, at mga bar. Sa ilang mga komunidad sa B.C., labag din sa batas ang manigarilyo sa mga pampublikong espasyo tulad ng mga park.

[gov.bc.ca/gov/content/health/keeping-bc-healthy-safe/tobacco-vapour](http://gov.bc.ca/gov/content/health/keeping-bc-healthy-safe/tobacco-vapour)

Ang mga batas sa paninigarilyo ng B.C. ay na-a-apply din sa pag-vaping (paggamit ng e-cigarettes). Dapat ay 19 taong gulang ka man lamang upang bumili ng mga produkto para sa pag-vaping, at hindi mo maaaring gamitin ang mga ito sa mga pampublikong gusali, sa mga lugar ng trabaho, o malapit sa mga pinto at mga bintana.

[gov.bc.ca/gov/content/vaping](http://gov.bc.ca/gov/content/vaping)

### **Alak at cannabis**

Maaari ka lamang uminom ng alkohol (alak) sa publiko sa ilang mga takdang lugar, tulad ng bar o restaurant kung saan mo ito binili. Hindi pinapayagan ng karamihan ng mga

bayan at mga lungsod sa B.C. ang alak sa mga public park. Sa B.C., ikaw dapat ay 19 na taong gulang man lamang upang bumili ng alak. Mayroon ding mga lubos na mahihigpit na regulasyon tungkol sa pag-inom ng alak at pagmamaneho. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pag-inom ng alak at pagmamaneho, tingnan ang pahina 119.

Ang cannabis (marijuana) ay naging ligal sa Canada simula noong Oktubre 2018. Ang mga tao ay pinahihintulatang gumamit ng cannabis kung kinuha nila ito sa mga ligal na mapagkukunan. Dapat mong sundin ang mga batas upang bumili at gumamit ng cannabis nang ligal. Sa B.C., hindi ka pinapahintulatang manigarilyo sa loob ng mga pampublikong gusali, o malapit sa mga pinto at mga bintana. Hindi ka rin maaaring gumamit ng cannabis sa mga playground, mga sports field, mga skate park, at ibang mga lugar kung saan naglalaro ang mga bata. Tulad ng alak, mayroong mga napakahigpit na patakaran tungkol sa paggamit ng cannabis at pagmamaneho. [cannabis.gov.bc.ca](http://cannabis.gov.bc.ca)

### **Mga personal title**

Casual, impormal, at magalang ang mga Canadian sa karamihan ng sitwasyon. Ang pagiging impormal ay hindi itinuturing na bastos o walang-galang. Karaniwang ginagamit ng mga tao ang mga pangalan kapag tinatawag ang iba. Ito'y maaaring magbago, depende sa sosyal na sitwasyon. Halimbawa, dapat mong tawagin ang mga tagapag-empleyo, mga kliyente, o mga doktor gamit ang kanilang title ("Mr." para sa isang lalaki, "Ms." para sa isang babae, "Mrs." para sa isang babaeng may-asawa, "Dr." para sa isang doktor). Kung komportable ka sa taong kausap mo, maaari mo siyang tanungin kung matatawag mo siya gamit ang kanyang pangalan.



## Mga appointment at oras

Ang mga Canadian ay naniniwalang bastos na mahuli. Hindi ka dapat kailanman mahuli sa isang propesyonal na appointment (halimbawa, sa isang doktor). Maaaring makansela ang iyong appointment at kailangan mong magbayad ng fee.

Minsan, maaari kang magkaroon ng mga pagkaantala o mga problema sa iskedyul. Maaaring makita mo na hindi ka makarating sa isang appointment sa tamang oras. Kung mangyayari ito, dapat mong kanselahin ang appointment sa lalong madaling panahon. Tumawag sa opisina at sabihin dito na kailangan mong magkansela at humanap ng bagong oras para sa appointment. Ang ilang mga opisina ay may mga mahigpit na patakaran para sa pagkansela. Dapat kang magkansela nang 1 o 2 araw man

lamang bago ang appointment. Kung hindi ka magkakangansela bago ang panahon na ito, maaari ka nitong singilin ng fee. Magtanong tungkol sa mga patakaran para sa pagkakangansela kapag nagpa-appointment ka.

## Personal na pagkapribado

Karaniwang nirespeto ng mga Canadian ang pagkapribado. Ang ilang mga tao ay naniniwalang bastos na magtanong tungkol sa perang kinikita nila, relihiyon, sekswal na oryentasyon, edad, kung ano ang pagmamay-ari nila, o kung sino ang kasama nila sa tahanan. Gayunpaman, hindi ganito ang tingin ng lahat ng mga Canadian. Maraming mga Canadian na napakabukas sa impormasyong ito. Ang pinakamainam na paraan upang malaman ay tingnan kung paano makipag-usap ang mga Canadian sa isa't isa.





## Mga Telepono

May 2 uri ng telepono: ang mga land line at mga mobile phone (tinatawag ding cellular phones o cellphones).

- Ang mga land line na telepono ay nakakonekta sa wire sa iyong tahanan. Magbabayad ka ng fixed monthly fee para sa lahat ng mga lokal na tawag. Maraming mga plano ang may kasamang mga long-distance call sa loob ng Canada. Maaaring may mga karagdagang fee para sa mga long-distance call (mga tawag sa mga telepono sa labas ng B.C. o Canada). Ang mga fee na ito ay maaaring maging napakalaki. Ang ilang mga phone company ay may mga special international plan. Sa plano, walang karagdagang fee para sa

mga international call sa ilang mga bansa. Ang mga cordless na telepono ay kapareho ng land line. Walang cord ang mga ito, pero magagamit mo lamang ang mga ito sa loob ng tahanan. Naiiba ang Hindi sila kapareho ng mga mobile phone.

- Ang mga mobile phone ay maliliit na teleponong magagamit mo kahit saan. Ang mga mobile phone ay gumagamit ng mga network ng telepono. Ang “smartphones” ay mayroon ding data. Maaari mong gamitin ang internet at pagpapadala ng text. Maaaring mahal ang mga mobile phone plan sa Canada. Maraming iba't ibang mga mobile phone plan. Ang bawat plano ay may iba't ibang mga serbisyo at mga fee.
  - Mga prepaid plan (tinatawag ding “Pay-As-You-Go”)
    - ♦ Wala kang pipirmahan na kontrata. Babayaran mo ang serbisyo bago mo ito gamitin.
    - ♦ Bibili ka ng takdang bilang ng mga minuto sa pagtawag at internet data. Kapag naubos mo na ang mga ito, bibili ka ng karagdagan.
    - ♦ Kapag ginamit mo ang lahat ng iyong mga minuto at data, hindi na gagana ang iyong phone. Dapat kang magbayad para sa mga karagdagang minuto at data bago ito muling gumana.
    - ♦ Pagkatapos mong bumili ng mga minuto at data ng mobile phone, dapat mong gamitin ang mga ito bago ang isang takdang petsa. Kung hindi mo gagamitin ang mga ito bago matapos ang termino, mag-e-expire (makakansela) ang mga ito. Ang mga minuto at data ng mobile phone ay karaniwang nag-e-expire 1 taon pagkatapos bilhin.





- Buwanang kontrata
  - ♦ Maaari mong kanselahin ang iyong kontrata pagkalipas ng 2 taon nang walang mga cancellation fee – kahit na sumang-ayon ka sa mas mahabang termino.  
<https://crtc.gc.ca/eng/phone/mobile/code.htm>
  - ♦ Magbabayad ka upang makagamit ng takdang bilang ng mga minuto at internet data bawat buwan. Kung gagamit ka ng mas marami, sisingilin ka ng karagdagan.
  - ♦ Magsisiyasat ang kompanya kung mayroon kang magandang credit rating (isang history ng pagbabayad ng iyong mga bill sa tamang oras). Kung bago ka sa Canada, maaaring wala kang credit history dito. Iyon ay maaaring makaapekto sa iyong credit rating. Para sa impormasyon tungkol sa mga credit rating, bisitahin ang website ng Equifax.  
[consumer.equifax.ca/personal/education/](http://consumer.equifax.ca/personal/education/)
  - ♦ Maraming mga kompanya ang mag-aalok sa iyo ng isang bagong phone kung pipirma ka ng isang kontrata. Ang halaga ng phone ay kasama sa iyong buwanang bill. Maaaring mas murang bumili ng iyong sariling phone, o gumamit ng phone na pag-aari mo na.
  - ♦ Maraming kontrata ang nag-aalok ng special price para sa mga pamilyang may maraming mga mobile phone.
  - ♦ Maaaring makakita ka ng advertising na nagsasabing makakatipid ka ng pera kung magpapalit ka ng phone company. Ito'y maaaring totoo, pero kailangan mong mag-ingat. Ang karamihan ng mga kompanya ay may sinisingil na fee upang kanselahin ang iyong kontrata nang maaga. Ang fee ay maaaring maging napakalaki.
  - ♦ Siguraduhin na susuriin mo nang mabuti ang lahat ng mga gastos bago ka pumirma ng kontrata sa isang mobile phone company.
  - ♦ Maaaring nakakalito ang pagpili ng phone plan. Hindi mo kailangang magmadali at dapat mong pagkumparahin ang mga plano upang mahanap ang akma para sa iyo. Makipag-usap sa mga tao at humingi ng mga rekomendasyon. Maaari ka ding maghanap ng mga plano at mga review online.

### Mga long-distance call

Ang ilang mga kontrata sa telepono (kapwa land line at mobile) ay may kasamang mga libreng long-distance call sa Canada at ibang mga bansa. Maaaring kailangan mo ng isang plano kung madalas kang tumatawag nang long distance. Magtanong sa iba't ibang mga kompanya ng telepono upang malaman kung sino ang makakapagbigay sa iyo ng pinakamagandang deal. Maaari kang makatawag nang long distance gamit ang mga app na ginagamit ang mga app na nakabatay sa internet.

Ang ilang mga numero ng telepono ay libreng-tawag. Hindi mo kailangang magbayad upang matawagan ang mga numerong ito. Ang mga libreng-tawag na numero ng telepono ay karaniwang nagsisimula sa 1 800, 1 855, 1 866, 1 877, o 1 888.

Ang mga numero na nagsisimula sa 1 900 ay hindi libreng-tawag. Kailangan mong magbayad upang matawagan ang mga numerong ito. Karaniwang napakamahal ng mga ito.

### Mga phone card

Pinapahintulutan ka ng mga phone card na makabili ka ng mga minuto para sa mga tawag sa telepono. Maaari kang bumili ng card upang tumawag nang lokal sa isang mobile phone, o upang tumawag nang



international sa mga mobile at landline na telepono. Ang mga phone card ay karaniwang nagkakahalaga ng \$5, \$10 o \$20. Ang presyo ay batay sa bilang ng mga minutong bibilhin mo at kung ikaw ay tumatawag sa loob ng Canada o sa ibang bansa. Magkakaiba ang sinisingil ng bawat kompanya para sa mga phone card ng mga ito.

Walang regulasyon para sa mga phone card sa Canada. Bago ka bumili ng card, siguraduhing nauunawaan mo ang terms.

- Mayroon bang karagdagang mga fee para maikonekta ang iyong card?
- Mayroon bang minimum na presyo para sa bawat tawag (kahit gaano karaming mga minuto kang makipag-usap)?
- Mayroon bang expiry date (kung kailan hindi na gagana ang card)?
- Mayroon bang oras sa araw kung kailan hindi mo magagamit ang card?
- Mayroon bang numero ng telepono ng customer service, kung sakaling magkaproblema ka sa card?

Maraming drugstore, supermarket, at convenience stores ang nagbebenta ng mga phone card. Kapag naubos mo na ang lahat ng mga minuto, kakailanganin mong bumili ng isang bagong card.

## Personal na kaligtasan

Hindi mataas ang crime rate sa Canada. Gayunpaman, mahalaga pa ring protektahan ang iyong sarili at iyong mga gamit. Maaaring nakawin ng mga magnanakaw ang mga pisikal na gamit, tulad ng isang pitaka o isang bisikleta. Maaari ding nakawin ng mga magnanakaw ang iyong personal na impormasyon. Maaari nilang gamitin ang iyong impormasyon upang gumawa ng krimen o nakawin ang iyong pera. Itoay tinatawag na identity theft. Itago ang

mahahalagang dokumento at impormasyon – tulad ng iyong pasaporte, Social Insurance Number, mga credit cards at bank account number – sa isang ligtas na lugar.

I-lock ang iyong tahanan, kotse, o bisikleta. Huwag iwanan ang mga karagdagang susi sa labas ng iyong tahanan. Huwag iwanan ang mahahalagang bagay kung saan may makakakita sa mga ito.

## Pandaraya at mga panloloko

Ang panlinlang sa mga tao upang magbigay ng pera ay tinatawag na “pandaraya” o “panloloko”. Maaaring magpanggap ang mga manloloko na nagbebenta ng isang bagay. Pagkatapos mong ibigay sa kanila ang pera, hindi nila ibibigay sa iyo ang binayaran mo. Maaaring subukan ng mga tao na takutin ka upang isipin mo na may utang kang pera sa pamahalaan, at magkaproblema ka kung hindi mo sila babayaran. Maaari kang udyukin ng ilang mga manloloko na maawa sa isang tao at tumulong sa pamamagitan ng pagbibigay sa kanila ng pera.

Kung sa tingin mo ay sinusubukan kang lokohin ng isang tao, tumawag sa pulis. Maraming organisasyon ang magpo-post ng impormasyon tungkol sa mga panloloko na gumagamit ng mga pangalan ng mga ito. Halimbawa, kung may magsabi na siya ay mula sa pamahalaang pederal at may utang kang pera, bisitahin ang website ng Canada Revenue. Magpo-post ito ng impormasyon tungkol sa mga panloloko.

[canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html](https://canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html)

Ang mga scammer ay gumagamit ng internet, mga text message, at mga telepono upang maghanap ng mga tao. Gagamit din sila ng mga pang-emergency na sitwasyon tulad ng sakuna o pandemya upang linlangin o takutin ang mga tao na magbigay sa kanila ng pera.



Kapag bago ka sa Canada o sinusubukan mong mag-immigrate dito, maaaring subukan ng mga tao na linlangin ka gamit ang pandaraya at mga panloloko sa imigrasyon. Ang pamahalaan ng B.C. ay may impormasyon tungkol sa pagtukoy at pag-uulat ng pandaraya at mga panloloko sa imigrasyon. [welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams](http://welcomebc.ca/Immigrate-to-B-C/B-C-Provincial-Nominee-Program/Immigration-Fraud-and-Scams)

### **Online na pandaraya at mga panloloko**

Ginagamit ng karamihan ng mga tao sa Canada ang internet upang maghanap ng mga trabaho at pabahay, mamili, magbangko online, humiram ng mga aklat sa library, makipagkomunika sa ibang mga tao, humanap ng impormasyon, at sumali sa mga aktibidad. Pero maaaring magkaroon ng mga problema sa internet. Sinusubukan ng mga magnanakaw na nakawin ang iyong pera o personal na impormasyon. Ang ilang mga kriminal ay ginagamit ang internet upang makipag-usap sa mga bata at saktan sila.

Mahalaga na protektahan ang iyong sarili, ang iyong pamilya, at ang iyong impormasyon kapag ikaw ay nasa online. Ang website ng Royal Canadian Mounted Police (RCMP) ay may impormasyon tungkol sa krimen sa online. [rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/index-eng.htm](http://rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/index-eng.htm)

Kausapin ang iyong mga anak tungkol sa kaligtasan sa internet. Para sa karamihan ng mga bata, ang social media ay isang mahalagang bahagi ng kanilang mga buhay. Maaaring naisin mong pigilan ang iyong mga anak sa paggamit nito. Gayunpaman, mahirap para sa mga magulang na kontrolin ito. Maaaring maging mas madaling kausapinang mga bata at sa halip ay turuan sila tungkol sa kaligtasan. Ang Royal Canadian Mounted Police (RCMP) ay may impormasyon na makakatulong sa mga magulang na panatilihin ligtas ang mga anak online. [rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/io-cl-eng.htm](http://rcmp-grc.gc.ca/cycp-cpcj/is-si/io-cl-eng.htm)

Maaaring napakadali na magbigay ng personal na impormasyon nang hindi sinasadya. Ang pamahalaan ng Canada ay may impormasyon tungkol sa kung paano protektahan ang iyong personal na impormasyon. [priv.gc.ca/en/for-individuals/](http://priv.gc.ca/en/for-individuals/)

Ang Canada Safety Council ay mayroon ding impormasyon na makakatulong sa iyo na protektahan ang iyong sarili at ang iyong pamilya laban sa cyberbullying at mga online na panloloko. [canadasafetycouncil.org/category/online-safety/](http://canadasafetycouncil.org/category/online-safety/)

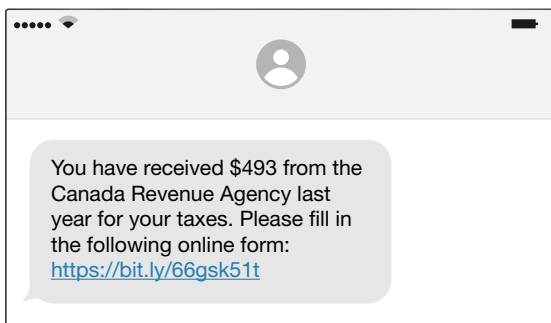
### **Panloloko at mga panloloko sa telepono**

Ang mga kriminal ay maaari ding gumamit ng telepono upang linlangin ang mga tao at pagbigayin sila ng pera. Ang mga manloloko sa telepono ay maaaring tumawag sa iyo at humingi ng impormasyon, tulad ng iyong bank account number o credit card number. Kadalasang nagpapanggap na mula sa pamahalaan ang mga manloloko. Maaari kang makatanggap ng tawag mula sa isang tao na nagsasabing bahagi sila ng Pamahalaan ng Canada o Revenue Canada. Maaari nilang sabihin na may utang kang pera sa kanila, o kailangan nilang i-check ang iyong bank account o credit card number. Ibaba kaagad ang telepono. Ang mga pamahalaan sa Canada ay hindi kailanman tatawag nang ganoon. [canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html](http://canada.ca/en/revenue-agency/corporate/security/protect-yourself-against-fraud.html)

Maaari ding magpanggap ang mga manloloko na mula sa isang pribadong kompanya. Maaaring sabihin ng mga manlolokong ito na mayroon kang bill o may utang kang pera sa kanila. Maaari silang humingi kaagad ng bayad. Ang ilan ay maaaring magpadala ng text message sa iyong mobile phone. Huwag mag-click sa mga link sa mga text message mula sa mga hindi kilalang numero.



### **Sample na panlolokong text message**



Huwag kailanman bumili ng kahit ano sa telepono mula sa isang taong hindi mo kilala. Kung may tumawag sa iyo upang magbenta sa iyo ng isang bagay, humingi ng pera, o sabihin na puputulin niya ang iyong serbisyo para sa isang bagay (tulad ng serbisyo sa heat, tubig o telepono), ibaba kaagad ang telepono. Tumawag sa pulis at sabihin sa kanila kung ano ang nangyari.

Hindi lahat ng mga tawag mula sa mga hindi kilalang numero ay mga panloloko. Ang ilan ay mula sa mga totoong negosyo na sinusubukang ibenta sa iyo ang kanilang produkto. Tinatawag ang mga ito na “cold calls”. Kung hindi mo gustong makatanggap ng mga ganitong tawag, maaari kang magparehistro para sa “Do Not Call” na listahan ng pamahalaan ng Canada. Makakakuha ka ng mas kaunting mga tawag mula sa mga totoong kompanya. Gayunman, hindi mapipigilan ng listahang ito na tawagan ka ng mga manloloko.

[lnn-te-dncl.gc.ca/en](https://lnn-te-dncl.gc.ca/en)

### **Mga emergency**

Sa karamihan ng mga lugar sa B.C., ang emergency phone number para sa bombero, pulis, at ambulansiya ay 9-1-1. Libre ang tawag sa 9-1-1. Kapag tumawag ka sa 9-1-1, sasagutin ng isang operator ang telepono. Tatanungin ka ng operator kung kailangan mo ng pulis, bombero, o ambulansiya.

Sa karamihan ng mga komunidad, makakahingi ka ng tulong sa iyong sariling wika kung hindi ka nagsasalita ng Ingles. Alamin ang salitang Ingles para sa wikang sinasalita mo (halimbawa, pag-aralang sabihin ang “Mandarin”) upang makahanap ka ng isang interpreter. Pag-aralan din ang mga salitang “pulis”, “bombero”, at “ambulansiya” sa Ingles. Kung nakakapagsalita ka ng kaunting Ingles, magiging madali para sa 9-1-1 operator na matulungan ka.

Sa ilang mga napakaliit na komunidad, ang numero ng telepono ng emergency ay hindi 9-1-1. Hingin ang emergency telephone number pagkarating mo. Masasabi sa iyo ng iyong settlement agency, town hall, o istasyon ng pulis ang numero. Makikita mo rin ito sa online. I-search ang “emergency number” at ang pangalan ng iyong komunidad.





### 9-1-1 Tips

- Alamin kung nasaan ka (lugar na kinaroroonan mo, kung saan ka tumatawag). Sabihin sa 9-1-1 ang lungsod, address, mga malapit na kalye, o ibang mga landmark (tulad ng gas station, paaralan, o isang tindahan).
- Kung hindi mo sinasadyang tumawag sa 9-1-1, **huwag ibaba ang telepono**. Manatili sa telepono at sabihin sa operator na ito'y pagkakamali. Kapag ibinaba mo ang telepono, maaaring isipin nila na ikaw ay nasa panganib at magpapadala ng pulis. Hindi ka paparusahan kung na-dial mo nang hindi sinasadya ang 9-1-1.
- Turuan ang iyong mga anak kung paano tumawag sa 9-1-1 at humingi ng tulong. Ituro sa kanila kung paano sabihin ang inyong address at ang uri ng tulong na kailangan nila (bombero, pulis, o ambulansiya).
- Huwag i-programa ang iyong telepono na awtomatikong mag-dial ng 9-1-1.
- Huwag mag-text o mag-tweet sa 9-1-1. Kung may emergency, i-dial ang numero ng telepono.
- Bisitahin ang [ecomm911.ca](http://ecomm911.ca) para sa impormasyon sa iba't ibang mga wika.

### Paghahanda para sa mga emergency

Ang mga British Columbian ay kailangang maging handa para sa maraming emergency. Halimbawa, mayroong halos 3,000 lindol dito bawat taon. Ang karamihan ay masyadong mahina upang maramdaman, pero inaasahan ng mga eksperto na maaaring

mangyari ang isang malakas na lindol anumang oras. Minsan, kailangang lumikas ng mga tao (umalis sa kanilang mga tahanan nang napakabilis) dahil sa mga wildfire. May mga panganib ng mga avalanche sa mga bundok, mga tsunami sa dalampasigan, at mga pagbaha o matinding weather (mga bagyo) sa buong province. Kabilang sa ibang mga emergency ang mga epidemya at mga pagkatapon ng mga mapanganib na materyal.

Ang bawat tahanan sa B.C. ay dapat mayroong Home Emergency Plan. Matutulungan kayo nito na:

- humanap ng opisyal na impormasyon
- manatiling konektado sa isa't isa
- manatiling ligtas
- manatiling kalmado at naka-focus

Ang bawat tahanan ay dapat mayroon ding isang emergency kit at mga Grab-and-Go Bag.

Ang isang emergency kit ay may tools at supplies na makakatulong sa mga tao sa iyong tahanan na manatiling komportable at ligtas para sa loob ng hindi bababa sa 7 araw. Gawin ang iyong kit bago ang isang emergency upang handa ka na. Itago ang lahat ng mga kit nang sama-sama sa isang lugar kung saan madali mong makukuha ang mga ito. Ang Grab-and-Go Bag ay isang maliit na emergency kit na maaaring dalhin ng bawat tao kung kailangan nilang umalis sa kanilang tahanan.

Bisitahin ang PreparedBC upang alamin kung paano maghanda para sa isang emergency, gumawa ng isang emergency plan, at ihanda ang iyong emergency kit at mga Grab-and-Go Bag. [preparedbc.ca](http://preparedbc.ca)



## Transportasyon

### Pampublikong transportasyon

#### TransLink (Vancouver area)

Ang TransLink ang nagpapatakbo sa mga bus, SkyTrains, SeaBus ferry, at West Coast Express.

- May mga bus sa buong rehiyon.
- Mayroong 3 linya ng SkyTrain.
  - Kinokonekta ng Expo Line ang downtown sa Burnaby, New Westminster, at Surrey.
  - Kinokonekta ng Millennium Line ang downtown sa Burnaby at Coquitlam.
  - Kinokonekta ng Canada Line ang downtown Vancouver sa Vancouver International Airport at Richmond.
- Ang SeaBus ay isang ferry (barko) na nagsasakay ng mga pasahero patawid sa Vancouver Harbour. Kinokonekta nito ang downtown Vancouver at North Shore.
- Ang West Coast Express ay isang rail line sa pagitan ng downtown Vancouver at Mission. Tumatakbo ito mula Lunes hanggang Biyernes.

Bumili ng single fare upang makapagbiyahe sa iba't ibang TransLink services nang 90 minuto. Maaari kang magpalipat-lipat sa

mga bus, SkyTrains, o sa SeaBus nang hindi muling nagbabayad. Ang presyo ng iyong ticket ay depende sa dami ng Fare Zones na iyong dinaraan. Ang mga mas matagal na biyahe (mahigit sa 1 zone) ay mas mahal kapag peak hours.

[translink.ca/fares](http://translink.ca/fares)

Maaari kang bumili ng Compass Cards sa mga machine sa mga istasyon ng SkyTrain at sa ilang mga tindahan. Maaari ka ring mag-order ng card online o sa telepono. Greater Vancouver: 604 398-2042  
[compasscard.ca](http://compasscard.ca)

Ang lahat ng TransLink vehicles ay accessible. Nangangahulugan itong makakasakay ang mga tao sa bus nang naka-wheelchair o naka-scooter. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang Transportasyon para sa Mga Taong may Mga Kapansanan sa pahina 26.

Ang ilang mga nagbibiyaha ay nagbabayad ng mas mababang mga fee. Kabilang dito ang seniors (65 taong gulang at mas matanda), HandyCard holders, at mga taong wala pang 18 taong gulang. Libre ang pagbiyahe ng mga batang wala pang 5 taong gulang. Ang mga bata ay kailangang may kasamang nagbayad ng fare. Ang





isang pasahero ay maaaring magsama ng hanggang 4 na bata nang libre. [new.translink.ca/transit-fares](http://new.translink.ca/transit-fares) – I-search ang “fare pricing”

Ang website ng TransLink ay may kapaki-pakinabang na impormasyon. Ito'y mayroon ding trip planning tool na makakatulong sa iyong mahanap ang tamang bus para sa iyong trip. Greater Vancouver: 604 953-3333 [new.translink.ca](http://new.translink.ca)

### **BC Transit (Buong B.C. maliban sa Vancouver area)**

Ang BC Transit ay mayroong bus service sa mga komunidad sa labas ng Vancouver area. Maaari kang mag-download ng local bus map at iskedyul sa website ng BC Transit. Maaari ka ring makakuha ng mga naka-print na kopya ng Rider's Guide sa opisina ng iyong lokal na pamahalaan o transit centre sa iyong lugar. Upang mahanap ang transit centre sa iyong lugar, i-click ang link na Contact Us sa website ng BC Transit. [bctransit.com](http://bctransit.com)

Kung madalas kang mag-bus, mas murang bumili ng bus pass o mga ticket. Maaari kang makabili ng mga ito sa mga grocery store, mga drugstore, at mga convenience stores. Makakahanap ka ng impormasyon tungkol

sa kung saan makakabili ng mga ticket at mga pass sa [bctransit.com](http://bctransit.com) o sa iyong local Rider's Guide. Mas mababa ang presyo para sa mga full-time na estudyante (hanggang Grade 12) at seniors (65 taong gulang o mas matanda) sa karamihan ng mga komunidad. Upang magbayad ng mas mababang presyo, maaaring kailangan mong magpakita ng ID, tulad ng isang student card o driver's licence. Ang ilang mga komunidad ay nag-aalok ng mga libreng bus ride para sa mga bata.

Ang mga bus ay nagsasakay sa mga bus stop. Sumasakay ang mga tao sa pinto sa harap at bumababa sila sa pinto sa likod ng bus. Maaaring hindi huminto ang bus sa bawat bus stop. Kung gusto mong bumaba ng bus, kailangan mo munang pindutin ang bell upang sabihin sa bus driver na huminto. Ang ilang mga bus ay may hinihilang cord sa dingding sa itaas ng mga upuan. Ang ilang mga bus ay may mga pulang button sa mga pole.

Kapag sumakay ka sa bus, kailangan mong bayaran ang eksaktong fare. Hindi nagbibigay ng sukli ang bus. Kung magbabayad ka ng cash, dapat ay magdala ka ng mga barya. Kung magbabayad ka gamit ang mga ticket, ang 1 ticket ay katumbas ng 1 bus ride. Kung kukuha ka ng monthly pass, maaari kang sumakay nang maraming beses hangga't gusto mo sa loob ng 1 buwan. Kung kailangan mong sumakay sa mahigit sa 1 bus ride sa 1 araw, maaari kang bumili ng isang DayPASS. Hahayaan ka nitong sumakay sa maraming bus hangga't gusto mo sa 1 araw. Sa mga komunidad na walang DayPASS, maaari kang humingi ng transfer. Ang transfer ay isang ticket para makasakay ka sa ibang bus sa loob ng 1 oras nang hindi na muling magbabayad. Pagkatapos mong bayaran ang iyong fare, sabihin sa bus driver na kailangan mong mag-transfer. Bibigyan ka ng bus driver ng transfer ticket upang maipakita na nagbayad ka na. Ang ilang mga komunidad ay hindi gumagamit ng mga transfer ticket. I-check sa website ng BC Transit o tanungin ang bus driver.



Alamin ang mga patakaran sa iyong komunidad sa website ng BC Transit. [bctransit.com](http://bctransit.com)

## **Transportasyon para sa mga taong may mga kapansanan**

Sa B.C., ang mga taong may mobility aids (tulad ng wheelchairs o scooters) ay makakapagbiyahe sa lahat ng public transit buses. May ekstrang lugar sa harap ng bus, na malapit sa pinto. Para ito sa mga taong may mobility aids.

May mga especial na bus para sa mga taong may mobility aids na nangangailangan ng karagdagang tulong. Ang mga bus na ito ay nagbibigay ng door-to-door service – maaari kang sunduin ng mga ito sa iyong tahanan at dadalhin ka ng mga ito sa iyong destinasyon. Tutulungan ka ng mga bus operator na sumakay at bumaba sa bus. Nakikibahagi ka ng pagbibiyaha sa ibang mga nakasakay. Upang magamit ang serbisyong ito, dapat ka munang magparehistro. Dapat ka munang tumawag upang i-book ang iyong trip. Dapat mong subukang mag-book isang linggo bago ang iyong trip.

### **Vancouver area: TransLink**

Ang mga customer na may HandyCard ay maaaring magsama ng isang helper sa anumang pampublikong transportasyon (kabilang ang bus, SkyTrain, at SeaBus). Ang helper ay hindi kailangang magbayad. Kapag pumapasok ang mga mayroong HandyCard pass at ang kanilang mga helper sa SkyTrain, maaari silang pumasok sa gate nang sabay. Ang HandyCard customers ay makakakuha ng Taxi Saver coupons. Ang mga coupon na ito ay magbibigay sa iyo ng 50% discount sa iyong taxi fare.

TransLink HandyDART: 604 953-3680  
[new.translink.ca/rider-guide/transit-accessibility/handydart](http://new.translink.ca/rider-guide/transit-accessibility/handydart)

### **Sa labas ng Greater Vancouver: BC Transit**

Kung ikaw ay isang rehistradong handyDART customer na may handyPASS, o kung ikaw ay bulag at may pass mula sa Canadian National Institute for the Blind (CNIB) Foundation, maaari kang magsama ng isang helper sa mga bus. Ang helper ay hindi kailangang magbayad. Sabihin sa transit operator kung ang taong bumibiyaha kasama mo ay iyong helper. Maraming komunidad ang may mga programa upang ipakita sa mga tao kung paano gamitin ang mobility aids sa mga bus. Tawagan ang iyong local BC Transit office upang magpa-iskedyul ng appointment upang matutunan kung paano gamitin ang mga aid.

Bisitahin ang website ng BC Transit upang makita kung may handyDART service ang iyong komunidad. Hanapin ang pangalan ng iyong komunidad at mag-click sa Rider Information. Hanapin ang link ng handyDART. [bctransit.com](http://bctransit.com)

Sa ilang mga komunidad, ang handyPASS (BC Transit) customers ay makakakuha ng Taxi Saver vouchers. Ang mga voucher na ito ay magbibigay sa iyo ng 50% discount sa iyong taxi fare.

### **Para sa mga taong may kapansanan sa paningin**

Kung kailangan mo ng tulong sa paghahanap ng iyong stop, umupo nang malapit sa harap ng bus. Maaari mo ring sabihin sa driver na sabihin sa iyo kapag dumating ka na sa iyong stop.



**Greater Vancouver** - Ang karamihan ng TransLink buses ay may audio at video announcements ng susunod na stop. Inaanunso ng lahat ng SkyTrain cars ang susunod na stop. Kung mayroon kang kapansanan at nangangailangan ka ng tulong sa isang istasyon ng SkyTrain, mangyaring tumawag sa 604 520-5518.

**Sa labas ng Greater Vancouver** - Ang mga susunod na stop ay inaanunso sa BC Transit buses. Sa ilang mga komunidad, may naka-record na anunso ang mga bus para sa bawat stop. Sa ilang mga komunidad, sinasabi ng driver ang pangalan ng bawat stop.

### Mga taxi

Ang mga taxi ay mabilis at madali, pero maaaring mahal ang pamasahe sa mga ito. Ang karamihan ng mga lungsod at mga bayan ay may mga kompanya ng taxi. Maaari kang mag-order ng taxi sa telepono. Ang ilang mga kompanya ay mayroon ding website o smartphone app. Pagdating mo sa iyong destinasyon, ipapakita ng metro sa taxi kung magkano ang babayaran. Sa Canada, karaniwang nagbibigay ang mga tao ng tip sa mga taxi driver (karagdagan pera). Ang tip ay 10 hanggang 15% ng fare.

[gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/buses-taxis-limos](http://gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/buses-taxis-limos)

### Ride hailing

Ang ride hailing ay tumatakbo tulad ng taxi. Maaari kang mag-order ng ride online o sa pamamagitan ng smartphone app. Susunduin ka ng isang driver sa kanyang personal na sasakyan. Maaaring hindi available ang ride hailing sa lahat ng mga komunidad sa B.C.

### Carsharing at Carpooling

Ang ilang mga komunidad sa B.C. ay may car sharing companies at co-ops (membership groups). Maaari kang sumali bilang isang miyembro at magbayad upang humiram ng kotse. Minsan, mas mura ito kaysa sa paggamit ng pribadong car rental company.

Ang carpool ay pagsakay sa isang kotse kasama ng ibang mga tao na nasa iyong route. Ang ilang mga tao ay nagka-carpool kasama ng mga taong katrabaho papunta sa at pauwi mula sa trabaho. Ginagamit ng ilang mga tao ang carpooling upang bumiyaha papunta sa ibang mga lungsod. Sa carpooling, naghahati-hati ang mga tao sa mga gastos sa pagbiyahe (tulad ng gas). [new.translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing](http://new.translink.ca/rider-guide/driving/carpooling-and-carsharing)

### Paglalakad

Dapat kang tumawid sa mga kalye sa isang kanto o crosswalk lamang. Dapat mong sundin ang mga traffic light sa lahat ng pagkakataon. Maraming kanto ng mga kalye ang may mga crosswalk. Ito ay mga linya na nakapinta sa kalsada o isang sign. Labag sa batas ang tumawid sa kalye sa gitna ng isang block. Ito'y tinatawag na jaywalking. Kung nakita ka ng pulis na nag-jaywalking, maaari kang mamultahan. Dapat huminto ang mga kotse sa mga crosswalk upang makatawid ang mga tao. Ayon sa batas sa B.C., kailangang huminto ng mga kotse sa lahat ng pagkakataon para sa mga taong naglalakad, pero dapat kang mag-ingat palagi. Tumingin muna sa kaliwa, at pagkatapos sa kanan.



## Pagbibisikleta

Maraming tao sa B.C. ang nagbibisikleta papunta sa trabaho, paaralan, o mga tindahan. Ang ilang mga tao ay nagbibisikleta para lamang masiyahan. Ito'y isang ligtas, mabuti sa kalusugan, at mas murang paraan upang bumiyaha. Mas mabuti rin ito para sa kapaligiran.

Ang B.C. ay may mga batas at mga regulasyon tungkol sa pagbibisikleta. Ang mga ito'y nasa Motor Vehicle Act.

Hindi mo kailangan ng lisensiya upang magbisikleta sa B.C.

Dapat kang magsuot ng helmet kapag sumasakay ka sa isang bisikleta. Kung hindi ka magsusuot ng helmet, maaaring multahan

ka (bigyan ka ng ticket) ng pulis. Mayroong ilang mga eksepsyon sa batas na ito. Ang mga eksepsyon na ito ay karaniwang mga kadahilanan na panrelihiyon. Halimbawa, ang mga taong nagsusuot ng turban ay hindi kailangang magsuot ng helmet.

Ang ilang mga batas ay magkakapareho sa buong B.C. Ang ilang mga batas ay para lamang sa ilang mga lungsod o mga bayan. Ang mga batas ay hindi magkakapareho sa lahat ng lugar. Upang alamin ang mga lokal na batas sa bisikleta, bisitahin ang website ng lokal na pamahalaan.

Ang mga tao ay nagbibisikleta sa mga daan. Sa karamihan ng mga lugar, hindi ka maaaring magbisikleta sa sidewalk. Maraming kalsada sa B.C. ang may mga



espesyal na daan para sa mga bisikleta. Ang mga nakapintang linya at larawan ang magpapakita sa iyo kung saan magbibisikleta. Maaaring may mababang dingding upang ihiwalay ang bicycle lanes sa mga sasakyang de-motor (mga kotse at mga truck).

Minsan, may nakaharang sa bicycle lane. Halimbawa, maaaring may kotse na nakaparada sa bicycle lane. Kung may nakaharang sa bicycle lane, maaari kang magbisikleta sa daan.

Kapag nagbibisikleta, dapat mong sundin ang marami sa parehong mga alituntunin ng trapiko na sinusunod din ng sasakyang de-motor. Dapat kang huminto sa mga stop sign. Dapat mong sundin ang mga traffic light. Ang karamihan ng mga bisikleta ay 1 lamang ang maaaring sumakay. Maaaring mag-angkas ang mga adult ng maliliit na bata sa bisikleta, pero ang bata ay dapat sumakay sa isang special bicycle seat. Ang ilang mga bisikleta ay pasadyang ginawa para sa mahigit sa 1 tao.

Ang lahat ng mga bisikleta ay dapat mayroong puting ilaw sa harap at pulang ilaw sa likod. Dapat mong gamitin ang mga ilaw kung nagbibisikleta ka sa dilim. Ang karamihan ng mga lungsod at mga bayan ay nanghihingi na mayroong bell ang mga bisikleta. Gagamitin mo ang bell upang balaan ang mga tao sa harap mo.

Regular na i-check ang iyong bike upang masiguradong ito ay nasa mabuting gumaganang kondisyon. Kabilang dito ang mga ilaw, bell, mga preno, kadena, at mga gulong.

Ang ilang community centres at bicycle shops ay may mga libreng bicycle safety course. Maaari mong matutunan kung paano magbisikleta nang ligtas sa traffic. Maaari mo ring matutunan kung paano ayusin ang iyong bisikleta. Inilalathala ng British Columbia Cycling Coalition ang *Bike Sense*, isang libreng libro tungkol sa kaligtasan sa pagbibisikleta. [bikesense.bc.ca](http://bikesense.bc.ca)

### **Bicycle sharing**

Ang ilang mga lungsod sa British Columbia ay may mga bisikleta para sa short-term rental. Ito'y tinatawag na public bicycle (bike) share. Dapat kang magparehistro bago ka makakuha ng shared bicycle. Karaniwang may fee upang magparehistro, at maaaring may fee sa tuwing ire-rent mo ang shared bicycle.

Ang bawat shared bicycle ay may helmet. Dapat kang magsuot ng helmet kapag nagbibisikleta ka sa mga daan at mga kalye.

Alamin kung may bike share sa iyong komunidad. Bisitahin ang website ng iyong bayan o lungsod, at i-search ang "bike share."

### **Mga kotse**

Sa buong North America, ang mga tao ay nagmamaneho sa kanang bahagi ng daan. Kailangan mo ng lisensiya at insurance upang magmaneho ng kotse sa B.C. Para sa impormasyon tungkol sa mga lisensiya, kung paano bumili ng kotse at kumuha ng car insurance, tingnan ang pahina 93–104.



## Pagbiyahe sa mga komunidad

### Pagmamaneho

Magaganda ang mga highway sa British Columbia. Gayunman, maaaring mahirap magmaneho dahil sa mga bundok at pabago-bagong klima. Maaaring abutin nang mas matagal kaysa sa inaasahan mo ang pagmamaneho papunta sa malalapit na lugar. Ang ilang mga lugar ay magkakaroon ng snow sa mas malalamig na buwan. Maaaring mapanganib na magmaneho sa snow at yelo. Maaaring kailangan mong bumili ng mga special na “snow tire.” Bago magmaneho papunta sa malayong lugar, i-check ang weather conditions at ihanda ang iyong kotse.

Ang DriveBC ay maraming impormasyon, kabilang ang tinatantiyang katagalan ng pagmamaneho, weather warnings, mga requirement sa snow tire, at mga kondisyon sa daan. Maaari kang makakita ng real-time videos ng ilang mga highway. Maaari ka ring makahanap ng driving routes at maaari kang mag-print ng mga direksyon.

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

### Mga bus

Ang mga bus ay bumibiyahe sa mga bayan at mga lungsod sa buong British Columbia. Maraming mga bus company na bumibiyahe sa pagitan ng Vancouver, Vancouver International Airport, at Victoria. Maaari kang sumakay ng mga bus para bumiyahe sa loob ng B.C. at papunta sa iba pang mga province. May mga bus din na bumibiyahe papunta sa Estados Unidos.

Maghanap ng impormasyon tungkol sa mga bus sa B.C.

[travel-british-columbia.com/travel-resources/transportation/bus/](http://travel-british-columbia.com/travel-resources/transportation/bus/)

[bcferries.com](http://bcferries.com) – I-search ang “bus service”

### Mga airline

Maaari kang mag-eroplano patungo sa karamihan ng mga lungsod sa British Columbia. Mag-search online ng mga route at mga oras ng flight. Maaari ka ring magpa-book ng mga flight online, o makipag-usap sa isang travel agent. Bitatahin ang website na ito para sa listahan ng mga airport sa B.C.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “certified airports”

### Mga ferry

Kinokonekta ng mga coastal ferry ang Vancouver area sa Vancouver Island, Gulf Islands, at Sunshine Coast. Upang sumakay ng ferry mula sa Greater Vancouver, kailangan mong magpunta sa Tsawwassen o Horseshoe Bay.

May mga ferry papunta at pabalik sa mga sumusunod na komunidad:

- Greater Vancouver, Victoria, at Southern Gulf Islands
- Greater Vancouver at Nanaimo
- Greater Vancouver, Vancouver Island, at Sunshine Coast
- Vancouver Island at Northern Gulf Islands
- Vancouver Island, Prince Rupert, Central B.C. Coast, at Haida Gwaii

Ang mga ferry ay mayroong limitadong space. Maaaring magkaroon ng napakaraming tao sa mga ito sa ilang mga oras ng araw at sa mga holiday weekend. Sa mga araw na maraming tao, maaaring kailangan mong tumawag nang maaga o magpunta online upang magpareserba ng space para sa iyong sasakyan. Kung hindi ka magreserba ng space, maaaring kailanganin mong pumila at maghintay ng ferry kung saan may mapupuwestuhan ang iyong sasakyan.

Libreng-tawag: 1 888 223-3779

(1 888 BC FERRY)

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





Mayroon ding mga ferry sa mga lake sa B.C. interior. Libre ang sakay sa mga ferry na ito. Para sa impormasyon, pati na rin sa listahan ng mga route at mga numero ng telepono, bisitahin ang website.

[gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/water-travel/inland-ferries](http://gov.bc.ca/gov/content/transportation/passenger-travel/water-travel/inland-ferries)

## Mga tren

- Ang Via Rail ay nagpapatakbo ng train service sa British Columbia at sa buong Canada.  
Libreng-tawag: 1 888 842-7245  
(1 888 VIA-RAIL)  
[viarail.ca](http://viarail.ca)
- Ang Amtrak ay nagpapatakbo ng train service papunta at pabalik sa Vancouver at Seattle, Washington, at sa buong Estados Unidos.  
Libreng-tawag: 1 800 872-7245  
(1 800 USA-RAIL)  
[amtrak.com](http://amtrak.com)

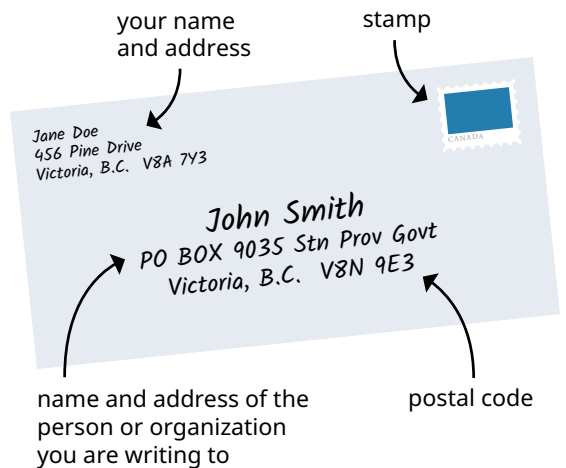
## Pagpapadala at pagtanggap ng mail

Ang Canada Post ay naghahatid ng mail sa mga tahanan at mga negosyo tuwing weekday (mula Lunes hanggang Biyernes). Hindi mo kailangang magbayad upang tumanggap ng mail. Ang mga sulat at mga papel ay inilalagay sa iyong mailbox. Hindi kailangang nasa tahanan ka upang makakuha ng mail. Upang tumanggap ng malalaking package, kailangan mong ipakita ang iyong ID. Kung wala ka sa tahanan, mag-iwan ng note ang kartero. Nakasulat sa note kung kailan at saan mo maaaring kunin ang package. Ito ay karaniwang nasa isang kalapit na post office o outlet. Dalhin ang iyong photo ID upang makuha ang package.

## Pagpapadala ng mga sulat at package

Maaari kang magpadala ng mail mula sa isang Canada Post office o isang Canada Post mailbox. Ang ilang mga tindahan ay may Canada Post outlet.

Ang lahat ng mga sulat na ipinapadala sa mga address sa Canada ay dapat may postal code. Ang postal code ay may 3 numero at 3 letra. Ipinapakita nito ang kalye, lungsod, at province kung saan ka nakatira. Kung hindi mo alam ang postal code para sa isang address, maaari kang mag-search sa website ng Canada Post. Bisitahin ang [canadapost.ca](http://canadapost.ca) at mag-click sa "Find a Postal Code".



Maaaring itanong sa iyo ang iyong postal code para sa ibang mga dahilan. Gustong malaman ng mga negosyo at mga organisasyon kung saan nakatira ang mga customer ng mga ito. Maaaring itanong ng mga website ang iyong postal code upang mabigyan ka ng mga direksiyon ng mga ito papunta sa tindahan o serbisyo na pinakamalapit sa iyong tahanan.



Dapat kang magbayad ng postage fees upang magpadala ng mga sulat at mga package. Babayaran mo ang postage sa pamamagitan ng pagbili ng mga selyo. Dapat mong ilagay ang mga selyo sa sulat o package upang maipakita na binayaran mo ang postage. Magkakaiba ang mga postage rate depende sa sukat, bigat, at destinasyon (ang lugar kung saan mo ito ipapadala). Ang mabibigat na package at sulat ay mas mahal naipadala. Maaaring mahal ang international postage. Ang postage at mga parcel rate ay maaari ding magkakaiba sa mga outlet. Dapat mong i-check ang rate bago ka magpadala ng package. Bisitahin ang [canadapost.ca](http://canadapost.ca) at mag-click sa “Find a Rate”.

Ang mga postage rate ay tumataas kung minsan. Maaari kang bumili ng mga permanenteng selyo. May nakalagay na letrang “P” sa mga selyong ito. Ang mga permanenteng selyo ay katumbas ng kasalukuyang postal rate. Kung tataas ang postage rate, tataas din ang halaga ng selyo. Sa ganitong paraan, hindi mo na kailangang magbayad ng extra. Magagamit lamang ang mga permanenteng selyo para sa pagpapadala ng mga sulat sa loob ng Canada.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa Canada Post, bisitahin ang website. [canadapost.ca](http://canadapost.ca)

## **Iba pang mail at delivery services**

May iba't ibang mga paraan upang magpadala ng mga sulat at mga package. Halimbawa, maaari kang magbayad ng extra upang maipa-deliver ang mga item nang mas mabilis. Maaari mong i-track ang mga package upang malaman mo kung kailan nai-deliver ang mga ito. Maaari ka ring bumili ng insurance para sa mahahalagang sulat at package. Ang insurance ang magbabayad para sa mga nawala o nasirang package.

Ang mga pribadong courier company ay mabilis na naghahatid ng mga package pero kadalasang mas mahal ang mga ito.

## **Mga Public library**

Ang karamihan ng mga komunidad ay may mga public library at public internet access. Maaari kang humiram ng mga libro, mga magazine, mga CD, mga DVD, mga eBook, at marami pang iba. Maraming library ang mayroon ding mga libro, mga magazine, at mga dyaryo sa iba't ibang mga wika. Maaaring mayroon ding mga libro ang mga ito para sa mga nag-aaral ng Ingles.

Ang mga public library ay para sa mga adult at mga bata. Libre ang paggamit ng mga ito. Kailangan mo ng library card upang humiram ng mga libro at ibang mga bagay. Maaari



kang mag-apply para sa isang card sa iyong local library. Magdala ng identification (ID) na mayroong nitong iyong pangalan at address. Ang ilang mga library ay may online form na makakatulong sa iyo na sumali sa o kontakin ang mga ito mula sa tahanan. Ang mga library ay maaari ding humiram ng mga bagay mula sa ibang mga library. Kung wala sa iyong lokal na library ang bagay na gusto mo, magtanong kung maaari ka nilang matulungang hiram in ito mula sa ibang library.

Ang karamihan ng mga library ay may mga aktibidad para sa mga bata, tulad ng storytelling, reading at computer programs, at crafts. Mayroon ding mga event, mga workshop, at mga programa para sa mga adult at kabataan.

Matutulungan ka ng mga tauhan sa library na matuto tungkol sa buhay sa B.C., at humanap ng impormasyon tungkol sa pamahalaan o ligal na impormasyon. Maaari ding alam ng mga tauhan ang tungkol sa mga programa ng komunidad at ibang mga serbisyo na makakatulong sa mga bagong dating. Ang mga library ay may mga pampublikong computer na magagamit mo. Kailangan mo ng isang library card upang magamit ang mga computer.

Ang ilang mga library ay maaaring magpahiram ng special equipment – halimbawa, mga computer, mga camera, at ibang mga tool.

Maraming mga library ang may espesyal na serbisyo para sa mga taong may mga kapansanan. Halimbawa, maaaring may mga audiobook o large-print books ang isang library para sa mga taong hindi gaanong makakita. Maaari mong gamitin ang website ng library upang magpareserba ng mga libro. Maaari mong gamitin ang website ng library upang magpa-renew ng mga libro at hiram in ang mga ito nang mas matagal. Maaari ka ring humiram at mag-download ng mga e-book, mga audiobook, at mga online na pelikula, mga magazine, o mga dyaryo. Makipag-usap sa mga tauhan ng library tungkol sa hinahanap mo. Matutulungan ka nila na hanap in ito.

Ang mga library ay isang magandang lugar upang makakilala ng mga bagong tao. Makakahanap ka ng tulong sa paninirahan sa komunidad. Ang NewToBC ay isang website na tumutulong sa mga bagong dating na matuto tungkol sa mga public library at mga programa, mga mapagkukunans, at mga serbisyo ng mga ito. Mayroon ding ibang mga kapaki-pakinabang na link sa settlement at literacy programs.  
[newtobc.ca](http://newtobc.ca)



## Mga sentrong pangkomunidad, panlibangan, at pagmatanda

### Mga sentrong pangkomunidad at panlibangan

Ang karamihan ng mga lungsod at mga bayan ay may mga sentrong pangkomunidad o panlibangan. Ang mga ito ay karaniwang may mga swimming pool, ice rink, tennis court, at playground. Ang mga community centre ay maaaring may mga klase sa arts and crafts, sayaw, physical fitness, computer, at English as a Second Language (ESL).

May inilalathalang mga program guide ang karamihan ng mga sentrong pangkomunidad at panlibangan. Nililista ng mga ito ang mga klase at mga grupo na maaaring salihan ng mga tao. Maaari mong malamangkung anong oras nagsisimula ang mga programa at kung magkano ang gastos para sa mga ito. Karaniwang hindi mahal ang mga programa ng mga community centre.

Upang humanap ng isang centre sa iyong lugar, mag-search sa website ng iyong lokal na pamahalaan. Maaari mo ring i-search online ang “recreation centre” at ang pangalan ng iyong komunidad.

### Seniors’ programs

Maraming organisasyon at pamahalaan ang nag-aalok ng mga espesyal na programa o mga presyo para sa seniors. Walang ligal na pagpapakahulugan sa “senior”, kaya ang bawat organisasyon mismo ang nagpapasiya kung sino ang maaaring makagamit ng programa. Ang ilan ay para sa mga taong mas matanda sa 55 taong gulang, ang ilan ay para sa mga taong lampas sa 60 taong gulang, at ang ilan (kabilang ang karamihan ng mga programa ng pamahalaan) ay para sa mga taong mas matanda sa 65 taong gulang.

Kabilang sa mga serbisyo ng pamahalaan para sa seniors ang mga pension at home care (mga taong pumupunta sa iyong tahanan upang tulungan ka). Maraming mga negosyo at atraksyon ang may mura o libreng admission para sa seniors – halimbawa, mga provincial park, mga art gallery, mga museum, mga sinehan, mga sinehan, mga hotel, at mga restaurant. Maaari ding makakuha ang seniors ng mga espesyal na mababang presyo sa mga bus, ferry, at tren. Upang makakuha ng discount, maaaring kailangang magpakita ang seniors ng ID na inisyu ng pamahalaan, tulad ng driver’s licence, BC Services Card, o pasaporte.

Ang karamihan ng mga komunidad sa B.C. ay may seniors’ groups. Ang mga ito ay may mga social at fitness program at mga activity na sadyang para sa seniors. Para sa impormasyon, mag-search online, tumawag sa iyong lokal na pamahalaan, o kontakin ang iyong lokal na community centre.



## Pagboboluntaryo

Ang pagboboluntaryo ay isang mahalagang bahagi ng buhay sa Canada. Ito'y isang mainam na paraan upang makakilala ng mga tao, matuto ng mga bagong skill, makakuha ng Canadian work experience, at maging bahagi ng komunidad. Ang karamihan ng mga komunidad ay nangangailangan ng mga volunteer. Kadalasang may mga oportunidad ng pagboboluntaryo sa mga ospital, mga library, at mga organisasyon sa komunidad.

Kung makahanap ka ng organisasyon na gusto mong tulungan, kontakin ito nang direkta at magtanong kung kailangan nila ng mga volunteer. Maaari mo ring kontakin ang

Volunteer BC. Ito ay nakabase sa Vancouver at nagbibigay ng serbisyo sa buong province. Vancouver area: 604 379-2311  
Long distance: 1 604 379-2311  
Email: [info@volunteerbc.bc.ca](mailto:info@volunteerbc.bc.ca)  
[volunteerbc.bc.ca](http://volunteerbc.bc.ca)

Ito rin ang nagpapatakbo ng Volunteer Now, isang website kung saan nakalista ang mga organisasyon na naghahanap ng mga volunteer.  
[volbc.bcvolunteer.ca](http://volbc.bcvolunteer.ca)

Iniuugnay ng Govolunteer.ca ang mga volunteer sa mga not-for-profit at mga charity sa Vancouver area at Sunshine Coast. Email: [info@govolunteer.ca](mailto:info@govolunteer.ca)  
[GoVolunteer.ca](http://GoVolunteer.ca)





## Listahan ng mga bagay na dapat kaagad gawin

- Kontakin ang mga worker sa iyong local settlement agency. Makakakuha ka ng impormasyon tungkol sa iyong komunidad, mga trabaho, paghahanap ng mga lugar na matitirahan, at language training. Ang mga worker ay makakatulong sa iyo na punan ang mga form at magparehistro para sa mga serbisyo. Ang settlement services ay kadalasang makukuha sa iba't ibang mga wika. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
  - Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- Mag-apply para sa isang Social Insurance Number (SIN). Tingnan ang pahina 128.
- Magparehistro para sa Medical Services Plan (MSP). Maaaring wala kang MSP nang hanggang 3 buwan (ang panahon na ito ay maaaring i-waive para sa ilang mga tao, tulad ng mga refugee). Siguraduhing bumili ka ng pribadong medical insurance para sa panahong iyon. Tingnan ang pahina 69.
- Magbukas ng isang bank account. Tingnan ang pahina 58.
- Humanap ng lugar na matitirahan. Tingnan ang pahina 42.
- Mag-apply para sa Canada Child Benefit para sa mga batang wala pang 18 taong gulang. Tingnan ang pahina 63.
- Irehistro ang iyong mga anak sa paaralan. Tingnan ang pahina 85.
- Mag-apply para sa isang B.C. driver's licence. Tingnan ang pahina 116.
- Magparehistro para sa mga klase sa Ingles. Tingnan ang pahina 92.
- Kung ikaw ay isang permanent resident, ibigay ang iyong address sa Canada sa Immigration, Refugees and Citizenship Canada. Matatanggap mo ang iyong permanent resident card sa mail.





# HUMANAP NG LUGAR NA MATITIRAHAN

## Mga Kahulugan

### Pag-upa

- Residential Tenancy Branch
- Mga uri ng pabahay
- Saan maghahanap ng pabahay
- Diskriminasyon
- Mga Reference
- Mga Credit Check
- Ilegal ang mga application deposit
- Residential Tenancy Agreement
- Bago ka pumirma ng lease
- Gumawa ng checklist bago ka lumipat sa titirahan
- Mga telepono at internet
- Basura at recycling
- Mga pagpapaayos
- Pagpapatuloy sa landlord

- Mga 'di-pagkakasundo
- Pag-alis sa tinitirahan
- Eviction o pagpapaalis
- Gumawa ng checklist bago ka umalis sa tinitirahan

## Tulong sa pabahay sa B.C.

- Subsidized na pabahay
- Rental Assistance Program
- Shelter Aid for Elderly Renters
- Ang Housing Registry

## Mga housing co-op

- Ano ang housing co-op?

## Pagbili ng isang tahanan

## Pagiging landlord

## Saan makakakuha ng tulong



## Mga Kahulugan

**Credit check** – kapag gusto ng isang tao na makasiguro na mayroon kang sapat na pera upang mabayaran sila para sa isang bagay. Maaari kang hilingan ng credit check kung gusto mong umupa ng apartment o mag-apply para sa isang credit card.

**Diskriminasyon** – kapag hindi pinababayaan ng isang tao ang isa pang tao na gumawa o magkaroon ng isang bagay dahil sa kanyang lahi, kulay ng balat, mga ninuno, lugar ng kapanganakan, relihiyon, kasarian, marital status, family status, sekswal na oryentasyon, pangkatawan o pangkaisipang kapansanan, o ligal na pinagkukunan ng kita.

**Insurance** – pagbabayad ng pera upang maprotektahan o mapalitan ang isang mahalagang bagay kung sakaling may masamang mangyari dito. Ang house insurance ay maaaring magbayad para sa pinsala na dulot ng sunog. Ang car insurance ay maaaring magbayad para sa mga pinsala sa isang kotse o ari-arian kung masira ito sa isang banggaan. Ang travel insurance ay maaaring magbayad ng mga medikal na bill kung magkasakit ka sa ibang bansa.

**Landlord** – ang taong nagmamay-ari ng isang apartment o bahay at pinauupahan ito sa isang tao.

**Lease, o Tenancy Agreement** – isang nakasulat na kontrata sa pagitan ng isang landlord at isang tenant. Kasama sa kasunduan ang mga bagay tulad ng kung magkano ang upa na babayaran ng tenant, kung kailan ito dapat bayaran, kung gaano katagal ang kontrata, at kung maaaring magkaroon ng alagang hayop ang tenant.

**Resibo** – isang piraso ng papel o email na ibinibigay ng isang tindahan o isang negosyo na nagpapakitang nagbayad ka para sa isang item. Ipinapakita rin nito kung ano ang binili mo at kung kailan mo ito binili.

**References** – mga taong kilala mo at maaaring magrekomenda sa iyo bilang isang mabuting tenant o empleyado.

**Single-family house** – isang bahay na orihinal na ginawa para sa 1 pamilya. Maraming mga single-family house ang mayroon na ngayong mga apartment o mga suite. Bagama't iba't ibang mga pamilya ang nakatira sa bahay, itinuturing pa rin ito bilang isang “single-family” house.

**Subsidized** – kapag tumutulong ang pamahalaan na magbayad para sa mahalagang serbisyo para sa mga mamamayan, tulad ng upa.

**Tenant o renter** – isang taong umuupa ng apartment o bahay.

**Unit** – ang “rental unit” ay matitirahang lugar na pinapaupahan sa isang tenant. Ito ay maaaring isang apartment, isang basement suite, isang bahay, o iba pang mga uri ng accommodation.





## Pag-upa

### Residential Tenancy Branch

Ang Residential Tenancy Branch ay bahagi ng provincial government. Nagbibigay ito ng kapaki-pakinabang na impormasyon tungkol sa mga karapatan at mga responsibilidad ng mga landlord at mga tenant (mga nangungupahan). Ang branch din ang lumulutas ng mga 'di-pagkakasundo sa pagitan ng mga landlord at mga tenant.

Kontakin ang Residential Tenancy Branch kung mayroon kang mga tanong tungkol sa pag-upa ng tahanan sa B.C., o kung may problema ka sa iyong landlord. Mayroon itong impormasyon sa iba't ibang mga wika. Libreng-tawag: 1 800 665-8779  
[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)

### Mga uri ng pabahay

- Ang single-family house ay isang gusali na may kusina, bathroom, living room, at mga bedroom. Maaaring may iba pang kuwarto para sa pagkain, panonood ng TV, o paglalaba. Karaniwang may bakuran at paradahan ng kotse.
- Ang duplex ay isang gusali na hinati sa 2 bahay.
- Ang townhouse ay isang grupo ng mga bahay na pinagkabit-kabit.
- Ang apartment building ay may maraming mga apartment at 1 may-ari. Ang may-ari ay ang landlord para sa bawat apartment sa gusali.
- Ang condominium (condo o strata) building ay may maraming mga apartment. Maaaring magmay-ari ang mga tao ng isang apartment sa gusali.
- Ang mga apartment at mga suite ay maaaring nasa isang apartment o condo building, o nasa isang single-family house.
  - Ang karamihan ng mga apartment at mga suite ay may 1 o 2 mga bedroom.

- Ang karamihan ng mga apartment at mga suite ay may isang kusina, isang bathroom, at isang living room.
- Ang mga studio o mga bachelor suite ay may 1 kuwarto na may kusina at isang bathroom.
- Ang "room for rent" ay karaniwang isang bedroom na nasa isang shared na bahay o apartment. Minsan, mayroon kang isang pribadong bathroom. Ang lahat ng mga tao ay nakikigamit sa kusina.
- Ang room and board ay nangangahulugang may kasamang kuwarto, furniture, at mga pagkain sa iyong upa.



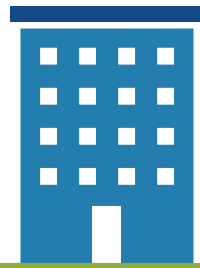
single-family house



duplex



townhouse



apartment o condominium building



May isang taong namamahala sa bawat rental home. Ang taong ito ay ang landlord, ang may-ari, o isang manager. Kailangan mong makipag-usap sa taong ito tungkol sa upa, mga pagpapaayos, at ibang mga pangangailangan.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pag-upa, bisitahin ang website ng WelcomeBC ng pamahalaan ng B.C. [Welcomebc.ca](http://Welcomebc.ca) – I-search ang “Find a place to live”

### Saan maghahanap ng housing

- Magsimula sa pamamagitan ng pagtawag sa iyong settlement agency. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
  - Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- [Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “Newcomer services”
- Maghanap ng mga rental home online, sa mga “Buy & Sell” website ng komunidad, at sa mga dyaryo.
- Maghanap ng “Vacancy” o “For Rent” signs na nakapaskil sa harap ng mga bahay at mga apartment building.
- Maghanap ng “For Rent” notices sa iyong library, community centre, o lugar ng pagsamba (simbahan, moske, atbp.).
- Maaaring maging kwalipikado ka para sa subsidized na pabahay. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang *Tulong sa Pabahay* sa pahina 52.
- Mag-check ng mga listing para sa co-op housing. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang *Housing Co-ops* sa pahina 53.

Narito ang ilang mga tip para sa pagsusuri ng mga ad o impormasyon.

- Mag-ingat kapag tumitingin ng mga ad para sa mga lugar na uupahan. Ang ilang mga tao ay gumagamit ng mga pekeng ad upang linlangin ka at kunin ang iyong pera.
- Mag-ingat sa mga rental na mukhang masyadong maganda o masyadong mura.
- Palaging basahin nang mabuti ang iyong rental contract at ipasuri ito sa isang taong pinagkakatiwalaan mo.

### Diskriminasyon

Hindi maaaring tanggihan ng isang landlord ang pagpapaupa sa isang lugar sa mga tao dahil sa kanilang lahi, kulay ng balat, mga ninuno, lugar ng kapanganakan, relihiyon, kasarian, marital status, family status, sekswal na oryentasyon, pangkatawan o pangkaisipang kapansanan, o ligal na pinagkukunan ng kita. Ito ay diskriminasyon, at labag ito sa batas. Mayroong mga espesyal na eksepsyon. Ang ilang mga gusali ay para sa mga taong 55 taong gulang o mas matanda. Ang ilang mga unit ay para sa mga taong may mga kapansanan. Ang landlord ay pinahihintulutang gumawa ng mga patakaran upang maipagbawal ang pagkakaroon ng alagang hayop o paninigarilyo sa gusali.

Kung mayroon kang problema sa diskriminasyon, tumawag sa BC Human Rights Clinic o sa Tenant Resource and Advisory Centre.

BC Human Rights Clinic  
Vancouver area: 604 622-1100  
Libreng-tawag: 1 855 685-6222  
Email: [infobchrc@clasbc.net](mailto:infobchrc@clasbc.net)  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

Tenant Resource & Advisory Centre (TRAC)  
Lower Mainland Tenants’ Rights  
Information Line / Tenant Hotline  
Vancouver area: 604 255-0546  
Libreng-tawag: 1 800 665-1185  
[tenants.bc.ca](http://tenants.bc.ca)



Kung gusto mong mag-file ng opisyal na reklamo, kontakin ang BC Human Rights Tribunal o ang Canadian Human Rights Commission.

BC Human Rights Tribunal  
Vancouver area: 604 775-2000  
Libreng-tawah: 1 888 440-8844  
Email: [BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca](mailto:BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca)  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Canadian Human Rights Commission  
Libreng-tawag: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.ca](http://chrc-ccdp.ca)

## Mga reference

Ang references ay mga taong kilala mo na maaaring makapagrekomenda sa iyo bilang isang mabuting tenant o empleyado. Maaaring hingan ka ng landlord ng mga reference bago mo upahan ang apartment. Maaari kang magbigay ng numero ng telepono para sa isang reference. Maaari ka ring magbigay ng sulat na isinulat ng iyong reference. Subukang maghanda ng mga reference bago ka maghanap ng tahananang uupahan.

## Mga Credit Check

Bago magpaupa sa iyo, kailangang malaman ng mga landlord kung makakapagbayad ka ng upa. Pinahihintulutan ang mga landlord na magsiyasat ng iyong credit history.

Ang mga landlord ay maaaring humingi ng katibayan ng iyong kita (tulad ng pay stub). Maaari din silang magtanong ng iba pang personal na impormasyon, tulad ng iyong buong pangalan at petsa ng kapanganakan. Maaari silang magtanong ng ibang mga detalye tulad ng iyong Social Insurance Number, mga detalye

ng credit card, driver's licence number, o impormasyon sa pagbabangko. Hindi mo kailangang ibigay ang impormasyong ito at pinahihintulutan kang tanggihan ang kahilingang ito. Gayunpaman, kung tatanggi kang ibigay ang impormasyon, ang landlord ay pinahihintulutan ding hindi paupahan ang lugar sa iyo.

Kung mayroon kang mga tanong tungkol sa pagbabahagi ng iyong personal na impormasyon, kontakin ang Office of the Information and Privacy Commissioner for British Columbia.

Victoria: [250 387-5629](tel:2503875629)

Sa labas ng Victoria: Tumawag sa Enquiry BC at hilingin na i-transfer ang tawag.

Enquiry BC  
Vancouver area: [604 660-2421](tel:6046602421)  
Libreng-tawag: [1 800 663-7867](tel:18006637867)  
[oipc.bc.ca](http://oipc.bc.ca)

## Iligal ang mga application deposit

Hinihiling ng ilang mga landlord sa mga tenant na magbigay ng deposito kapag nag-apply silang umupa sa isang lugar. Labag ito sa batas. Hindi maaaring kunin ng mga landlord ang iyong pera hanggang sa pareho kayong pumirma ng Residential Tenancy Agreement.

Kung magbabayad ka ng application deposit, maaari ka pa ring hindi paupahin ng landlord. Maaaring hindi ma na makuhang pabalik ang iyong pera.

Bisitahin ang website ng Residential Tenancies upang malaman kung anong mga deposito ang maaaring singilin ng isang landlord.  
[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees)



### **Residential Tenancy Agreement**

Kung nagpasiya ka na nais mong umupa ng isang lugar, ikaw at ang landlord ay kakailanganing pumirma ng Residential Tenancy Agreement. Kilala rin ito bilang lease. Maaaring kailangan mong magbayad ng security deposit. Mas gusto ng ilang mga landlord ang cash o tseke. Mainam na ideyang magdala ng tseke kapag tumitingin ka ng lugar na nais mong upahan.

Kapag nagbayad ka ng iyong deposit, siguraduhin mong makakakuha ka ng resibo.

Dapat ka ring makatanggap ng resibo para sa mga bayad sa upa. Ito ay napakahalaga kung cash ang ibinabayad mo. Pinatutunayan nito na nagbayad ka na. Huwag magbayad ng security deposit nang hindi muna pumipirma ng tenancy agreement.

Ipinapaalam sa iyo ng tenancy agreement ang mga patakaran sa tenancy. Halimbawa, dapat mong bayaran ang upa sa tamang oras at panatilihin malinis ang lugar, at hindi mo dapat istorbohin ang ibang mga tenant o ang landlord.



## Bago ka pumirma ng lease

Kapag nakahanap ka na ng lugar na gusto mo, itanong ang mga sumusunod.

- **Magkano ang upa? Kailan ko ito dapat bayaran?**  
Karaniwang magbabayad ka ng upa sa unang araw ng bawat buwan. Maaari lamang taasan ng landlord ang iyong upa isang beses bawat taon. Hindi niya ito maaaring dagdagan nang malaking halaga. Dapat sabihin sa iyo ng landlord na tataasan niya ang upa 3 buwan bago ka magbayad. Dapat ka niyang padalhan ng nakasulat na paunawa.
- **Kasama ba ang utilities sa upa, o dapat ko bang bayaran ang mga ito?**  
Ang utilities ay ang koryente (hydro), gas o fuel oil, tubig, at sewer. Minsan, isinasama ang utilities sa upa. Minsan, hindi kasama ang mga ito. Tanungin ang landlord kung kasama ang utilities sa upa. Kung hindi kasama ang mga ito, magbabayad ka ng karagdagan para sa mga ito bawat buwan.
- **Kasama ba ang parking at storage sa upa?**  
Ang ilang mga gusali ay may parking o storage. Minsan, kasama ang mga ito sa upa. Kung hindi kasama ang mga ito sa upa, magbabayad ka ng karagdagan para sa mga ito. Tanungin ang iyong landlord kung kasama ang parking at storage.
- **Magkano ang security (damage) deposit?**  
Ang deposito ay ang perang babayaran mo upang tapusin ang iyong kasunduan. Sa B.C., kailangan mong magbayad ng damage deposit kapag lumipat ka sa isang rental unit. Ang deposit ay hindi hihigit sa kalahati ng upa sa 1 buwan. Kung mayroon kang alagang hayop, maaaring humiling ang landlord ng pet-damage deposit. Itatabi ng landlord ang deposit na ito hanggang sa umalis ka sa tinitirahan. Kung may masira sa rental unit, gagamitin ng

landlord ang iyong deposito upang ipaayos ito. Kung hindi mo nililinis ang rental unit, maaaring gamitin ng landlord ang pera para sa mga bayad sa paglilinis.

[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/starting-a-tenancy/deposits-and-fees)

Siguraduhing linisin ang rental unit bago ka umalis sa tinitirahan. Kung walang nasira sa unit, at hindi kailangang maglinis ang landlord pagkaalis mo sa tinitirahan, dapat niyang ibalik sa iyo ang lahat ng perang deposito. Dapat itong gawin ng landlord sa loob ng 15 araw pagkaalis mo sa tinitirahan. Kung may ilang nasira o may kaunting paglilinis, maaaring hindi ibalik ng landlord ang bahagi o ang lahat ng pera. Kung hindi ka sumasang-ayon tungkol sa deposito, maaari kang mag-file ng dispute sa Residential Tenancy Branch. [gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems/dispute-resolution?keyword=dispute&keyword=resolution](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems/dispute-resolution?keyword=dispute&keyword=resolution)

## Mga telepono at internet

Maraming mga kompanya ng telephone at internet sa B.C. Iniaalok ng ilang mga kompanya ang dalawang serbisyong ito. Maaari kang makakita ng advertising na nagsasabing makatitipid ka ng pera o makakakuha ka ng mas mahusay na serbisyo kung magpapalit ka ng mga kompanya. Ito'y maaaring totoo, pero kailangan mong mag-ingat. Ang ilang mga kompanya ay pagbabayaran ka ng multa upang makansela ang isang kontrata. Ang ilang mga kontrata ay may napakamurang presyo sa simula, pero nagiging mahal ang presyo sa paglipas ng panahon. Huwag pumirma ng kontrata maliban kung nauunawaan mo kung anong mga serbisyo ang makukuha mo, kung magkano ang mga ito, at kung gaano katagal ang kontrata.



### Basura at recycling

Maraming lungsod at mga bayan ang may mga serbisyo sa pagkolekta ng basura. Kasama sa basura ang mga itinatapong bagay, lumang pagkain, at mga recyclable item (papel, plastic, at babasagin). May truck na pupunta sa iyong bahay upang kunin ang basura. Ang ilang mga komunidad ay nagkokolekta ng lumang pagkain na patapon na at mga pinagtabasan sa bakuran. Gagawin nila itong abono upang magamit sa mga hardin. Ang ilang mga maliliit na komunidad ay walang serbisyo sa pagkolekta ng basura. Maaaring kailangan mong dalhin ang iyong basura at recycling sa isang transfer station.

Maaaring may mga patakaran tungkol sa kung gaano karaming basura at recycling ang maaari mong itapon para sa pagkolekta. Maaari ding may mga patakaran tungkol sa kung kailan mo itatapon ang basura at sa uri ng lalagyan na maaari mong gamitin. Sa maraming mga lugar, bibigyan ka ng lungsod ng mga espesyal na supot o mga kahon para sa basura. Kung bibigyan ka ng lungsod ng special waste containers, dapat mong gamitin ang mga ito.

[recyclebc.ca/what-can-i-recycle](https://recyclebc.ca/what-can-i-recycle)

Kapag bumili ka ng mga item na nakalagay sa mga container tulad ng mga botelya at mga lata, magbabayad ka ng maliit na deposito. Maaari mong ibalik ang mga walang lamang container sa isang recycling centre o grocery store. Ibabalik ng mga ito sa iyo ang perang deposit (refund).

[return-it.ca](https://return-it.ca)

Pinagsisikapan ng mga British Columbian na bawasan ang basura. Ang iyong lokal na pamahalaan ay may impormasyon tungkol sa basura at recycling sa iyong komunidad. Makikita mo ang iskedyul ng pagkolekta ng basura. Makikita mo ang mga patakaran tungkol sa kung anong mga bagay ang nabibilang sa basura, recycling, at food

waste bins. I-check ang website ng iyong bayan o district. Maaari mo ring kontakin ang Recycling Council of BC.

Vancouver area: 604 732-9253

Libreng-tawag: 1 800 667-4321

[rcbc.ca](https://rcbc.ca)

### Mga pagpapaayos

Minsan, ang bahay o apartment na inuupahan mo ay maaaring may ilang mga problema. Halimbawa, tumutulo ang bubong, hindi gumagana ang toilet, o walang mainit na tubig. Ang landlord ang responsable para sa mga pagpapaayos (pag-aayos ng mga sirang bagay). Kung kailangan ng iyong rental unit ng mga pagpapaayos, kausapin ang iyong landlord sa lalong madaling panahon. Sinasabi sa batas na dapat ayusin kaagad ng landlord ang mga ito. Kung ito ay isang emergency, dapat kang bigyan ng landlord ng pangalan at numero ng telepono ng sinumang makakapag-ayos nito kaagad. Kung hindi mabilis na maaayos ng landlord ang problema, maaaring ikaw mismo ang tumawag sa repair company.

Kung masira ang iyong rental unit dahil sa iyo o sa iyong mga bisita, dapat mong bayaran ang gastos para sa pagpapaayos. Minsan, hindi ka pinahihintulutan ng landlord na pinturahan ang mga dingding o magbutas para sa mga larawan. Kung gagawin mo ang mga bagay na ito, maaari hilingin sa iyo ng landlord na magbayad para sa pinsala at mga pagpapaayos. Bago ka gumawa ng mga pagbabago sa unit, humingi ng pahintulot sa iyong landlord. Kumuha ng nakasulat na pahintulot.

Kung may mga problema ang iyong rental unit na hindi aayusin ng iyong landlord, kontakin ang Residential Tenancy Branch.

Vancouver area: 604 660-1020

Libreng-tawag: 1 800 665-8779

Email: [HSRTO@gov.bc.ca](mailto:HSRTO@gov.bc.ca)

[gov.bc.ca/landlordtenant](https://gov.bc.ca/landlordtenant)



## Gumawa ng checklist bago ka lumipat sa titirahan

### Siguraduhing mayroon kang pinirmahang Residential Tenancy Agreement

Kapag sumang-ayon kang umupa ng isang bahay o apartment, ikaw at ang landlord ay gumagawa ng isang kontrata. Ito'y tinatawag na tenancy agreement. Ang agreement ay dapat nakasulat. Ibinibigay sa iyo ng tenancy agreement ang mga patakaran para sa pag-upa ng tahanan. Sinasabi ng batas na ang mga landlord at mga tenant ay may mga tiyak na karapatan at mga tiyak na bagay na dapat nilang gawin (mga pananagutan). Dapat sumunod sa batas ang tenancy agreement. Siguraduhin na naiintindihan mo ang lahat ng nakasulat sa tenancy agreement bago mo ito pirmahan. Kung hindi ka sigurado, magtanong sa sinumang maaaring makatulong sa iyo. Maaaring kailangan mong ipasalin sa iyong wika ang agreement. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website ng Tenant Resource and Advisory Centre (TRAC).

[tenants.bc.ca/tenancy-agreements](https://tenants.bc.ca/tenancy-agreements)

### Magsiyasat para sa sira

Bago ka lumipat sa iyong bagong lugar, tingnan ang rental unit kung may sira. Hilingin sa landlord na sumama sa iyong mag-check. Kunan ng mga larawan ang anumang sira na makikita mo, tulad ng butas o may mantsang sahig. Punan ang isang *Condition Inspection Report* form kasama ng iyong landlord. Ipinapakita ng form na ito na nandoon na ang sira noong lumipat ka sa titirahan. Ikaw at ang landlord ay dapat pumirma sa report. Kapag umalis ka sa tinitirahan, maaari mong gamitin ang form upang hilinging ibalik ang iyong damage deposit.

[tenants.bc.ca/condition-inspection-reports](https://tenants.bc.ca/condition-inspection-reports)

### Kumuha ng mga serbisyo at utilities

Minsan ay kasama ang mga serbisyo (telepono at internet) at utilities (hydro, koryente, at gas) sa iyong upa. Tingnan ang iyong tenancy agreement. Kung hindi kasama ang mga ito, kakailanganin mong bayaran ang mga ito nang hiwalay. Kontakin ang kompanya ng telepono at internet upang humiling ng serbisyo.

### Bumili ng tenant's insurance

Kapwa mga may-ari ng bahay at mga tenant ay maaaring bumili ng insurance. Kung ikaw ay isang tenant, dapat kang bumili ng tenant insurance o renter's insurance. Ang insurance na ito ang nagbabayad para sa sira sa iyong mga kagamitan (ang mga bagay na pagmamay-ari mo) sa rental unit – halimbawa, kung sakaling magkaroon ng sunog, pagbaha, lindol, o pagnanakaw.



### Pagpapapasok sa landlord

Maaaring gusto ng landlord na pumunta (pumasok) sa iyong rental unit, pero dapat ka muna niyang tanungin. Maaari kang tumanggi. Gayunpaman, kung may mabuting dahilan, dapat mong papasukin ang landlord. Dapat kang bigyan ng landlord ng nakasulat na paunawa nang kahit 24 oras man lamang bago ang pagbisita. Kasama dapat sa paunawa ang petsa, oras, at dahilan para sa pagpunta.

Naiiba ang mga emergency. Kung may isang emergency, tulad ng sunog o nasirang water pipe, maaaring pumasok ang landlord nang walang pahintulot mo.

### Mga 'di-pagkakasundo

Kung ikaw at ang iyong landlord ay may 'di-pagkakasundo tungkol sa isang isyu, kontakin ang Residential Tenancy Branch. Makapagbibigay ito sa iyo ng impormasyon tungkol sa mga karapatan at mga responsibilidad ng mga landlord at mga tenant. Maaari din silang makatulong na lutasin ang mga 'di-pagkakasundo.

Kung hihilingin mo sa Residential Tenancy Branch na lutasin ang iyong 'di-pagkakasundo, kakailanganin mong dumalo sa isang pagdinig. Karaniwan ay maaari mong magawa ito sa telepono. Magkakaroon ka ng arbitrator (isang taong tumutulong na lutasin ang mga 'di-pagkakasundo). Makikipag-usap ang arbitrator sa iyo at sa landlord. Tutulungan ka nilang humanap ng solusyon. Sa pagdinig, kailangan mong sabihin ang iyong istorya at magbigay ng ebidensiya (katibayan). Mahalagang maging handa. Ang website ng Residential Tenancy Branch ay may impormasyon tungkol sa kung paano maghanda para sa proseso ng paglutas sa dispute. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa paglutas ng mga 'di-pagkakasundo, bisitahin ang website ng Residential Tenancies.

[gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/solving-problems)

### Pag-alis sa tinitirahan

Kapag nagpapalano kang umalis sa inuupahang bahay o apartment, dapat mong padalhan ang iyong landlord ng nakasulat na paunawa. Ito'y tinatawag na pagbibigay ng abiso. Kung buwanan ka kung umupa (month-to-month), dapat mong ibigay ang nakasulat na paunawa sa landlord 1 buong buwan bago ka umalis sa tinitirahan. Halimbawa, kung plano mong umalis sa tinitirahan sa Disyembre 31, dapat kang magbigay ng paunawa bago ang Nobyembre 30.

### Eviction o pagpapaalis

Sa ilang mga kaso, maaaring paalisin ng landlord ang tenant sa tinitirahan. Ito'y tinatawag na eviction.

Dapat kang padalhan ng landlord ng nakasulat na paunawa. Dapat ka niyang bigyan ng magagandang dahilan para sa pagpapaalis. Ito'y tinatawag na pagbibigay ng abiso. Kadalasan, dapat kang sabihan ng landlord nang 1 buwan man lamang bago ka nila kailanganing lumipat. Minsan, naiiba ang mga patakaran. Ang mga patakaran ay depende sa dahilan kung bakit ka pinapaalis. Alamin ang eviction laws sa website ng Residential Tenancy Branch. [gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/ending-a-tenancy/landlord-notice](http://gov.bc.ca/gov/content/housing-tenancy/residential-tenancies/ending-a-tenancy/landlord-notice)

Kung pinapaalis ka ng iyong landlord at hindi ka sumasang-ayon sa dahilan, maaari kang humingi ng tulong. Tumawag sa Residential Tenancy Branch o sa Tenant Resource and Advisory Centre.

Residential Tenancy Branch  
Vancouver area: 604 660-1020  
Libreng-tawag: 1 800 665-8779  
Email: [HSRTO@gov.bc.ca](mailto:HSRTO@gov.bc.ca)  
[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)

Tenant Resource & Advisory Centre (TRAC)  
Lower Mainland Tenants' Rights Information





Line / Tenant Hotline

Vancouver area: 604 255-0546

Libreng-tawag: 1 800 665-1185

[tenants.bc.ca](http://tenants.bc.ca)

## Tulong sa housing sa B.C.

Ang BC Housing ay isang ahensiya ng provincial government. Ang BC Housing ay nagbibigay ng abot-kayang rental housing para sa mga taong mababa ang kinikita. Tinutulungan din nito ang mga taong eligible na magbayad ng ang kanilang upa. Ang BC Housing ay mayroon ding listahan ng resources para sa tulong sa pabahay sa B.C. Ito'y tinatawag na The Housing Registry.

Alamin kung makakakuha ka ng tulong sa pabahay. Bisitahin ang website o kontakin ang BC Housing para sa impormasyon tungkol sa mga programa.

Vancouver area: 604 433-2218

Libreng-tawag: 1 800 257-7756

[bchousing.org/housing-assistance/program-finder](http://bchousing.org/housing-assistance/program-finder)

### Subsidized na pabahay

Ang pamahalaan ng B.C. ay maaaring magbigay ng pinansiyal na suporta o tulong sa upa sa mga karapat-dapat na tao. Ito'y tinatawag na subsidized na pabahay. Ang BC Housing ay nagbibigay ng subsidized na pabahay sa mga taong mababa ang kinikita. Ang gastos sa pag-upa ay batay sa laki ng pamilya at kabuuang kita ng pamilya.

Upang maging kwalipikado para sa tulong sa pabahay, ikaw at ang iyong pamilya ay dapat:

- isang buong taon nang nakatira sa B.C. bago mag-apply para sa pabahay
- permanenteng nakatira sa B.C.
- may kabuuang kita ng pamilya na mas mababa sa limitasyon ng BC Housing para sa iyong lugar

- maging isa sa mga sumusunod:
  - Mga Canadian citizen na walang sponsor
  - mga taong ligal na pinapasok sa Canada para sa permanent residence nang walang sponsor
  - mga taong nag-apply para sa refugee status
  - mga taong nagkaproblema sa pribadong sponsorship

[bchousing.org](http://bchousing.org) – I-search ang “Subsidized housing”

### Rental Assistance Program

Ang Rental Assistance Program ay nagbibigay ng tulong sa buwanang upa sa mga pamilyang mababa ang kinikita sa pagtatrabaho.

Upang maging kwalipikado, ang mga pamilya ay dapat:

- isang buong taon (12 buwan) nang nakatira sa B.C. bago mag-apply
- mayroong 1 man lamang na dependent child sa tahanan
- nagkaroon ng trabaho sa anumang panahon sa loob ng nakaraang taon
- may kabuuang kita ng pamilya na mas mababa sa limitasyon ng BC Housing para sa iyong lugar

Ang bawat miyembro ng sambayanan ay dapat maging isa sa mga sumusunod:

- Mga Canadian citizen na walang sponsor
- mga taong ligal na pinapasok sa Canada para sa permanent residence nang walang sponsor
- mga taong nag-apply para sa refugee status
- mga taong nagkaproblema sa pribadong sponsorship

[bchousing.org](http://bchousing.org) – I-search ang “Rental Assistance Program”



## Gumawa ng checklist bago ka umalis sa tinitirahan

### Magbigay ng abiso

### Maglinis

Dapat mong linisin ang iyong rental unit bago ka umalis sa tinitirahan. Dapat mong linisin ang mga kuwarto at mga sahig. Dapat mo ring linisin ang mga appliance (kalan, refrigerator, mga banyo, at mga ilaw). Kung mayroon kang mga carpet o mga kurtina, maaaring kailangan mo ring linisin ang mga ito. Tingnan ang iyong tenancy agreement.

### Kanselahin ang telepono at utilities

Tawagan ang kompanya ng telepono at sabihin sa kanila na lilipat ka. Maaari nitong kanselahin ang iyong serbisyo sa telepono. Maaari din nitong i-transfer (ilipat) ang serbisyo sa iyong bagong address. Kung hindi mo ito gagawin, maaaring kailangan mong bayaran ang mga phone bill pagkaalis mo sa tahanan upang lumipat. Kung ikaw ang nagbabayad ng koryente, gas, o oil, dapat mo ring kanselahin ang mga ito. Tawagan ang mga kompanya at hilingin sa mga ito na idiskonekta ang iyong serbisyo sa araw ng pag-alis mo sa tinitirahan.

### Magpalit ng iyong address

Kailangang malaman ng post office kung saan ihahatid ang iyong mail. Kailangan mo itong kontakin at magpapalit ng iyong mailing address. Magagawa mo ito sa website ng Canada Post. May fee para sa serbisyong ito.

[canadapost.ca/cpc/en/personal/receiving/manage-mail/mail-forwarding.page](https://canadapost.ca/cpc/en/personal/receiving/manage-mail/mail-forwarding.page)

Ibigay ang iyong bagong address sa iyong bangko, tagapag-employo, paaralan, medical plan, driver licensing office, credit card companies, Canada Revenue Agency, cable TV company, at ibang mga kontak. Bisitahin ang kanilang mga website. Maaari mong baguhin ang iyong address online.

### Mag-hire ng moving company o umupa ng isang truck

Maaari kang magbayad ng isang moving company upang magpadala ng isang truck at mga tao upang ilipat ang iyong mga kasangkapan. Maaari ka ring mag-rent ng isang truck o van at ikaw mismo ang maglipat ng iyong mga kasangkapan.





## Shelter Aid for Elderly Renters

Ang Shelter Aid for Elderly Renters (SAFER) ay nagbibigay ng mga buwanang bayad sa mga senior upang makatulong sa mga gastos sa pag-upa.

Upang maging kwalipikado, ikaw ay dapat:

- 60 taong gulang o mas matanda
- may kabuuang kita ng pamilya na mas mababa sa limitasyon ng BC Housing para sa iyong lugar

Ang bawat miyembro ng sambahayan ay dapat maging isa sa mga sumusunod:

- Mga Canadian citizen na walang sponsor
- mga taong ligal na pinapasok sa Canada para sa permanent residence nang walang sponsor
- mga taong nag-apply para sa refugee status
- mga taong nagkaproblema sa pribadong sponsorship
- isang buong taon (12 buwan) nang nakatira sa B.C. bago mag-apply

[bchousing.org](http://bchousing.org) – I-search ang “SAFER”

## The Housing Registry

Nakalista sa The Housing Registry ang BC Housing rentals sa buong province. Bisitahin ang website upang humanap ng mga gusali sa iyong lugar. Sinasabi sa iyo ng listing kung paano mag-apply sa bawat gusali.

[bchousing.org/housinglistings](http://bchousing.org/housinglistings)

## Mga housing co-op

### Ano ang housing co-op?

Ang pagiging bahagi ng housing co-operative (co-op) ay naiiba sa pag-upa. Sa isang inuupahang unit, ikaw ay isang tenant. May ibang nagmamay-ari ng unit, at magbabayad ka ng pera sa kanya upang magamit ito. Sa isang co-op, ang mga residente ay kahati sa pagmamay-ari ng gusali. Ang co-op ay isang non-profit na organisasyon. Ito ay nangangalap ng pera upang mabayaran ang mga gastos sa gusali. Ang residente ay mga miyembro ng co-op. Ang co-op ay pinamamahalaan ng board of directors. Ang mga miyembro ang pumipili ng mga tao sa board of directors. Ang lahat ng mga miyembro ay nagbabayad ng mga buwanang fee sa housing. Ang co-op ay may mga patakaran ng grupo, pero walang landlord. Maaaring manatili ang mga miyembro sa co-op hangga't sumusunod sila sa mga patakaran. Hindi maaaring magpaalis ang isang co-op ng mga residente upang i-renovate (ipaayos) o ibenta ang gusali. Ang pagtira sa isang co-op ay maaaring mas secure kaysa sa pag-upa.

Ang Co-operative Housing Federation of BC ay may video na nagpapaliwanag ng co-op housing.

[chf.bc.ca/what-is-a-co-op](http://chf.bc.ca/what-is-a-co-op)

Ang ilang mga housing co-op ay nag-aalok din ng mga special unit na may mas mababang upa para sa mga taong mababa ang kinikita. Ito'y tinatawag na rent-geared-to-income (RGI). Ang mga taong mas mataas ang kinikita ay nagbabayad ng mas malaking upa, at ang mga taong mas mababa ang kinikita ay nagbabayad ng mas mababang upa. Kailangan mong mag-apply para sa mga RGI co-op unit. Maaaring may waiting list at maaaring kailangan mong maghintay nang matagal.



### Pagsali sa isang co-op

Kailangan mong mag-apply upang sumali sa isang housing co-op. Bisitahin ang website ng Co-operative Housing Federation of BC at i-check ang “Find a Co-op” upang makakita ng listahan ng lahat ng mga co-op. Hindi ka maaaring mag-apply upang sumali sa isang co-op sa website na ito dahil ang bawat co-op ay may sarili nitong proseso ng aplikasyon. Maaari kang magbasa ng impormasyon online tungkol sa kung paano mag-apply at pagkatapos ay kontakin nang direkta ang co-op.

Maaari ka ring magsagawa ng mga special search para sa mga co-op na nakakatugon sa iyong mga pangangailangan. Maaari kang mag-search ng mga co-op na tumatanggap ng mga aplikasyon ngayon. Maaari mo ring i-search ang mga “rent-geared-to-income” (RGI) co-op.

Ang Co-operative Housing Federation of BC.  
Greater Vancouver: 604 879-5111  
Libreng-tawag: 1 866 879-5111  
Vancouver Island: 250 384-9444  
Libreng-tawag: 1 877 384-9444  
[chf.bc.ca](http://chf.bc.ca)

### Pagbili ng isang tahanan

Ang pagbili ng isang tahanan ay isang malaking desisyon. Maraming tao ang tumatawag sa isang real estate company para sa tulong. Ang isang real estate agent ay makakatulong sa iyo na maghanap ng mga bahay, mga apartment, o mga condo. Maaari silang makatulong sa iyo na makipagtawaran para sa mas magandang presyo at ipaliwanag ang mga ligal na dokumento. Matutulungan ka rin ng isang abogado sa mga ligal na dokumento. Maghanap ng mga bahay na ibinebenta at tingnan kung magkano ang halaga ng mga ito.

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

Ang karamihan ng mga tao ay humihiram ng pera upang bumili ng bahay. Ito'y tinatawag na mortgage. Makakakuha ka ng mortgage mula sa isang bangko, credit union, o trust company. Kailangan mong magbayad ng mga fee para sa perang inutang mo. Magkakaiba ang mga mortgage fee ng mga nagpapahiram. Pagkumparahin ang mga mortgage rate sa iba't ibang mga bangko at mga kompanya para sa pinakamagandang rate.

Ang website ng Canada Mortgage and Housing Corporation ay may impormasyon tungkol sa pagbili ng tahanan at pagkuha ng mortgage.

[cmhc-schl.gc.ca](http://cmhc-schl.gc.ca)

Kung ikaw ang may-ari ng iyong bahay, dapat kang bumili ng insurance para dito. Dapat ka ding magkaroon ng insurance para sa iyong mga kagamitan (ang mga bagay na pagmamay-ari mo). Kung nasira o nawala ang iyong tahanan o mga kagamitan (halimbawa, sa isang sunog, pagbaha, lindol, o pagnanakaw), babayaran ng insurance company ang malaking bahagi ng gastos.



Kakailanganin mo ring bayaran ang lahat ng mga serbisyo sa tahanan. Kabilang sa mga ito ang tubig, koryente, telepono, internet, heat, sewer (toilet), at pagtatapon ng basura. Ang mga serbisyo sa tubig at sewer ay ibinibigay ng lokal na pamahalaan. Sila ay magpapadala sa iyo ng bill bawat 1 o 2 buwan. Ang iba pang utilities ay ibinibigay ng mga pribadong kompanya. Kailangang ikaw mismo ang kumontak sa mga ito upang bilhin ang serbisyo at magbayad ng mga bill.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pagbili ng tahanan, bisitahin ang website ng WelcomeBC ng pamahalaan ng B.C. [Welcomebc.ca](http://Welcomebc.ca) - I-search ang "Find a place to live"

## Pagiging isang landlord

Kung nagmamay-ari ka ng bahay o condo, maaaring mo itong paupahan. Ang mga landlord ay may mga karapatan at mga responsibilidad. Dapat mong malinaw na maunawaan ang mga ito.

Ang Residential Tenancy Branch ay may impormasyon para sa mga landlord. Makakakita ka ng kapaki-pakinabang na tools at impormasyon para sa mga bagong landlord. Maaari kang manood ng mga video, magbasa ng tips, mag-download ng mga information sheet, at makakita ng mga link sa ibang mga website. [gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)





## **i** Saan makakakuha ng tulong

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pag-upa o pagbili ng lugar na matitirahan, bisitahin ang website ng WelcomeBC ng pamahalaan ng B.C. [welcomebc.ca/Start-Your-Life-in-B-C/First-Few-Days/Find-a-Place-to-Live](http://welcomebc.ca/Start-Your-Life-in-B-C/First-Few-Days/Find-a-Place-to-Live)

Ang mga taong nagtatrabaho sa iyong local settlement agency ay makapagbibigay ng impormasyon tungkol sa paghahanap ng lugar na matitirahan. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Mga permanent residents, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Mga temporary residents, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

Residential Tenancy Branch  
Greater Vancouver: 604 660-1020  
Libreng-tawag: 1 800 665-8779  
Email: [HSRTO@gov.bc.ca](mailto:HSRTO@gov.bc.ca)  
[gov.bc.ca/landlordtenant](http://gov.bc.ca/landlordtenant)

Tenant Resource & Advisory Centre (TRAC)  
Lower Mainland Tenants' Rights Information Line / Tenant Hotline  
Greater Vancouver: 604 255-0546  
Libreng-tawag: 1 800 665-1185  
[tenants.bc.ca](http://tenants.bc.ca)

BC Human Rights Clinic  
Greater Vancouver: 604 622-1100  
Libreng-tawag: 1 855 685-6222  
Email: [infobchrc@clasbc.net](mailto:infobchrc@clasbc.net)  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

BC Human Rights Tribunal  
Greater Vancouver: 604 775-2000  
Libreng-tawag: 1 888 440-8844  
Email: [BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca](mailto:BCHumanRightsTribunal@gov.bc.ca)  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Canadian Human Rights Commission  
Libreng-tawag: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.ca](http://chrc-ccdp.ca)





# PERA AT PAGBABANGKO

## Mga Kahulugan

Ang perang ginagamit sa Canada

## Pamimili

Deposits, refunds, at exchanges  
Second-hand stores at yard  
(garage) sales  
Metric at imperial measure

## Pagbabangko

Pagbubukas ng isang bank account  
Mga uri ng mga account  
Pagbabayad gamit ang cash, debit  
card, credit card, o tseke  
Mga bBank machine  
Pagbabangko sa telepono, internet,  
at smartphone  
Pagpapadala ng pera sa mga ibang  
bansa  
Para sa karagdagang impormasyon  
tungkol sa pagbabangko

Pakikipagnegosyo sa mga  
pribadong kompanya

## Pag-utang ng pera

Mga loans at mga mortgage

## Pagbabayad ng mga tax

Income tax  
Mga sales taxes at credits  
Canada Child Benefit  
Mga property tax  
Property Transfer Tax

## Pinansiyal na tulong para sa mga senior

Old Age Security  
Guaranteed Income Supplement  
Senior's Supplement

## Pamumuhunan ng pera

Para sa karagdagang  
impormasyon



## Mga Kahulugan

**Tseke** – isang piraso ng papel na nangangako ng pagbabayad ng pera. Ipinapakita ng tseke sa bangko kung magkano ang perang ibibigay sa tao kung kanino nakapangalan ang tseke.

**Credit** – perang inutang. Ginagamit din ang salita upang ilarawan ang mga sumusunod:

- Mga credit card: ang mga card na ginagamit upang bumili ng mga bagay o mga serbisyo. Ang may-ari ng credit card ay humihiram ng pera mula sa bangko o credit card company upang bumili ng isang bagay ngayon at bayaran ito sa kalaunan. Kung mahuhuli ang mga pagbabayad, ang may-ari ng credit card ay sisingilin nang mas malaki (interest).
- Credit rating: Ang mga Canadian na humihiram ng pera ay may credit rating. Kung mayroon kang “magandang” credit rating, malalaman ng mga negosyo at mga landlord na babayaran mo ang anumang perang inutang mo. Kung mayroon kang “masamang” credit rating, ibig sabihin nito’y may history ka ng hindi pagbabayad ng perangin utang mo. Ang ilang mga landlord ay hindi magpapaupa sa mga taong may masamang credit rating.
- Credit check: kapag gusto ng isang tao na makasiguro na mayroon kang sapat na pera upang mabayaran siya para sa isang bagay. Ang credit check ay may kaugnayan sa iyong credit rating. Maaari kang hilingan ng credit check kung gusto mong umupa ng apartment o mag-apply para sa isang credit card.
- Credit sa account: ito’y kapag mas malaki ang ibinayad mo kaysa sa dapat mong bayaran para sa isang bagay na palagi mong ginagamit, tulad ng hydro o tubig para sa iyong tahanan. Hindi na maibabalik sa iyo ang pera. Sa halip, ang credit (sobrang ibinayad) ay gagamitin upang bayaran ang iyong susunod na bill.

**Utang** – kapag may utang kang pera sa isang bangko, ibang financial organization, o isang tao. Kabilang dito ang mga loan, mga mortgage, at mga utang sa credit card.

**Eligible** – kapag karapat-dapat ka para sa isang bagay. Upang maging karapat-dapat para sa isang loan, dapat ay may sapat kang pera o kita upang mabayaran ito. Upang maging karapat-dapat para sa isang programa ng suporta ng pamahalaan, dapat mong matugunan ang mga kinakailangan. Ito’y maaaring kung magkano ang perang kinikita mo, iyong edad, o iyong citizenship status.

**Interest** – ang gastos sa paghiram ng pera. Ito ang sinisingil ng bangko sa iyo upang magamit ang pera nito. Halimbawa, kung hihiram ka ng \$1,000, maaari kang singilin ng 1% interest. Ibig sabihin nito’y magbabayad ka ng \$10 bilang patong sa \$1,000 na hiram mo.

**Principal** – ang eksaktong halaga ng perang hiniram mo. Kung hihiram ka ng \$1,000, babayaran mo ang principal (\$1,000) kasama ang interest (ang singil sa paghiram ng pera).





**Resibo** – isang piraso ng papel o email na ibinibigay ng isang tindahan o isang negosyo na nagpapakitang nagbayad ka para sa isang item. Ipinapakita rin nito kung ano ang binili mo at kung kailan mo ito binili.

**Safety program / security software** – mga programa at software para sa iyong computer na nagpoprotekta sa iyong computer at sa iyong pribadong impormasyon.

**Transaksyon** – isang record ng anumang perang idinagdag o kinuha sa iyong bank account o credit card.

## Pera ng Canada

Ang perang ginagamit sa Canada ay Canadian dollar. May 100 sentimo (¢) sa 1 dollar (\$).

Ang pera ay tinatawag ding cash. Ang cash ay mga barya at mga papel na pera. Ang mga bill (papel na pera) ay \$5, \$10, \$20, \$50, at \$100. Ang Canada ay gumagamit ng 5 uri ng mga barya.



nickel = 5 sentimos (\$0.05)



dime = 10 sentimos (\$0.10)



quarter = 25 sentimos (\$0.25)



loonie = 1 dolyar (\$1.00)



toonie = 2 dolyar (\$2.00)

Ang isang sentimong (\$0.01) mga barya ay tinatawag na pennies. Ang Pamahalaan ng Canada ay hindi na gumagawa ng pennies. Ang pinakamaliit na halaga ng cash ay 1 nickel (5 cents).

Maraming presyo ang may mga sentimo pa rin sa presyo (halimbawa, \$1.99). Kung magbabayad ka ng cash, “magra-round up” o “magra-round down” ang mga tindahan sa pinakamalapit na 5 sentimo. Ito'y dahil walang 1 sentimong barya.

- Kung ang presyo ay \$1.01 o \$1.02, ang babayaran mo ay \$1.00.
- Kung ang presyo ay nasa pagitan ng \$1.03 at \$1.07, ang babayaran mo ay \$1.05.
- Kung ang presyo ay \$1.08 o \$1.09, ang babayaran mo ay \$1.10.

Kung magbabayad ka gamit ang credit card o debit card, ikaw ay magbabayad ng eksaktong gastos.

## Pamimili

Ang karamihan ng mga tindahan ay nagbubukas nang bandang 9 a.m. o kaya 10 a.m. (sa umaga) at nagsasara nang 5:30 p.m. o 6 p.m. (sa gabi). Ang ilang mga tindahan, mga shopping centre, o mga mall ay maaaring manatiling bukas hanggang gabi. Maraming mga tindahan ay sarado



tuwing Linggo. Ang karamihan ng mga grocery store at malalaking department store ay bukas nang 7 araw sa isang linggo.

Sa B.C., kailangan mong magbayad ng tax sa karamihan ng mga produkto at serbisyong binibili mo. May 2 uri ng tax: Provincial Sales Tax (PST) at Goods and Services Tax (GST). Ang PST ay 7% at ang GST ay 5%. Minsan, 1 tax lamang ang kailangan mong bayaran. Minsan, kailangan mong bayaran pareho. Makikita sa karamihan ng mga produkto at mga serbisyo ang presyo bago ipataw ang tax. Ang mga taxes ay idinaragdag sa presyo ng item kapag ito'y binili mo. Ang presyo sa item ay maaaring \$10, pero hihilingin sa iyo ng taong nasa payment counter na magbayad ng \$11.20. Ang karagdagang \$1.20 ay tax: 50 sentimos para sa PST, at 70 sentimos para sa GST. Ang presyo sa tindahan ay fixed. Ang mga tao'y hindi humihiling (tumatawad) ng mas mababang presyo sa mga tindahan.

May karagdagang mga tax na ipinapataw sa ilang mga espesyal na bagay. May karagdagang mga tax para sa alak, tabako, e-cigarettes at e-juice (vaping), gasolina, at mga sasakyan.

### **Deposits, refunds, at exchanges**

Kapag bumili ka ng mga inuming nasa mga botelya at mga lata, magbabayad ka ng maliit na halaga ng pera (isang deposit) para dito. Kapag isinauli mo ang mga botelya at mga latang walang laman, makukuha mong muli ang deposit. Maaari mong isauli ang mga botelya at mga latang walang laman sa tindahan kung saan mo binili ang mga ito. Maaari mo ring dalhin ang mga ito sa mga recycling depot para makakuha ng refund (makukuha mong muli ang iyong pera).

Minsan, maaaring bumili ka ng isang bagay at nalaman mong hindi ito kasya, o hindi ito gumagana. Maaari kang magpasiya na huwag na itong itabi. Kung hindi mo ginamit ang item, maaaring maibalik mo ito

sa tindahan. Magtanong tungkol sa return policy bago ka bumili ng isang item. Hindi pare-pareho ang mga patakaran sa lahat ng mga tindahan. Hindi tatanggapin ng ilang mga tindahan ang mga isinasauli. Ang ilan ay magbibigay sa iyo ng refund (ibabalik sa iyo ang iyong pera). Ang iba ay magbibigay sa iyo ng store credit, at maaari mong ipalit ang item sa ibang item.

Laging itago ang iyong resibo. Pinatutunayan nito kung kailan at kung saan mo binili ang item. Ang karamihan ng mga tindahan ay hindi ka pahihintulutan na isauli o palitan ang item na binili mo nang walang resibo.

### **Mga second-hand store at mga yard (garage) sale**

Ang ilang mga tao ay nagbebenta ng kanilang second-hand na kasuotan, furniture, at iba pang mga kasangkapan para sa bahay. Ang mga ito'y karaniwang napakamura. Ang ilang mga tao ay nagdadala ng mga second-hand na item sa isang tindahan. Ang second-hand stores (o thrift stores) ay tumatanggap ng mga second-hand na item nang libre at ibinebenta ang mga ito sa mababang presyo. Kadalasan, ginagamit ng mga tindahan ang pera upang tumulong sa mga tao sa komunidad. Maaari ka ding bumili o magbenta ng second-hand goods sa isang consignment store. Mas mahal ang mga consignment store kaysa sa thrift stores. Sa mga ganitong tindahan, binibigyan ang may-ari ng kaunting pera para sa kanyang mga second-hand na item kapag naibenta ang mga item. Kung mayroon kang mga gamit na hindi mo kailangan, maaari mong dalhin ang mga ito sa isang thrift store o consignment store.

Minsan, ibebenta ng mga tao ang kanilang mga second-hand na item sa harap ng kanilang tahanan. Ang mga ito ay tinatawag na "yard" sales o "garage" sales. Ang yard sales ay karaniwang nangyayari tuwing mga weekend. Mahahanap mo ang mga



ito sa pamamagitan ng paghahanap sa Classified Ads sa mga dyaryo. Maaari ka ring mag-search online. Ang karamihan ng mga tao ay naglalagay ng yard sale na mga sign sa daan na malapit sa kanilang bahay. Ang mga presyo sa yard sales ay karaniwang mas mura kaysa sa thrift stores. Maaari kang humiling ng mas mababang presyo sa may-ari.

Maraming tao ang nagba-buy and sell ng mga second-hand na item online. Maraming mga website kung saan maaari kang mag-buy and sell ng mga second-hand na item. Ang mga ito'y tinatawag na mga website ng “buy-sell-trade”. Ang karamihan ng mga lungsod at mga bayan ay may mga ganito. I-search online ang “buy-sell-trade” at ang pangalan ng iyong komunidad.

### **Metric at imperial measure**

Opisyal na ginagamit ng Canada ang metric system upang sukatin ang:

- distansya at bilis (kilometro, o km)
- gas (litro, o l)
- temperatura (degrees Celsius, o °C).

Gayunpaman, ang mga Canadian ay gumagamit din ng imperial measurements para sa bigat (ounces at pounds). Ang presyo ng pagkain ay maaaring batay sa grams at kilograms, o sa ounces at pounds.

## **Pagbabangko**

### **Pagbubukas ng isang bank account**

Maaari kang magbukas ng isang account sa isang bangko, credit union, o trust company. Kumuha ng impormasyon tungkol sa iba't ibang mga bank account at iba't ibang mga kompanya bago ka pumili. Alamin ang mga uri ng mga account at kung ano ang mga bayad. Minsan, maaari kang singilin kapag naglagay (deposit), naglipatt (transfer), o kumuha (withdraw) ka ng iyong pera. Ang ilang mga

account ay nagbabayad ng interest sa pera sa iyong mga account. Magtanong tungkol sa mga banking fee at mga interest rate.

### **Mga uri ng mga account**

#### *Chequing accounts*

Kapag ikaw ay may chequing account, gumagamit ka ng espesyal na piraso ng papel (tseke) upang magbayad sa isang tao. Ang karamihan ng mga Canadian ay hindi na sumusulat ng mga tseke. Ang karamihan ng mga Canadian ay gumagamit ng online banking at mga debit card para sa mga pang-araw-araw na transaksyon at mga pagbili. Ang ilang mga chequing account ay naniningil ng mga buwanang service fee. Ang ilan ay naniningil para sa iba't ibang mga transaksyon. Ang karamihan ng mga chequing account ay hindi nagbabayad ng interest.

#### *Mga savings account*

Ang lahat ng mga savings account ay nagbabayad ng interest. Iba't iba ang mga interest rate ng iba't ibang mga bangko. Sa karamihan ng mga savings account, hindi ka pinahihintulutan na sumulat ng mga tseke.

#### *Mga chequing-savings account*

Ang mga account na ito ay nagbabayad ng interest. Maaari ka ding sumulat ng mga tseke. Ang iba't ibang mga bangko ay may iba't ibang mga fee at interest rates.

#### *Term deposits at Guaranteed Investment Certificates (GICs)*

Ang mga account na ito ay karaniwang nagbabayad ng mas malaking interest kaysa sa saving accounts. Gayunman, kailangan mong iwanan ang iyong pera dito sa loob ng isang takdang panahon (isang term). Sa sandaling mailagay mo ang iyong pera, kailangan mong maghintay hanggang sa katapusan ng term upang mailabas ito. Kung ilalabas mo ang iyong pera nang maaga, mawawala ang bahagi ng o ang buong interest.



### **Pagbabayad gamit ang cash, debit card, credit card, o tseke**

Maraming Canadians ang gumagamit ng cash upang magbayad para sa mga item. Gayunman, ang karamihan ay gumagamit na ngayon ng mga debit at credit card. Ang mga debit card ay nagpapahintulot sa iyongdiretsong makakapagbayad mula sa iyong bank account. Ang karamihan ng mga tindahan at mga restaurant ay tumatanggap ng mga debit card. Maaari kang kumuha ng mga debit card mula sa iyong bangko o credit union.

Kapag ikaw ay may credit card, mabibili mo ngayon ang mga gusto mong bilhin at babayaran mo ang mga ito sa mas huling panahon. Makakakuha ka ng mga credit card mula sa mga bangko, mga department store, at gas companies. Kung hindi mo babayaran ang buong halaga ng iyong credit card bill bawat buwan, kailangan mong magbayad ng interest. Iba-iba ang mga sinisingil ng iba't ibang credit card companies. I-check kung magkano ang interest na sinisingil ng mga ito. Ito'y maaaring makagawa ng malaking pagkakaiba sa kung magkano ang kailangan mong bayaran. Tingnan ang section ng Pag-utang ng Pera sa pahina 61.

Dapat mong protektahan ang iyong mga debit at credit card tulad ng pagprotekta mo sa iyong pera. Itago ang mga ito sa isang ligtas na lugar.

Kailangan mo ng isang sekretong numero (personal identification number o PIN) upang magamit ang iyong debit card at credit card. Siguraduhing protektahan ang iyong PIN.

Ginagamit ng ilang Canadians ang kanilang debit card o ang kanilang credit card sa pamamagitan ng kanilang smartphone, at sa ilang mga lugar, maaari silang magbayad para sa mga item sa pamamagitan ng pag-scan ng screen ng telepono. Maaari mo ring “i-tap” ang iyong credit o debit card kapag nagbabayad para sa mga item. Sa pamamagitan ng “pag-tap”, hindi mo na kailangang ilagay ang iyong PIN.

Minsan, ginagamit ang mga tseke sa halip na cash. Maraming mga tindahan ay hindi tumatanggap ng mga tseke. Bago ka mamili, dapat mong tanungin ang kahera kung tumatanggap sila ng mga tseke. Mangangailangan ka ng identification (ID) upang magbayad gamit ang tseke.





## Mga bank machine

Ang mga bangko, credit unions, at ang ilang trust companies ay may bank machines. Ang mga ito'y tinatawag na automated teller machines (mga ATM).

Upang gamitin ang bank machines, kailangan mo ng debit card mula sa iyong bangko o credit union. Maaari ka ring mag-withdraw ng cash gamit ang iyong credit card, pero magbabayad ka ng mataas na interest rate.

Ang mga ATM ay bukas 24 oras sa isang araw. Mahahanap mo ang mga ATM sa mga convenience store at iba pang mga pampublikong lugar. Maaari kang mag-withdraw ng pera o maaari mong i-check ang iyong account sa anumang ATM. Kung ang ATM ay pagmamay-ari ng ibang bangko o kompanya, maaaring kailangan mong magbayad ng maliit na fee. Tanungin ang iyong bangko kung kailan at saan ito naniningil ng karagdagang fees. Upang magbayad ng bills at mag-deposit o mag-transfer ng pera, maaaring kailangan mong gumamit ng ATM na pagmamay-ari ng iyong bangko.

## Pagbabangko sa telepono, internet, at smartphone

Maraming Canadians ang nagbabangko online mula sa kanilang home computer o smartphone. Maaari mong i-check ang iyong account balance, magpadala o tumanggap ng pera, mag-transfer ng pera sa mga account, at magbayad ng bills mo. Ang ilang mga bangko ay may mga serbisyo sa iba't ibang mga wika.

Maaari mo ding gawin ang iyong pagbabangko sa telepono. Para dito, kailangan mong tawagan ang bangko at sagutin ang mga panseguridad na katanungan.

Ang ilang mga bangko ay may mga mobile phone app para sa online banking. Hinahayaan ka ng ilang mga app na kunan ng retrato ang isang tseke at i-deposit ito sa iyong account

gamit ang iyong smartphone. Tanungin ang iyong bangko o credit union tungkol sa online at mobile banking services ng mga ito.

Mahalaga ang seguridad kung nagbabangko ka online. Maaaring nakawin ng mga kriminal ang iyong impormasyon at pera online. Kapag nag-log in ka sa iyong bank account, dapat ka lamang gumamit ng pribadong computer. Huwag gumamit ng pampublikong computer (halimbawa, sa isang library). Maglagay ng safety program (security software) sa iyong sariling computer.

Gumamit ng secure at pribadong internet connection. Huwag gumamit ng public WiFi upang mag-log in sa iyong bank account. Huwag tumugon sa anumang mga email na humihingi ng impormasyon ng iyong account. Huwag mag-click sa anumang mga link na nasa mga email o mga text message mula sa mga hindi kilalang nagpadala. Ang mga ito'y maaaring mga panlolokong email o mensahe. Ang mga manloloko ay nagpapadala sa iyo ng mga virus na magpapahintulot sa kanilang nakawin ang iyong impormasyon.

Ang website ng Canadian Bankers Association ay may impormasyong makakatulong sa iyong matukoy ang mga panloloko sa pagbabangko.

[cba.ca/staying-safe-online](http://cba.ca/staying-safe-online)

## Pagpapadala ng pera sa ibang mga bansa

Maaari kang magpadala ng pera sa mga tao sa ibang mga bansa sa pamamagitan ng isang bangko o foreign exchange company. Maaari ka ding mag-mail ng money order (tinatawag ding draft). Ang mga money order ay maaaring ipadala mula sa isang bangko, foreign exchange company, o post office. Bago ka magpadala ng pera, siguraduhing matatanggap ang bayad sa bansa na pinadadalhan mo nito. Ang ilang mga institusyon ay hindi maaaring tumanggap ng ilang mga uri ng bayad.



Maaaring kailangan mong magbayad ng karagdagang fee upang magpadala ng pera sa ibang bansa. Magkakaiba ang fees na sinisingil ng iba't ibang mga kompanya. I-check ang fees sa iba't ibang mga kompanya.

### Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pagbabangko

Masasagot ng website ng Canadian Bankers Association ang maraming mga tanong tungkol sa pagbabangko sa Canada.  
[bankingquestions.cba.ca/  
bankingfornewcomerstocanada](http://bankingquestions.cba.ca/bankingfornewcomerstocanada)

Makahanap ng impormasyon tungkol sa pagpili ng tamang bank account, mga credit at debit card, mga mobile payment, mga tseke, mga mortgage, online security, at marami pang ibang paksa sa pagbabangko.  
[bankingquestions.cba.ca](http://bankingquestions.cba.ca)

### Pakikipagnegosyo sa mga pribadong kompanya

Minsan, maaaring pabayaran sa iyo ng mga pribadong kompanya ang serbisyo bago pa man makumpleto ang trabaho – halimbawa, kapag binayaran mo ang isang kompanya upang i-renovate ang iyong bahay. Maaaring mahirap malaman kung mapagkakatiwalaan mo ang kompanya na gawin ang trabahong binayaran mo.

Ang Better Business Bureau (BBB) ay isang non-profit na organisasyon na tumutulong sa mga tao na humanap ng mga negosyo na mapagkakatiwalaan nila. Ang mga kompanya na sumasali sa BBB ay dapat tumupad sa ilang mga pamantayan sa pakikipagnegosyo. Kung ang mga customer

ay nagkakaproblema sa mga kompanya, maaari nilang sabihin ito sa BBB. Kapag nakikipagnegosyo ka sa isang pribadong kompanya, kontakin muna ang BBB. Matutulungan ka rin nito kung mayroon kang mga problema sa isang pribadong kompanya. Vancouver area: 604 682-2711  
Libreng-tawag: 1 888 803-1222  
[bbb.org/mbc](http://bbb.org/mbc)

Vancouver Island, Gulf Islands, Powell River, at Haida Gwaii: 250 386-6348  
Libreng-tawag: 1 877 826-4222  
[bbb.org/en/ca/local-bbb/bbb-serving-vancouver-island](http://bbb.org/en/ca/local-bbb/bbb-serving-vancouver-island)

### Pag-utang ng pera

Minsan ay humihiram ang mga tao ng pera para bumili ng mga bagay ngayon, at nagpaplano silang bayaran ang mga ito sa mas huling panahon. Gayunman, maaaring malaman nila na hindi nila kayang bayaran ang mga dapat bayaran. Kung mangyayari ito sa iyo, dapat mong kontakin ang mga taong inutangan mo ng pera. Minsan ay posibleng gumawa ng mga mas maliliit na bayad.

Huwag mahiya kung magkaproblema ka sa pera. Nangyayari ito sa maraming Canadians. Kung maghihintay ka, mabilis na lalaki ang iyong utang. Habang lumalaki ang iyong utang, nagiging mas mahirap na bayaran ito.

Kung wala kang sapat na pera upang magbayad sa tamang oras, kontakin ang Credit Counselling Society. Ito'y makakatulong sa mga tao sa kanilang mga problema sa utang at credit. Nag-aalok din ito ng libreng pagpapayo at edukasyon. Libreng-tawag: 1 888 527-8999  
[nomoredebts.org](http://nomoredebts.org)



Mayroong ibang mga kompanya na nagpapayo sa mga tao kung paano nila mababayaran ang kanilang mga utang. Ang mga ito'y may sinisingil na fee para sa mga serbisyon ng ito.

### **Mga loans at mga mortgage**

Ang loan o utang ay perang hinihiram mo mula sa isang bangko, credit union, o iba pang nagpapahiram. Halimbawa, ang ilang mga tao ay kumukuha ng loan upang bumili ng kotse. Bawat buwan, kailangan mong bayaran ang bahagi ng pera na hiniram mo (ito'y tinatawag na principal) at karagdagang fee (interest). Kapag nag-apply ka para sa isang loan, dapat mong patunayan na sapat ang kinikita mo upang mabayaran ito sa tamang oras.

Ang mortgage ay perang hinihiram mo upang bumili ng bahay o apartment. Ang mga bangko, mga credit union, at mga mortgage company ay nagbibigay ng mga mortgage. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang pahina 53.

### **Pagbabayad ng mga tax**

Ang Canadians ay nagbabayad ng mga tax sa perang kinikita nila at sa karamihan ng mga bagay na binibili nila. Ginagamit ng mga pamahalaan ang mga tax na ito upang magbayad para sa mga serbisyo tulad ng mga daan, parks, community centres, medical care, welfare, mga paaralan, at mga unibersidad.

### **Income tax**

Ang lahat ng mga adult na nakatira sa B.C. ay dapat mag-file (punan at ipadala) ng income tax return (form) bawat taon. Dapat mong ipadala ang form sa federal government. Sinasabi sa iyo ng form na ito kung magkano ang tax na dapat mong bayaran sa iyong kita. Kung mataas ang iyong kita, maaaring mas malaking tax ang babayaran mo. Kung mababa ang iyong kita, maaaring mas maliit na tax ang babayaran mo. Ang income tax form ay nakakatulong din sa iyong malaman kung maaari kang mag-apply para sa mga tax credit at iba pang mga benefit.

Kinakaltas (kinukuha) ng mga tagapag-empleyo ang income tax sa mga pay cheque ng mga empleyado at ibinabayad nila ito sa pamahalaan. Kung sobra ang kinaltas na tax ng iyong tagapag-empleyo, isasauli ito sa iyo ng pamahalaan. Kung kulang ang kinaltas na tax ng iyong tagapag-empleyo, maaaring kailangan mo itong dagdagan.

Dapat mong i-report ang anumang kita mula sa mga investment. Dapat mo ring i-report ang anumang kita mula sa labas ng Canada.

Kahit na hindi ka kumita ng anumang pera sa Canada, dapat mo pa ring i-file ang iyong fmgang ederal income tax.

Maaari mong i-file ang iyong income tax form sa iba't ibang mga paraan. Maaari mong punan at i-print ang isang tax form at ipadala ito sa mail. Maaari mo ring i-file ang iyong tax sa internet. Sa unang beses na mag-file ka ng iyong income tax form sa B.C., dapat kang magpadala ng naka-print na form sa mail. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website ng Canada Revenue Agency. [cra.gc.ca](http://cra.gc.ca)



Bawat taon, ang Community Volunteer Income Tax Program ay tumutulong sa mahigit sa kalahating milyong Canadians na mag-file ng kanilang income tax returns. [canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/community-volunteer-income-tax-program.html](https://canada.ca/en/revenue-agency/services/tax/individuals/community-volunteer-income-tax-program.html)

Maaari ka ring magbayad sa isang tao na tutulong sa iyo, tulad ng isang accountant o isang kompanya na naghahanda ng tax.

### Mga sales tax at credits

Ang mga pamahalaan ng B.C. at Canada ay naniningil ng tax sa marami sa mga bagay na binibili mo. Ito'y tinatawag na "sales tax". Ang sales tax ay hindi kasama sa presyo ng karamihan ng mga item. Ito'y idinaragdag sa iyong bill kapag babayaran mo ang mga item na bibilhin mo. Walang sales tax sa kinakailangang bagay tulad ng mga grocery at kasuotan.

Ang mga taong mababa ang kinikita ay maaaring maging karapat-dapat para sa

tax credits (mga pagbabayad) mula sa mga pamahalaan ng B.C. at Canada.

B.C sales tax credit  
[gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/credits/sales-tax](https://gov.bc.ca/gov/content/taxes/income-taxes/personal/credits/sales-tax)

CRA GST credit  
[canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html](https://canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/goods-services-tax-harmonized-sales-tax-gst-hst-credit.html)

### Canada Child Benefit

Ang Canada Child Benefit ay isang buwanang bayad upang matulungan ang mga pamilyang may mga anak na wala pang 18 taong gulang. [cra-arc.gc.ca/bnfts/ccb/menu-eng.html](https://cra-arc.gc.ca/bnfts/ccb/menu-eng.html)

### Property taxes

Kung nagmamay-ari ka ng tahanan, kailangan mong magbayad ng property tax. Ang tahanan kung saan ka halos palaging namamalagi ay tinatawag na iyong pangunahing tahanan. Pinapaliit ng Home Owner Grant Program ang halaga ng







residential property tax na binabayaran ng mga karapat-dapat na British Columbians para sa kanilang pangunahing tahanan.

Kung ang iyong kita ay mababa at ang halaga ng iyong tahanan ay mataas, maaaring bawasan ang iyong home owner grant. Sa ganitong sitwasyon ay maaari kang mag-apply para sa isang low-income supplement. Ang supplement na ito ay parang magiging kapalit ng pagbabawas sa grant na dulot ng mataas na halaga ng iyong tahanan.

Kumuha ng karagdagang impormasyon at alamin kung eligible ka para sa home owner grants.

[gov.bc.ca/homeownergrant](http://gov.bc.ca/homeownergrant)

### **Property tax deferment na mga programa**

Kung hindi mo kayang bayaran ngayon ang iyong mga tax, maaari kang mag-apply na i-defer ang mga bayad (bayaran ang mga ito sa darating na panahon). Ang property tax deferment na mga programa ay mga low-interest loan. Maaaring i-defer ng mga kwalipikadong may-ari ng tahanan ang lahat o bahagi ng kanilang property taxes hanggang kaya na nila itong bayaran, o hanggang ibenta na nila ang kanilang tahanan, i-transfer ito sa iba, o kapag namatay na sila.

[gov.bc.ca/propertytaxdeferment](http://gov.bc.ca/propertytaxdeferment)

### **Property Transfer Tax**

Kapag ang pagbabago sa ownership ng isang property ay inirehistro sa B.C., dapat kang magbayad ng Property Transfer Tax. Ang ilang mga bumibili ng tahanan ay maaaring mag-apply para sa exemption (hindi magbabayad ng tax).

[gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax/exemptions](http://gov.bc.ca/gov/content/taxes/property-taxes/property-transfer-tax/exemptions)

## **Pinansiyal na tulong para sa seniors**

### **Old Age Security**

Ang Old Age Security (OAS) pension ay isang buwanang pagbabayad para sa seniors na 65 taong gulang at mas matanda na tumutupad sa Canadian legal status at residence requirements. Kailangan mong mag-apply upang makatanggap nito. Ang Old Age Security ay ibinibigay ng pamahalaan ng Canada.

[Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “Old Age Security”

### **Guaranteed Income Supplement**

Ang Guaranteed Income Supplement (GIS) ay isang buwang benefit para sa mga taong tumatanggap ng Old Age Security pension, mababa ang kinikita, at nakatira sa Canada. Ang Guaranteed Income Supplement ay ibinibigay ng pamahalaan ng Canada.

[Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “Guaranteed Income Supplement”

### **Senior’s Supplement**

Ang seniors na tumatanggap ng OAS at GIS ay maaaring kwalipikado rin para sa Senior’s Supplement. Kung ikaw aykarapat-dapat, awtomatiko kang tatanggap ng Senior’s Supplement. Ibinabayad ito sa lahat ng kwalipikado. Kung ikaw ay kwalipikado, hindi mo kailangang mag-apply. Ang halaga ay depende sa iyong kita. Ang Senior’s Supplement ay ibinibigay ng pamahalaan ng B.C.

Libreng-tawag: 1 866 866-0800

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “Senior’s Supplement Program”



### Pag-invest ng pera

Maraming paraan upang mag-invest ng pera. Ang mga bangko at iba pang financial companies ay nagbebenta ng investments tulad ng term deposits, mutual funds, Guaranteed Investment Certificates (GICs), at treasury bills. Makipag-usap sa isang tao sa iyong bangko, credit union, o trust company. Maaari ka ring makipag-usap sa isang investment counsellor o financial advisor.

Mag-ingat sa mga taong sinusubukang lokohin ka at nakawin ang iyong pera. Maaaring sabihin ng mga manloloko na ang kanilang investment ay “risk-free” o “guaranteed”. Maaari ka nilang subukang takutin sa pamamagitan ng pagsasabi na mapapalampas mo ang isang magandang pagkakataon upang kumita ng pera. Huwag kailanman ibigay ang iyong pera sa sinuman nang hindi kinukumpirma na ligtas ito. Alamin kung paano matukoy ang panloloko sa investment.

[investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud/](https://investright.org/fraud-awareness/avoid-investment-fraud/)

### **i** Saan makakakuha ng impormasyon

- Pagbabangko sa Canada  
[cba.ca](https://cba.ca) – I-search ang “Banking basics”
- Prosper Canada – mga webinar at mga gabay sa financial education  
[prosperscanada.org](https://prosperscanada.org) – Mag-click sa “Resources” sa menu
- Money Management Tools para sa mga Bagong Dating (Prosper Canada)  
[moneymanagement.prosperscanada.org](https://moneymanagement.prosperscanada.org)
- Financial Consumer Agency of Canada – Financial Toolkit  
[Canada.ca](https://Canada.ca) – I-search ang “Your financial toolkit”
- Pamahalaan ng Canada – Pamahalaan ang Iyong Pera  
[Canada.ca](https://Canada.ca) – I-search ang “Financial Consumer Agency”
- Office of Consumer Affairs  
[ic.gc.ca/eic/site/oca-bc.nsf/eng/ca02154.html](https://ic.gc.ca/eic/site/oca-bc.nsf/eng/ca02154.html)
- Ang BC Securities Commission ay isang independent na ahensiya ng provincial government.  
[investright.org](https://investright.org)
- Ang Credit Counselling Society ay nagbibigay ng mga workshop at mga tool sa financial education  
[nomoredebts.org/resources](https://nomoredebts.org/resources)



# PANGANGALAGANG PANGKALUSUGAN

## **Mga Kahulugan**

### **B.C. Health**

### **Pagpaparehistro para sa MSP**

### **Kunin ang iyong BC Services Card**

Ang Interim Federal Health  
Program – Mga Refugee at  
mga Refugee Claimant  
Pribadong insurance  
Out-of-province coverage

### **HealthLink BC**

### **Mga doktor**

Paghahanap ng family doctor  
Paggawa ng isang appointment  
Mga Walk-in clinic, Urgent  
at Primary Care Centres,  
at Virtual Care  
Virtual care

### **Mga medical na emergency**

Mga ospital at emergency  
departments  
Paano tumawag ng ambulansiya

### **Tulong sa wika**

## **Pagbili ng gamot**

Pagbabayad para sa mga  
de-resetang gamot: PharmaCare  
at Fair PharmaCare

## **Dentista**

Healthy Kids na Programa

## **Mga eye exam at mga salamin sa mata**

## **Mga public health unit**

## **Mga pribadong specialized clinic**

## **Pangkaisipang kalusugan, alak, at iba pang mga droga**

## **Pagiging malusog at pananatiling malusog**

Huminto sa paninigarilyo  
Vaping at e-cigarettes  
Pisikal na aktibidad at fitness  
Isang malusog na puso  
Protektahan ang iyong sarili  
laban sa trangkaso

## **Para sa karagdagang impormasyon**

Mga suporta para sa mga bata  
at kabataan



## Mga Kahulugan

**Mga Benepisyo** – pera o mga programa upang matulungan ang mga tao kapag sila ay may sakit, walang trabaho, o kapag hindi nila maalagaan ang kanilang sarili. Ang mga tagapag-employo ay nagbibigay ng mga benepisyo sa mga manggagawa. Ang mga pamahalaan ang nagbibigay ng benefits sa mga mamamayan.

**Tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan** – isang taong nag-aalaga ng mga pasyente sa health care system. Kasama rito ang mga doktor, mga nurse, mga dentista, mga home care worker, mga pharmacist, at marami pang iba.

- **Audiologist** – isang taong nag-aalaga ng mga pasyenteng may problema sa pandinig.
- **Dentista** – isang doktor na sumusuri ng mga ngipin para sa mga cavity (mga butas), sakit, at iba pang mga problema sa ngipin.
- **Ear, Nose, and Throat (ENT) doctor** - isang doktor na may espesyalisasyon sa mga sakit sa tainga, ilong, at lalamunan.
- **General Practitioner (GP)** – ang mga GP ay kilala rin bilang mga family doctor. Pinagangalagaan ng mga family doctor ang karamihan ng mga medikal na problema. Maaari mo ring kausapin ang iyong family doctor tungkol sa mga emosyonal na problema, pangkaisipang kalusugan, nutrition, at family planning (birth control at pagbubuntis). Ire-refer ka ng iyong family doctor sa isang espesyalista kung kailangan mo ng higit pang medikal na pansin.
- **Komadrona** – isang taong may espesyal na edukasyon upang matulungan ang mga kababaihan na maipanganak ang mga sanggol.
- **Nurse practitioner** – isang nurse na may espesyal na edukasyon upang magbigay ng mas masinsinang pangangalaga sa mga pasyente. Maaari silang mag-diagnose ng mga sakit, humiling at magbasa ng mga laboratory test, at magrekomenda ng mga treatment. Maraming mga British Columbian ang may nurse practitioner sa halip na family doctor.
- **Optometrist** – isang doktor na sumusuri ng mga mata para sa paningin, sakit, at mga pinsala.
- **Pharmacist** – isang taong nagbibigay ng gamot ayon sa reseta mula sa iyong doktor. Ibinibigay nila sa iyo ang tamang gamot sa tamang dami, at sasabihin nila sa iyo kung paano gamitin nang maayos ang gamot. Sasagutin din nila ang mga tanong tungkol sa anumang gamot na iniinom mo.
- **Mga espesyalista** – mga doktor na nakatuon sa mga espesyal na sakit, mga medikal na kondisyon, o mga bahagi ng katawan. Halimbawa, may mga espesyalista na nakatuon sa mga kondisyon ng balat, pagkabingi, sakit sa puso, kanser, pagbubuntis, at paggamot ng mga bata o nakatatandang adults.

**Pagbibigay ng kabal** – kapag ang mga tao ay binibigyan ng kaunting virus upang matulungan silang manatiling malusog at hindi magkasakit.



**Botika** – isang tindahan kung saan kumukuha ng mga gamot na inirereseta ng isang doktor o nurse practitioner. Ang isang botika ay maaari ding tawaging “drugstore”.

**Reseta** – isang nakasulat na kahilingan ng isang doktor o nurse practitioner para sa gamot. Sasabihin nito sa botika kung anong gamot ang kailangan ng pasyente, at kung gaano karami ang ibibigay.

**Pagbabakuna** – ang karayom at liquid na ginagamit upang gawing immune ang mga tao.

**Bakuna** – ang liquid na ginagamit upang gawing immune o mabakunahan ang mga tao. Ito’y maaaring ibigay sa pamamagitan ng karayom (itinuturok), inumin, o i-spray sa ilong.

**Virtual care** – ang paggamit ng teknolohiya tulad ng mga video call upang matulungan ang mga pasyente na magpatingin sa mga tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.

## B.C. Health

Ang health plan ng Pamahalaan ng B.C. ay tinatawag na Medical Services Plan (MSP). Binabayaran nito ang mga basic na serbisyo sa kalusugan na medikal na kinakailangan. Kasama sa mga ito ang ilang mga pagpapatingin sa doktor, mga medical test, at treatments. Hindi lahat ng gastos sa kalusugan ay sakop ng MSP. Halimbawa, ikaw mismo ang magbabayad para sa mga dentista, mga optometrist, at mga physiotherapist.

Ang MSP ay para sa:

- Mga residente ng B.C. na Canadian citizens o permanent residents
- Mga residente ng B.C. na refugees na tinutulungan ng pamahalaan
- international students na may mga study permit
- ilang mga taong may mga work permit para sa 6 na buwan o mas matagal pa

Alamin kung karapt-dapat ka para sa MSP. [gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/eligibility-and-enrolment](http://gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/msp/bc-residents/eligibility-and-enrolment)

## Pagpaparehistro para sa MSP

Ang lahat ng residents ng B.C. ay dapat nakarehistro sa MSP. Kailangan mong mag-apply upang magparehistro para sa MSP. Sa iyong aplikasyon, siguraduhing isulat mo ang iyong pangalan kung paano ito mismo nakikita sa iba pang mga opisyal na dokumento.

Dapat kang magparehistro para sa MSP sa oras na dumating ka sa B.C. Maaaring kailangan mong maghintay ng 3 buwan bago maiproseso ang iyong aplikasyon. Kung wala kang MSP, dapat kang bumili ng pribadong medical insurance. Kung kailangan mo ng medical care sa B.C. at wala kang MSP o pribadong medical insurance, ikaw mismo ang magbabayad sa lahat ng mga medikal na gastos. Ang mga gastos na ito ay maaaring napakalaki.

Para sa karagdagang impormasyon at upang magparehistro para sa MSP, kontakin ang Health Insurance BC.

Vancouver Area: 604 683-7151

Libreng-tawag: 1 800 663-7100

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “MSP for residents”



## Supplementary Benefits

Kung mababa ang iyong kita, maaaring maging karapat-dapat ka para sa Supplementary Benefits. Makikihati ang MSP Supplementary Benefits sa pagbabayad ng ilang medical services. Kabilang dito ang:

- acupuncture
- chiropractic treatments
- massage therapy
- naturopathy
- physical therapy
- non-surgical podiatry

Maaaring kwalipikado ka para sa Supplementary Benefits kung naninirahan ka sa Canada sa nakalipas na 12 buwan (isang taon) bilang isang Canadian citizen o permanent resident. Upang mag-apply, punan ang application form at ipadala ito sa Health Insurance BC.

[gov.bc.ca/MSP/supplementary\\_benefits](http://gov.bc.ca/MSP/supplementary_benefits)

## International Student Health Fee

Ang international students ay dapat magbayad ng buwanang health care fee. Ang fee na ito ay para sa:

- international students na nasa kindergarten hanggang Grade 12
- international post-secondary students na may mga study permit na naka-enroll sa MSP

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “Health fee international students”

## Kunin ang iyong BC Services Card

Mangangailangan ka ng BC Services Card upang ma-access ang health care services. [gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card)

Sundin ang mga hakbang na ito upang makuha ang iyong BC Services Card.

1. Mag-apply para sa MSP.

- Kumpletuhin at ipadala ang BC MSP enrolment form. [gov.bc.ca/mspbccresidentforms](http://gov.bc.ca/mspbccresidentforms)
- Maaari ka ring mag-apply online. [gov.bc.ca/MSP/applyforhealthcare](http://gov.bc.ca/MSP/applyforhealthcare)

2. Magpunta sa isang ICBC driver licensing office.

Pagkatapos mong ipadala ang iyong mga dokumento at enrolment form, makakatanggap ka ng sulat sa mail. Dalhin ang sulat sa isang ICBC driver licensing office. Kakailanganin mo ring magdala ng 2 ID.

- Alamin kung anong uri ng ID ang kakailanganin mo. [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Service card accepted ID”
- Maghanap ng ICBC office na malapit sa iyo. [icbc.com/locators](http://icbc.com/locators)

Ang mga batang wala pang 19 na taong gulang, mga taong 75 taong gulang at mas matanda, at mga taong may mga study at work permit ay hindi kailangang magpunta sa isang ICBC office. Makakatanggap ka ng BC Services Card na walang larawan. [gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card/types-of-cards/non-photo](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/government-id/bc-services-card/types-of-cards/non-photo)

Ang isang BC Services Card na may larawan ay mas secure. Kung ninakaw ang iyong card, walang ibang makagagamit nito. Kung ikaw ay isang senior o may work o study permit, at gusto mong magkaroon ng isang BC Services Card na may larawan, magpunta sa isang ICBC driver licensing office.

## Ang Interim Federal Health Program – mga Refugee at mga Refugee Claimant

Ang Interim Federal Health Program ay nagbibigay ng limitado at pansamantalang



health coverage para sa resettled refugees, mga protektadong tao, at refugee claimants at kanilang mga dependent. Sakop ng programa ang mga taong hindi karapt-dapat para sa provincial o pribadong health coverage. Kasama rito ang basic health-care services tulad ng pagpapatingin sa doktor, pagpunta sa ospital, emergency medicine, at emergency dental (teeth) at eye care. [canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program.html](https://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program.html)

Ang mga taong kwalipikado para sa Interim Federal Health Program ay dapat magpatingin sa rehistradong mga tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan. Tingnan ang listahan ng health care providers na rehistrado sa programa. [ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers/](https://ifhp-pfsi.medavie.bluecross.ca/en/search-ifhp-providers/)

### Pribadong insurance

Hindi sinasakop ng MSP ang lahat ng mga medikal na gastos. Halimbawa, hindi sakop ng MSP ang dental care. Kung gusto mo ng coverage para sa karagdagang medikal na gastos, maaari kang bumili ng insurance mula sa isang pribadong kompanya. [gov.bc.ca](https://gov.bc.ca) – I-search ang “MSP not covered”

Ang ilan sa mga serbsiyong hindi sakop ng MSP ay kailangan mong bayaran kapag dumating ka para sa iyong pagbisita. Humingi ng resibo at ipadala ito sa iyong insurance company. Ipapadala nito sa iyo ang bahagi o ang kabuuan ng perang ibinayad mo. Ang ibang mga opisina ay ipapadala ang bill nang direktso sa iyong insurance company. Ito'y tinatawag na “direct billing.” Magtanong at siguraduhing nauunawaan mo kung paano babayaran ang bill.

### Out-of-province coverage

Kung bibisita ka sa ibang province sa Canada, maaari kang bumili ng karagdagang health

insurance. Tanungin ang Health Insurance BC upang malaman kung mangangailangan ka ng karagdagang coverage.

Vancouver area: 604 683-7151

Libreng-tawag: 1 800 663-7100

[gov.bc.ca](https://gov.bc.ca) – I-search ang “MSP benefits outside BC”

## HealthLink BC

Ang HealthLink BC ay nagbibigay ng libreng impormasyon at payo sa B.C. tungkol sa kalusugan kung hindi ito emergency. Ang impormasyon at payo ay available nang 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo sa telepono, website, sa mobile app, at napi-print na impormasyon. Ang lahat ng mga serbisyo ng HealthLink BC ay libre.

Ang HealthLink BC ay hindi nagbibigay ng emergency services. Kung mayroon kang agarang medikal na sitwasyon, tumawag sa 9-1-1.

Tumawag sa 8-1-1. Kung hindi ka makarinig, o hindi ka nakakarinig nang maayos, tumawag sa 7-1-1.

- Makipag-usap sa isang nurse, o humingi ng tulong sa paghahanap ng mga serbisyo sa iyong komunidad. Available nang 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo.
- Makipag-usap sa isang dietitian tungkol sa pagkain, healthy eating, at nutrition. Available ng Lunes hanggang Biyernes, mula 9 a.m. hanggang 5 p.m.
- Makipag-usap sa isang tao tungkol sa pisikal na aktibidad at pag-eehersisyo. Available ng Lunes hanggang Biyernes, mula 9 a.m. hanggang 5 p.m.
- Makipag-usap sa isang pharmacist tungkol sa mga gamot. Available bawat gabi at magdamag, mula 5 p.m. hanggang 9 a.m.

Ang HealthLink BC ay may mga serbisyo sa pagsasalina-wika sa mahigit sa 130 wika. Kapag tumawag ka sa 8-1-1, sabihin ang pangalan ng iyong wika (halimbawa,



“Punjabi”).

Online: [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca)

- Bisitahin ang website para sa impormasyon tungkol sa mahigit sa 5,000 paksa ukol sa kalusugan, nutrition, gamot, pisikal na aktibidad, at gamot.
- Kung masama ang iyong pakiramdam, maaari mong i-check ang iyong mga sintomas (mga senyales ng karamdaman) online upang malaman kung ano ang dapat mong gawin.
- Ang impormasyon ay nasa Arabic, Chinese, Farsi, Pranses, Korean, Punjabi, Espanyol, at Vietnamese.  
[HealthLinkBC.ca/services-and-resources/translated-resources](http://HealthLinkBC.ca/services-and-resources/translated-resources)
- Ang HealthLink BC ay mayroon ding app para sa iyong smartphone. Gamitin ito upang maghanap ng mga walk-in clinic, mga ospital, emergency rooms, mga lugar kung saan maaaring magpabakuna, mga botika, laboratory services, at Urgent and Primary Care Centres malapit sa iyo. Bisitahin ang [HealthLinkBC.ca/app](http://HealthLinkBC.ca/app)

## Paghahanap ng isang family doctor o nurse practitioner

Maaaring mahirap maghanap ng isang family doctor o nurse practitioner na tatanggap sa iyo bilang pasyente. Patuloy na maghanap at makipag-usap sa mga tao. Maaaring may dumating na bagong mga care provider sa iyong komunidad anumang oras.

- Ang Divisions of Family Practice ay maaaring may alam na waiting list na maaari mong salihan upang makahanap ng doktor sa iyong komunidad. Bisitahin ang website upang mahanap ang Division of Family Practice sa iyong komunidad.  
[divisionsbc.ca/divisions-in-bc](http://divisionsbc.ca/divisions-in-bc)
- Ang British Columbia College of Nursing

Professionals ay may direktoryo ng nurse practitioners. Mag-search sa direktoryo ng nurse practitioners sa iyong komunidad.  
[registry.bccnp.ca](http://registry.bccnp.ca)

- Makipag-usap sa mga tao sa iyong immigrant settlement agency. Maaari ka nilang matulungang magparehistro upang makahanap ng care provider. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
  - Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- Tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1 para sa suporta sa paghahanap ng family doctor, nurse practitioner, at health services sa iyong komunidad.
- Makipag-usap sa iyong mga kaibigan, kapitbahay, mga katrabaho, o ibang mga tao sa iyong komunidad. Tanungin kung ang kanilang care provider ay tumatanggap ng mga bagong pasyente.

## Paggawa ng isang appointment

Bago ka magpunta sa iyong care provider, tawagan muna ang opisina para magpa-appointment. Laging dalhin ang iyong BC Services Card kapag nagpupunta ka sa doktor.

Subukang dumating nang ilang mga minuto bago ang iyong appointment. Kung ikaw ay mahuhuli, maaaring ma-miss mo ang iyong appointment. Kung na-miss mo ang iyong appointment, maaaring kailangan mong magbayad ng fee. Ang fee na ito ay hindi sakop ng MSP.

## Mga Walk-in clinic, Urgent at Primary Care Centres, at Virtual Care

Kung wala ka pang care provider, o hindi





ka makapagpa-appointment sa iyong care provider, maaari kang magpunta sa isang walk-in clinic o isang Urgent and Primary Care Centre (UPCC).

Ang mga doktor at nurse practitioners sa mga walk-in clinic at mga UPCC ay para sa mga taong may medikal na problema, pero hindi isang emergency.

Tawagan ang Healthlink BC sa 8-1-1 upang maghanap ng isang walk-in clinic o UPCC malapit sa iyo. Ang ilang mga clinic ay bukas nang hanggang gabi. Marami ang bukas nang 7 araw bawat linggo. Hindi mo kailangan ng appointment, pero dapat mong i-check kung bukas ang clinic.

[HealthLinkBC.ca/services-and-resources/upcc](https://healthlinkbc.ca/services-and-resources/upcc)

Kung hinihintay mo ang iyong BC Services Card, maaari ka pa ring magpunta sa isang walk-in clinic. Magdala ng 2 ID. Dapat may larawan mo ang kahit 1 man lamang sa mga ID. Kakailanganin mong magbayad para sa pagbisita. Itago ang iyong resibo. Kapag nakuha mo ang iyong BC Services Card, maaaring makahingi ka ng refund.

## Mga medical na emergency

### Mga ospital at emergency departments

Kung ikaw ay nasangkot sa malalang aksidente, malubhang napinsala, o biglang nagkasakit nang grabe, maaari kang magpunta sa emergency department ng ospital. Maraming emergency department ang bukas 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Kung gumagamit ka ng de-resetang gamot, dalhin ito. Kailangang malaman ng doktor kung anong gamot ang iniinom mo. Ang mga taong hindi nagsasalita ng Ingles ay dapat subukang magsama ng isang taong makakatulong na magsalin.

Kung mayroon kang MSP coverage, hindi mo kailangang magbayad para sa mga gastos sa ospital.

### Paano tumawag ng ambulansiya

Kung mayroon kang medical emergency at hindi ka makakapunta sa ospital nang mag-isa,





maaari kang tumawag ng ambulansiya. Sa karamihan ng mga lugar, ang numero ng telepono ay 9-1-1. Maaaring may ibang numero ng telepono sa maliliit na komunidad. I-check ang numero sa front pages ng iyong direktoryo o magtanong sa police department sa iyong lugar. Dapat mong isulat at i-save ang mga emergency number.

Kapag tumawag ka sa emergency number, tatanungin ng operator kung gusto mo ng pulis, bombero, o ambulansiya. Humingi ng ambulansiya. Tatanungin ka ng operator tungkol sa iyong problema. Maaari ka niyang bigyan ng mga medikal na instruksyon sa telepono. Kung nagpadala ng ambulansiya, ang mga paramedic ang mag-aasikaso sa iyo. Maaaring dalhin ka nila sa emergency department ng isang ospital.

Hindi sinasakop ng MSP ang buong gastos ng pagpunta sa ospital gamit ang ambulansiya. Makikihati ka sa pagbabayad ng gastos. Hindi mo kailangang magbayad agad. Padadalhan ka ng bill sa darating na panahon. Kung mababa ang iyong kinikita, maaaring makakuha ka ng tulong.

[bcehs.ca](http://bcehs.ca) – I-search ang “Ambulance fees”

## Tulong sa wika

- Ang Provincial Language Service ay may interpretation services. Hindi maaaring ikaw mismo ang mag-book ng serbisyong ito. Hilingin sa iyong doktor, nurse, o midwife (isang taong tumutulong na maipanganak ang mga sanggol) na tawagan ang Provincial Language Service upang mag-book ng interpreter para sa iyo.
- Ang HealthLink BC 8-1-1 ay nag-aalok ng impormasyon at payo tungkol sa kalusugan sa mahigit sa 130 wika. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa HealthLink BC, tingnan ang pahina 70. [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca) – I-click ang “Other Languages” sa menu sa itaas

## Pagbili ng gamot

May ilang mga gamot na maaari mo lang bilhin kung mayroon kang reseta. Ang mga reseta ay dapat isinulat ng isang doktor o ibang medical person (tulad ng midwife o nurse practitioner). Maaari kang bumili ng mga de-resetang gamot sa isang botika (drug store). Ang ilang grocery stores ay may mga botika. Kapag pumunta ka sa isang botika, dalhin ang iyong reseta. Sinasabi ng reseta sa pharmacist kung aling gamot, at kung gaano karami, ang kailangan mo. Ipapaliwanag sa iyo ng pharmacist kung gaano kadalas at kung gaano mo katagal dapat inumin ang gamot (halimbawa, 2 beses bawat araw para sa 1 linggo).

Mag-search online ng botika. Maaari mo ding tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1, o gamitin ang website ng HealthLink BC o ang BC Health Services Locator app upang humanap ng botika malapit sa iyo. Para sa impormasyon tungkol sa mga serbisyo ng HealthLink BC, tingnan ang pahina 70.

Maaari kang bumili ng ilang mga gamot nang walang reseta. Ang mga ito ay tinatawag na mga non-prescription o over-the-counter (OTC) na gamot. Ang mga ito ay para sa mga hindi gaanong malubhang problema, tulad ng sakit sa ulo, sipon, o mga allergy. Kung mayroon kang tanong tungkol sa mga over-the-counter na gamot, tanungin ang pharmacist. Maaari mo ding tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1 at hilinging makausap ang isang pharmacist.

## Pagbabayad para sa mga de-resetang gamot: PharmaCare at Fair PharmaCare

Ang PharmaCare ay isang programa ng pamahalaan ng B.C. na tumutulong sa British Columbians na magbayad para sa mga de-resetang gamot. Ang Fair PharmaCare ay para sa lahat ng residents ng British Columbia na naka-enroll sa MSP. Ang mga



taong may mas mababang kita ang pamilya ay nakakatanggap ng karagdagang tulong sa kanilang mga gastos sa de-resetang gamot. Dapat mong i-file ang iyong income tax bawat taon upang makatanggap ng Fair PharmaCare coverage batay sa iyong kita. Kung hindi ka magparehistro, magkakaroon ka ng deductible na \$10,000. Ang ibig sabihin nito ay kakailanganin mong gumastos ng \$10,000 sa mga eligible na gamot bago ka tulungan ng Fair PharmaCare sa mga gastos sa iyong de-resetang gamot.

Kapag sinasakop ka na ng Medical Services Plan, maaari kang magparehistro para sa Fair PharmaCare. Upang magparehistro o makakuha ng karagdagang impormasyon, bisitahin ang website o kontakin ang Health Insurance BC.

Metro Vancouver: 604 683-7151

Libreng-tawag: 1 800 663-7100

[gov.bc.ca/fairpharmacare](http://gov.bc.ca/fairpharmacare)

## Dentista

Ang mga dentista at dental hygienists ang nag-aalaga ng iyong ngipin. Upang maghanap ng dentista, magtanong sa mga kaibigan o settlement workers. Maaari mo ding bisitahin ang website ng BC Dental Association.

[yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist](http://yourdentalhealth.ca/visiting-your-dentist/find-a-dentist)

Hindi babayaran ng MSP ang dental services sa isang opisina ng dentista. Kung kailangan mo ng dental surgery, dadalhin ka sa isang ospital at babayaran ng MSP ang gastos. Ang ilang mga tagapag-empleyo ay may dental benefits para sa mga empleyado. Kung mayroon kang employer dental coverage, maaari itong makihati sa pagbabayad sa iyong gastos para sa treatment sa opisina ng dentista. Tanungin ang iyong tagapag-empleyo tungkol sa dental coverage.

Ang ilang public health units ay may mga dental clinic. Ang mga ito ay nagbibigay ng mga libreng dental checkup at cleaning sa

mga maliliit na bata. Maaari ding mayroon ang mga itong low-cost dental care para sa mga mas matatandang bata at adults.

Kung mayroon kang mga anak, maaaring eligible ka para sa Healthy Kids Program.

## Mga eye exam at mga salamin sa mata

Ang mga eye doctor ay tinatawag na optometrists. Sila ay maaaring nagtatrabaho sa kanilang sariling opisina, o sa isang tindahan na nagbebenta ng mga salamin.

Makikihati ang MSP sa pagbabayad sa gastos para sa mga full eye exam. Ang ilang mga optometrist ay maaaring maningil nang mas malaki kaysa sa halagang iyon. Tanungin ang iyong optometrist kung magkano ang eye exam. Kung ang gastos para dito ay mas malaki kaysa sa babayaran ng MSP, kakailanganin mong bayaran ang natitirang halaga.

Binabayaran ng MSP ang 1 routine eye exam ng isang optometrist bawat 2 taon para sa

- mga bata at kabataang 18 taong gulang at mas bata
- mga nasa hustong gulang na 65 taong gulang at mas matanda

Babayaran din ng MSP ang mga eye exam kung mayroon kang medikal na pangangailangan – halimbawa, kung may pumasok na bagay sa iyong mata, o kung mayroon kang sakit sa mata.

Ang ilang mga tagapag-empleyo ay may benefit plans para sa mga empleyado. Ang mga plan na ito ay maaaring makatulong na magbayad para sa eye exams, mga salamin, at contact lenses. Magtanong sa iyong trabaho kung mayroong isang benefit plan.

Kung mayroon kang mga anak, maaaring maging karapat-dapat ka para sa Healthy Kids Program.



## Healthy Kids Program

Ang Healthy Kids Program ng B.C. ay tumutulong sa mga pamilyang mababa ang kita sa pagbabayad ng basic dental care, prescription eyeglasses, hearing instruments, o alternative hearing assistance. Kung ang iyong mga anak ay wala pang 19 taong gulang at walang coverage para sa dental, optical (eye), o hearing care, dapat mong i-check ang Healthy Kids Program.

Upang magamit ang Healthy Kids Program, ang iyong pamilya ay dapat na maging karapat-dapat para sa MSP Supplementary Benefits (tingnan ang pahina 74). Ang mga pamilyang naaprubahan para sa MSP Supplementary Benefits ay isa-sign up sa Healthy Kids Program.

Tanungin ang iyong eye doctor, dentista, audiologist o hearing instrument provider para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kung ano ang sakop. Ang ilang mga test o mga pagpapatingin ay may iba't ibang mga gastos o sakop. Dalhin ang BC Services Card ng iyong anak kapag nagpunta ka sa iyong dentista, optometrist, audiologist, o hearing instrument provider. Magtanong kung may mga karagdagang singil na hindi sakop. Mahalagang malaman muna ang mga gastos.

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang [gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) at i-search ang “healthy kids program” o tumawag sa libreng-tawag: 1 866 866-0800.

## Mga public health unit

Ang mga public health unit ay:

- tumutulong sa mga magulang na maghanda para sa isang bagong sanggol
- sumusuporta sa mga pamilya pagkapanganak ng isang sanggol, kabilang ang mga pagbisita sa tahanan
- nagbibigay ng mga bakuna (tinatawag ding immunizations). Ang bakuna ay gamot na pumipigil sa sakit. Ang mga sanggol, mga bata, at mga adult ay dapat magpabakuna (maging immunized) laban sa mga malulubhang sakit, tulad ng tigdas at whooping cough (pertussis). Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa immunization sa B.C. [immunizebc.ca](http://immunizebc.ca)

Ang mga public health unit ay nagbibigay din ng impormasyon at suporta para sa:

- early childhood development
- speech therapy
- hearing clinics
- vision (eye) tests
- nutrition at healthy eating
- dental care
- mga youth clinic
- impormasyon tungkol sa sekswal na kalusugan
- tulong para sa mga umiinom ng alak at gumagamit ng droga

Upang makahanap ng public health unit sa iyong lugar, kontakin ang HealthLink BC. Libreng-tawag: 8-1-1 [HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services](http://HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services) – I-search ang “Public Health Units”

Kung pupunta ka sa isang public health unit, dalhin ang iyong BC Services Card.



## Mga pribadong specialized clinic

Ang mga pribadong clinic ay nagbibigay ng mga serbisyo sa kalusugan tulad ng physiotherapy, tradisyonal na Chinese medicine, massage therapy, at naturopathic care. Kung magpupunta ka sa isang pribadong clinic, magtanong kung ang mga serbisyo nito ay sakop ng MSP. Kung hindi sakop ang mga ito, kailangan mong magbayad gamit ang iyong sariling pera. Siguraduhing alam mo ang gastos bago ka tumanggap ng serbisyo. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa MSP coverage, kontakin ang Health Insurance BC.

Health Insurance BC

Libreng-tawag: 1 800 663-7100

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “Services covered by MSP”

## Pangkaisipang kalusugan, alak, at iba pang mga droga

Ang kalusugan ay hindi lamang tungkol sa pagkakaroon ng malakas na katawan. Mahalaga rin ang iyong kaisipan at mga emosyon. Minsan, ang mga tao'y nalulungkot o nagagalit nang walang malinaw na dahilan. Maaaring gumamit sila ng mga substance tulad ng alak at ibang mga droga, kabilang ang ilang mga gamot, upang labanan ang mga hindi kanais-nais na kaisipan o damdamin. Maaaring sila'y nalulumbay, natatakot, o nababalisa. Kapag hindi tinulungan, ang mga problema sa pangkaisipang kalusugan na ito ay maaaring maging mapanganib.

Kung nagkakaproblema ka sa iyong mga emosyon, maaari kang makipag-usap sa iyong doktor. Kung wala kang isang family doctor, makipag-usap sa isang tao sa iyong local immigrant settlement agency.



Matutulungan ka ng isang settlement worker na humanap ng taong makakausap mo. Huwag kang mahiya. Maraming Canadians ang humihingi ng tulong sa kanilang pangkaisipang kalusugan. Hindi mo kailangang harapin ang problema nang mag-isa.

Ang karamihan ng mga komunidad sa B.C. ay may mga mental health centre. Matutulungan ng mga ito ang mga taong may mga problema sa pangkaisipang kalusugan at mga problema sa alak o droga – halimbawa, depression, anxiety, at pag-inom ng alak at paggamit ng ibang mga droga (paggamit ng substance).

- Bisitahin ang website ng Mental Health and Substance Use ng pamahalaan ng B.C. Makakahanap ka ng resources, mga serbisyo, at mga suporta na maaaring makatulong. [Wellbeing.gov.bc.ca](http://Wellbeing.gov.bc.ca)
- Tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1.
- Kontakin ang Crisis Line Support. Maaari kang direktang makipag-usap sa isang tao para sa suporta. Ang mga crisis line ay maaari ding magbigay sa iyo ng referral sa isang serbisyo sa pangkaisipang kalusugan. [crisislines.bc.ca](http://crisislines.bc.ca)  
Libreng-tawag: 310-6789 (walang area code)



## Pagiging malusog at pananatiling malusog

Ang pagiging malakas at malusog ay mahalagang bahagi ng pag-aalaga ng ating pampisikal at pangkaisipang kalusugan. Ang pamahalaan ng B.C. ay may resources na makakatulong.

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

Ang Patients as Partners ay may tools, edukasyon, events, mga aktibidad, at iba pang resources.

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

### Huminto sa paninigarilyo

Dinadagdagan ng paninigarilyo ang panganib ng pagkakaroon ng kanser, diyabetis, heart failure, at iba pang mga malulubhang medikal na problema. Marami kang resources na magagamit na makakatulong sa iyo na huminto sa paninigarilyo.

Ang QuitNow ay tutulong sa iyong makipag-usap sa mga sinanay na quit coaches, at makakuha ng mga nakaka-motivate na mensahe sa text, at makipag-usap sa iba pang quitters online.

QuitNow

Libreng-tawag: 1 877 455-2233

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

Ang BC Smoking Cessation Program ay makakatulong sa iyong huminto sa paninigarilyo o pag-vaping. Babayaran nito ang gastos sa mga nicotine replacement at tutulong itong bayaran ang gastos sa ilang mga de-resetang gamot.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “Smoking cessation”

### Vaping at e-cigarettes

Ang pag-vaping ay pagdaragdag ng liquid sa isang electronic cigarette at paglanghap nito papunta sa iyong mga baga. Ang liquid ay maaaring may flavour, at kadalasan itong may nicotine. Ang ilang mga tao ay nagsisimulang mag-vape bilang isang paraan

upang matulungan silang mabawasan o ihinto ang paninigarilyo.

Bagama't ang vaping ay hindi kasing mapanganib ng paninigarilyo ng tabako, ang regular na pag-vaping ay maaaring humantong sa pagkakalulong sa nicotine. Maaari ding mapinsala ang mga baga dahil sa mga kemikal sa vape juice.

[Healthlinkbc.ca](http://Healthlinkbc.ca) – I-search ang “Vaping”

Ang suporta upang huminto sa paninigarilyo at pag-vaping ay makukuha nang libre sa pamamagitan ng QuitNow. Ang karapat-dapat na B.C. residents ay makakakuha ng mga libreng nicotine replacement product para sa hanggang 12 linggo sa pamamagitan ng BC Smoking Cessation (PharmaCare) Program.

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

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “Smoking cessation”

### Pisikal na aktibidad

Ang pisikal na aktibidad ay mahalagang bahagi ng pagiging malusog. Sa pagiging aktibo, lumalakas ang puso at mga baga, humuhusay ang lakas ng ating katawan, at natutulungan tayong manatili sa timbang na mainam sa kalusugan. Maaari din itong maging isang mahusay na paraan upang mapaganda ang ating mood, at upang magpanatili ng positibong pag-uugali.

Ang HealthLink BC ay may mga kwalipikadong propesyonal sa pag-eehersisyo na makakatulong sa iyong bumuo ng plano upang maging aktibo at malusog ang katawan.

Libreng-tawag: 8-1-1

TTY: 7-1-1

[Healthlinkbc.ca](http://Healthlinkbc.ca) - I-search ang “Physical Activity Services”

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang HealthLink BC.

- [gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/physical-activity](http://gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/physical-activity)
- [HealthLinkBC.ca/health-topics/aa165656](http://HealthLinkBC.ca/health-topics/aa165656)



## Isang malusog na puso

Ang pag-aalaga ng ating puso ay isa sa mga pinakamahahalagang bagay na maaari nating gawin upang manatiling malakas at malusog. Ang pagkain nang mabuti, pagiging aktibo ng katawan, at pananatili sa timbang na mainam sa kalusugan ay bahagi ng pagpapanatili sa ating puso na malusog.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pagkain para sa malusog na puso, bisitahin ang website ng HealthLink BC o tawagan ang HealthLink BC sa 8-1-1. Maaari kang makipag-usap sa isang rehistradong dietitian o kwalipikadong propesyonal sa pag-eehersisyo para sa impormasyon at payo tungkol sa malusog na pamumuhay. [HealthLinkBC.ca/healthlinkbc-files/heart-healthy-eating](https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/heart-healthy-eating)

Ang website ng Heart and Stroke Foundation ay may napakaraming impormasyon tungkol sa healthy eating at kung paano ito nakakaapekto sa sakit sa puso, mataas na presyon ng dugo, at mataas na kolesterol (fat sa bloodstream). [heartandstroke.ca](https://www.heartandstroke.ca)

Ang Patients as Partners ay may resources at impormasyon tungkol sa pagkontrol ng mga malubhang (pangmatagalang) sakit. [patientsaspartners.ca](https://www.patientsaspartners.ca)

## Protektahan ang iyong sarili laban sa trangkaso

Ang influenza ay isang virus. Ito'y tinatawag din na trangkaso. Maaari itong magdulot ng malubhang karamdaman at maging ang pagkamatay. Maraming tao ang kailangang pumunta sa ospital dahil sa trangkaso.

May mga bakunang makukuha para sa trangkaso. Bawat taglagas, bago magsimula ang panahon ng trangkaso, ang public health offices sa buong British Columbia ay nag-a-advertise ng mga clinic kung saan ka maaaring magpabakuna upang maiwasan ang trangkaso. Maaari ka ding magtanong sa iyong family doctor o local pharmacist.

Mapapaliit mo ang panganib na magkatrangkaso o maikalat ito sa iba sa pamamagitan ng regular na paghuhugas ng iyong mga kamay, hindi paghawak sa iyong mukha, paglilinis at pag-disinfect ng mga surface na hinahawakan ng maraming tao, pananatili sa tahanan kung ikaw ay may sakit, healthy eating, pagiging aktibo ng katawan, at pagpapabakuna laban sa trangkaso.

Para sa impormasyon tungkol sa mga bakuna laban sa influenza at kung saan makakakuha nito, bisitahin ang website ng ImmunizeBC. [immunizebc.ca/clinics/flu](https://immunizebc.ca/clinics/flu)

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa influenza, bisitahin ang Healthlink BC. [HealthLinkBC.ca/health-feature/flu-season](https://www.healthlinkbc.ca/health-feature/flu-season)

## COVID-19

Ang COVID-19 ay isang napakalubhang virus na naging sanhi ng pagkamatay ng mahigit sa isang milyong tao sa buong mundo. Ang mga sintomas ay katulad ng sa trangkaso, kabilang ang ubo, lagnat, at hirap sa paghinga. Ang ilang mga tao ay mayroon ding mga problema sa tiyan. Napakabilis kumalat ng COVID-19. Ang mga nakatatandang tao at sinumang may mga malulubhang isyu sa kalusugan ay nasa malaking panganib na magkasakit nang grabe o mamatay dahil sa COVID-19.

Sa British Columbia, ang Provincial Health Officer ay bumubuo ng mga patakaran na dapat sundin ng lahat upang makatulong na maiwasan ang pagkalat ng COVID-19.

Ang isa sa mga pinakamabuting paraan upang mapigilan ang pagkalat ng COVID-19 ay ang madalas na paghuhugas ng iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig nang kahit man lamang 20 segundo. Kung walang magagamit na sabon at tubig, gumamit ng alcohol-based hand sanitizer. Ito'y dapat gawin nang mas madalas kapag ikaw ay humahawak ng mga surface na hinawakan din ng ibang mga tao sa publiko.



Dapat ka ring magpanatili ng distansyang kahit man lamang 2 metres (6 feet) mula sa ibang mga tao kapag posible. Huwag hawakan ang iyong mukha. Umubo o bumahing sa iyong manggas o sa isang tisyu, itapon agad ang tisyu, at hugasan ang iyong mga kamay.

I-disinfect ang mga lugar sa iyong tahanan o lugar ng trabaho na hinahawakan ng maraming tao (tulad ng mga hawakan ng pinto o mga switch ng ilaw). Maaari ka ding magsuot ng face mask kung ikaw ay may sakit, o kung hindi ka makakapagpanatili ng kahit man lamang 2 metrong layo sa ibang mga tao. Ang mga mask ay makakatulong na mapigilan ang pagkalat ng maliliit na patak mula sa bibig at ilong ng isang tao kapag nagsasalita, tumatawa, sumisigaw, kumakanta, umuubo, o bumabahing.

### **Kung sa tingin mo ay mayroon kang COVID-19**

Kung masama ang pakiramdam mo – kahit na hindi ka sigurado kung mayroon kang

COVID-19 – dapat kang manatili sa tahanan at lumayo sa iba. Ang sinumang magkakaroon ng sipon, influenza, o mga sintomas na katulad ng sa COVID-19 (kahit na mga hindi malalang sintomas) ay dapat tumawag sa kanyang health-care provider o 8-1-1, magpasuri, at pagkatapos ay mag-self isolate. Maa-access mo ang self-assessment tool ng B.C. upang i-check kung maaaring kailangan mo ng karagdagang assessment o pagsusuri para sa COVID-19.

[bc.thrive.health/covid19/en](https://bc.thrive.health/covid19/en)

Para sa impormasyon tungkol sa COVID-19, bisitahin ang BC Centre for Disease Control. [bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19](https://bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19)

Ang B.C. ay mayroon ding impormasyon sa province tungkol sa resources at suporta para sa COVID-19.

[gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/covid-19-provincial-support](https://gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery/covid-19-provincial-support)







## **i** Saan makakakuha ng tulong

### **HealthLink BC**

Ang HealthLink BC ay nagbibigay ng libreng impormasyon at payo sa B.C. tungkol sa kalusugan kung hindi ito emergency. Ang impormasyon at payo ay available ng 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo sa telepono, website, sa mobile app, at napi-print na impormasyon. Ang lahat ng mga serbisyo ng HealthLink BC ay libre. Tingnan ang pahina 70.

### **Patients as Partners**

Ang Patients as Partners ay nagbibigay ng tools, edukasyon, at iba pang resources. Makakahanap ka ng impormasyon tungkol sa personal at family-centered care, pagkontrol sa malubhang (pangmatagalang) sakit, patient at public engagement, at isang kalendaryo ng events.  
[patientsaspartners.ca](http://patientsaspartners.ca)

### **HeretoHelp**

Ang HeretoHelp ay may impormasyon tungkol sa pangkaisipang sakit at mga problema sa paggamit ng substance. Matutulungan ka nilang kontrolin ang pangkaisipang sakit at magpanatili ng mabuting pangkaisipang kalusugan. Nag-aalok sila ng mga test upang mas maunawaan mo ang iyong pangkaisipang kalusugan.  
[heretohelp.bc.ca](http://heretohelp.bc.ca)

### **Suicide Hotline**

Kung ikaw ay masyadong nababalisa o nagagalit, o kung iniisip mong saktan ang iyong sarili, mangyaring tumawag sa suicide hotline. Libre ang pagtawag sa suicide hotline. Ito'y matatawagan 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Ang suicide hotline ay isang ligtas na lugar upang makipag-usap. Ang lahat ng sasabihin mo ay ganap na kumpidensiyal (walang makakaalam).  
Libreng-tawag: 1 800 784-2433 (1 800 SUICIDE)  
[crisiscentre.bc.ca](http://crisiscentre.bc.ca)

### **Bounce Back Program**

Ang Bounce Back ay isang skill-building program na tumutulong sa adults na may depression, stress, at anxiety.  
Libreng-tawag: 1 866 639-0522  
[bouncebackbc.ca](http://bouncebackbc.ca)

Maghanap ng mga karagdagang suporta sa pangkaisipang kalusugan at paggamit ng substance sa website ng pamahalaan ng B.C.  
[gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc](http://gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc)

### **Mga suporta para sa mga bata at kabataan**

#### **Child and Teen Mental Health in B.C.**

Ang website na ito ay nag-aalok ng resources at impormasyon tungkol sa mga serbisyo sa pangkaisipang kalusugan para sa iyong anak o teenager.  
[gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/mental-health-substance-use/find-services-near-you/youth-mental-health-services](http://gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/mental-health-substance-use/find-services-near-you/youth-mental-health-services)

### **Foundry**

Ang Foundry ay tumutulong sa mga kabataan na 12 hanggang 24 taong gulang na maging mas malusog. Nag-aalok ito ng resources, mga serbisyo, at mga suporta sa kalusugan at wellness.  
[foundrybc.ca](http://foundrybc.ca)

### **Kelty Mental Health Resource Centre**

Ang Kelty Mental Health Resource Centre ay may impormasyon at resources para sa mga bata, kabataan, at mga pamilya. Matututunan mo rito ang pangkaisipang kalusugan, eating disorders, mga addiction, anger management, anxiety, attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), depression, psychosis, schizophrenia, suicide prevention, at stress management.  
Vancouver area: 604 875-2084  
Libreng-tawag: 1 800 665-1822  
[Keltymentalhealth.ca](http://Keltymentalhealth.ca)



## **i** Saan makakakuha ng tulong (*ipinagpatuloy*)

### **Kids Help Phone**

Ang Kids Help Phone ay para sa mga batang nakakaranas ng pang-aabuso o may mga problema sa pangkaisipang kalusugan. Maaaring tumawag ang mga bata at kabataan sa numero ng teleponong ito kahit kailan upang humingi ng tulong at impormasyon. Maaari ding i-refer ng serbisyong ito ang mga tumatawag sa mga lugar na makakatulong sa kanila, tulad ng mga clinic at community centres.

Libreng-tawag: 1 800 668-6868

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

[HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca) – I-search ang “Kids help phone”

### **ERASE Bullying Prevention Strategy**

Itinuturo ng ERASE Bullying Prevention Strategy sa mga estudyante kung ano ang bullying. Tinutulungan nito ang mga estudyante na i-report ang mga bully. Ang ERASE ay mayroon ding resources tungkol sa pangkaisipang kalusugan, paggamit ng substance, kaligtasan sa paaralan, at sekswal na oryentasyon / kinikilalang kasarian.

[gov.bc.ca/gov/content/erase](http://gov.bc.ca/gov/content/erase)





# EDUKASYON

## Mga Kahulugan

### Early years hanggang Grade 12

- Mga pampublikong paaralan
- Mga independent (pribado) na paaralan
- Early years programs para sa mga batang wala pang 5 taong gulang
- Kindergarten hanggang Grade 12
- Mga batang may mga kapansanan at special needs
- English Language Learning (ELL) para sa mga bata
- French programs
- Makilahok at magboluntaryo
- Impormasyon tungkol sa paaralan

Distributed (distance) learning at homeschooling

### Post-secondary na edukasyon

- Mga gastos at pinansiyal na tulong para sa post-secondary na edukasyon
- Distributed (distance) learning para sa adults
- Mga pribadong post-secondary na paaralan at mga kolehiyo

### Continuing education para sa adults

- Matuto ng Ingles
- Adult Education



## Mga Kahulugan

**Adult Upgrading** – mga kurso para sa adults na gustong magtapos nang may secondary (high) school diploma o makakuha ng mga marka at mga kurso para makatuloy sa post-secondary studies. Ang mga kurso ay makukuha sa pampublikong post-secondary institutions at adult education programs ng school district.

**Continuing Education** – mga non-credit na kurso para sa adults. Ang mga ito ay maaaring kunin para sa personal o pangkalahatang interest, o upang mapahusay ang skills na may kaugnayan sa trabaho.

**Elementary school** – paaralan para sa mga bata sa Kindergarten hanggang Grade 7, na 5 hanggang 13 taong gulang.

**Field trip** – kapag ang mga estudyante at ang kanilang guro ay nagsasagawa ng class trip sa labas ng paaralan. Halimbawa, ang mga field trip ay maaaring sa isang museum, isang exhibit, isang bukid, o isang pampaaralang sports event.

**Full-time at part-time na pag-aaral** – ang full-time na pag-aaral ay full load ng mga kurso, homework, at mga takdang-aralin. Ang ilang mga estudyante ay maaari ding magtrabaho, pero karaniwang sa loob lamang ng ilang oras bawat linggo. Ang ibig sabihin ng part-time na pag-aaral ay mas kaunti kaysa sa full load ng mga kurso ang kinukuha ng mga estudyante – marahil ay 2 o 3, sa halip na 5.

**Mandatory** – kapag ang isang bagay ay ipinag-aatas ng batas, o isang patakaran na dapat sundin.

**Middle school** – ang ilang mga paaralan sa B.C. ay para sa mga estudyante sa Grade 6, 7, 8, at 9. Ang mga ito'y nasa pagitan ng elementarya at secondary grade. Ang karamihan ng mga estudyante ay 10 hanggang 15 taong gulang.

**Post-secondary** – edukasyon para sa mga estudyanteng nagtapos ng secondary school. Kabilang sa mga post-secondary na paaralan ang mga unibersidad, kolehiyo, institutes, technical schools, at pribadong institutions.

**Secondary school** – paaralan para sa mga estudyanteng nasa grade 8, 9, 10, 11, at 12. Ang mga estudyante ay 13 hanggang 18 taong gulang. Ang secondary school ay tinatawag ding high school.

**Tuition** – ang gastos sa pagpasok sa mga pribadong paaralan o post-secondary institutions.

**Mga Tutor** – mga taong nagtuturo sa mga estudyante nang one-on-one. Ang pagtuturo ay karaniwang ginagawa sa tahanan o opisina, hindi sa classroom. Binabayaran ng mga estudyante ang mga tutor para sa kanilang oras.



## Early years hanggang Grade 12

Nagtatakda ang pamahalaan ng British Columbia ng mga batas at regulasyon upang matiyak na makakakuha ng magandang edukasyon ang bawat bata sa B.C. Dapat nag-aaral ang lahat ng mga batang nasa pagitan ng 5 at 16 taong gulang. Pinapapasok ng karamihan ng mga magulang ang kanilang mga anak sa mga pampublikong paaralan. Pinipili ng ilang mga magulang na magbayad para sa mga independent (pribado) na paaralan. Ang ilang mga bata ay nag-aaral sa tahanan sa pamamagitan ng homeschooling o distributed (distance) learning. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pag-aaral sa tahanan, tingnan ang pahina 88.

### Mga pampublikong paaralan

Libre ang edukasyon sa mga pampublikong paaralan. Ang boards of education

(school boards) ang namamahala sa mga pampublikong paaralan sa kanilang mga komunidad. Ang school boards ang nagpapalano at nagbibigay ng mga programa at mga serbisyo para sa mga estudyante sa kanilang lugar. Dapat silang umunod sa mga batas at regulasyong itinakda ng Ministri ng Edukasyon sa B.C.

### Pagrehistro sa iyong anak sa pampublikong paaralan

Karaniwang pumapasok ang mga bata sa pampublikong paaralan na pinakamalapit sa kanilang tahanan. Upang irehistro ang iyong anak sa isang pampublikong paaralan, kontakin ang iyong school board.

Hanapin ang iyong school board.  
[bcded.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm](https://bcded.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm)

Kapag inirehistro mo ang iyong anak, hihingan ka ng mga opisyal na dokumento na nagpapakita ng petsa ng kapanganakan ng iyong anak, ng iyong resident status sa





British Columbia, at ng address mo. Hihilingin din sa iyo na ipakita ang immunization record ng iyong anak. May mandatoryong pagpaparehistro para sa bakuna ang province upang maprotektahan ang mga bata laban sa mga sakit.

Ang ilang mga pampaaralang komunidad ay may programang tinatawag na Settlement Workers in Schools. Ang settlement workers ay tumutulong sa mga bagong dating na mag-adjust sa kanilang bagong paaralan at komunidad.

Maghanap ng mga pampublikong paaralan na malapit sa iyo.  
[bcded.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do](http://bcded.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do)

### **Mga independent (pribado) na paaralan**

Ang B.C. ay mayroon ding mga independent na paaralan. Ang karamihan ng mga independent na paaralan ay naniningil ng fees. Nakabatay sa relihiyon o kultura ang ilang mga independent na paaralan. Nagtuturo ang ilang mga paaralan sa mga natatanging paraan, at ang iba ay maaaring para sa mga estudyanteng may special needs. Para sa karagdagang impormasyon, kontakin ang Federation of Independent School Associations.  
Vancouver area: 604 684-6023  
Long-distance: 1 604 684-6023  
[fisabc.ca](http://fisabc.ca)

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga independent na paaralan, tingnan ang homeschooling at distributed (distance) learning sa pahina 86.

Bisitahin ang website ng Ministry ng Edukasyon sa B.C.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/administration/program-management/independent-schools](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/administration/program-management/independent-schools)

Maghanap ng mga independent na paaralan na malapit sa iyo.  
[fisabc.ca/find-school](http://fisabc.ca/find-school)

### **Early years programs para sa mga batang wala pang 5 taong gulang**

Ang StrongStart BC programs ay para sa mga maliliit na bata. Tinutulungan nila ang mga bata na mag-develop ng language, physical, cognitive (pag-iisip), social, at emotional skills. Tinutulungan din nilaang mga bata na maghanda upang magsimulang pumasok sa paaralan. Ang mga bata ay maaaring matuto sa pamamagitan ng paglalaro, mga istorya, musika, at sining. Maaari silang makipagkaibigan at makipaglaro sa ibang mga bata. Maaari ding lumahok ang mga magulang o caregiver sa programa kasama ng kanilang mga anak. Ang programa ay para sa mga batang kapapanganak pa lamang hanggang 5 taong gulang. Ang StrongStart BC early learning programs ay libre.

Makakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa StrongStart BC at maghanap ng programang malapit sa iyo.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/strongstart-bc](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/strongstart-bc)

Maraming paaralan ang may *Ready, Set, Learn* programs para sa mga batang 3 hanggang 5 taong-gulang. Natututo ang mga bata ng mga bagong skill sa pamamagitan ng paglalaro. Ang mga magulang ay makakakuha ng impormasyon upang tulungan ang kanilang anak na matuto.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/ready-set-learn](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/ready-set-learn)

### **Kindergarten hanggang Grade 12**

#### **Kindergarten hanggang Grade 7: Elementary school**

Ang mga bata ay karaniwang nagsisimula ng elementary school sa taon na sila'y naging 5 taong gulang. Karaniwang natatapos sila sa elementary school kapag sila'y 11 o 12 taong gulang. Ang unang taon ng elementary school ay tinatawag na Kindergarten.



Ang karamihan ng elementary schools ay nagtuturo mula Kindergarten hanggang Grade 7. Ang mga araw sa paaralan ay nagsisimula sa pagitan ng 8:30 at 9 a.m., at nagtatapos nang mga 3 p.m.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/full-day-kindergarten](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/full-day-kindergarten)

### **Grade 7-12: Middle at secondary school**

Pagkatapos ng elementary school, ang mga estudyante ay tutuloy sa middle school at secondary (high) school. Ang middle school ay mula Grade 6 hanggang 9. Ang mga estudyante sa middle school ay mga 10 hanggang 15 taong gulang. Ang secondary school ay mula Grade 8 hanggang Grade 12. Ang mga estudyante sa secondary school ay 13 hanggang 18 taong gulang.

Hindi lahat ng school district ay may middle schools. Ang mga district na walang middle school ay mayroon lang elementary school (kindergarten hanggang Grade 7) at secondary school (Grade 8 hanggang 12).

Kapag natapos ng mga estudyante ang secondary school, sila ay makakakuha ng graduation certificate (diploma). Pagkatapos ng secondary school, maaari pang kumuha ang mga estudyante ng karagdagang edukasyon (post-secondary). Kabilang dito ang kolehiyo, unibersidad, at specialized training (vocational training).

### **Mga batang may mga kapansanan at special needs**

Ang ilang mga bata ay maaaring may pisikal o pangkaisipang kondisyon kung kaya't nagiging mahirap na pumasok sa mga regular na klase. Ang mga batang ito ay may special needs. May mga programa ang British Columbia para sa mga batang nangangailangan ng higit pang suporta. Kontakin ang paaralan ng iyong anak para sa karagdagang impormasyon.

### **English Language Learning (ELL) para sa mga bata**

Ang mga paaralan ay magbibigay ng English Language Learning (ELL) para sa lahat ng mga estudyante na nangangailangan ng tulong sa pag-aaral ng Ingles. Ang karamihan ng mga estudyante ay nakakakuha ng tulong upang matuto ng Ingles habang nasa mga regular na klase. Ang ilang mga mas matandang estudyante ay kumukuha ng mga regular na klase at ELL classes nang magkasabay.

Ang special programs ay makakatulong din sa mga maliliit na bata na matuto ng Ingles. Magtanong sa isang settlement worker kung may English Language Learning preschool program sa iyong lugar. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Mga tTemporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

### **French programs**

May 3 uri ng French programs sa mga pampublikong paaralan sa B.C.

- Ang mga estudyante na nagsasalita ng Pranses bilang kanilang pangunahing wika ay maaaring kwalipikado para sa francophone program. Kontakin ang Conseil scolaire francophone de la Colombie-Britannique (School District 93) para sa karagdagang impormasyon.  
 Metro Vancouver: 604 214-2600  
 Libreng-tawag: 1 888 715-2200  
[csf.bc.ca](http://csf.bc.ca)



- Maaaring mag-enroll sa French Immersion ang mga estudyante na hindi Pranses ang pangunahing wika. Ang ibig sabihin nito ay Pranses lang ang wikang sinasalita sa kanilang classroom. Ang math, science, history, at ang lahat ng ibang mga subject ay itinuturo sa wikang Pranses.
- Ang mga estudyante sa English programs ay maaari ding kumuha ng mga klase upang matuto ng Pranses. Itinuturo ang mga klase sa Ingles, at ang Pranses ay isa sa kanilang mga subject.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa French Immersion o mga klase sa Pranses, kausapin ang school board sa iyong lugar. [bcded.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm](http://bcded.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm)

### **Makilahok at magboluntaryo**

Kung mayroon kang anak sa paaralan, hinihikayat kang maging aktibong miyembro ng komunidad ng paaralan. Makipag-usap sa mga guro ng iyong anak. Magtanong tungkol sa klase o kung ano ang kalagayan sa pagtatrabaho ng iyong anak. Magpunta sa parent-teacher meetings. Ang mga ito ay mga special meeting na isinasagawa nang isa o dalawang beses sa isang taon.

Mayroong mga Parent Advisory Council (PAC) sa mga pampublikong paaralan. Kung ang iyong anak ay nasa paaralan, ikaw ay awtomatikong isang miyembro ng PAC ng paaralan. Maaari kang pumunta sa mga meeting, makilala ang ibang mga magulang, malaman kung paano ang pamamalakad sa paaralan, makilahok sa mga aktibidad sa paaralan, at magmungkahi upang tumulong. [bccpac.bc.ca/index.php/members/pac-dpac/what-is-a-pac](http://bccpac.bc.ca/index.php/members/pac-dpac/what-is-a-pac)

Maaari ka ding magboluntaryo sa paaralan ng iyong anak sa pamamagitan ng pagtulong sa classroom o sa mga field trip (mga pagbiyahe at pagpasyal ng klase sa labas ng paaralan).

### **Impormasyon tungkol sa paaralan**

Magpapadala sa iyo ang paaralan ng impormasyon tungkol sa pag-aaral at mga aktibidad sa paaralan ng anak mo. Mag-abang para sa mga email, mga sulat, at mga note mula sa guro, sa school board, sa principal, o sa mga kinatawan ng klase (ibang mga magulang na nagboluntaryo upang magbahagi ng impormasyon para sa klase). Ang mga sulat at email na ito ay maaaring maglaman ng mahalagang impormasyon. Maaaring kailangan mong ipasalin ang impormasyon.

Maaaring magbigay ng mga naka-print na sulat sa mga magulang o sa mga bata. Tanungin ang iyong mga anak kung mayroon silang anumang sulat na ibibigay sa iyo.

### **Homeschooling at distributed (distance) learning**

Bagama't dapat makapag-aral ang mga batang 5 hanggang 16 na taong gulang, ang ilang mga bata sa B.C. ay hindi pumapasok sa mga paaralan. Maaaring nakatira sila nang masyadong malayo sa paaralan. Ang ilang mga bata ay may sakit at hindi makapunta sa paaralan. Maaaring mas gusto ng ilang mga magulang na mag-aral ang mga bata sa tahanan. May 2 paraan kung paano maaaring mag-aral sa tahanan ang mga estudyante: homeschooling at distributed learning.

- Ang homeschooling ay kapag ang mga magulang ang nagsisilbing mga guro at nagtuturo sa kanilang mga anak sa tahanan. Dapat ihanda ng mga magulang ang mga leksyon at siguraduhing ang kanilang anak ay natututo. Dapat nilang irehistro ang kanilang anak sa isang paaralan bago sila magsimula. [bcded.gov.bc.ca/home\\_school](http://bcded.gov.bc.ca/home_school)
- Ang distributed (distance) learning ay kapag nagpapadala ang mga guro ng mga leksyon at homework upang gawin ng mga estudyante sa tahanan. Maaaring ibigay ang mga leksyon online o kaya sa





pamamagitan ng mail (correspondence). Ang mga guro ay certified ng mga paaralan. Sila ay responsable para sa paghahanda ng mga leksyon at pagtulong sa mga estudyante na matuto.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/classroom-alternatives/online-distributed-learning](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/classroom-alternatives/online-distributed-learning)

## Post-secondary na edukasyon

Pagkatapos ng Grade 12, ipinagpapatuloy ng maraming estudyante ang kanilang edukasyon. Tinatawag itong post-secondary na edukasyon.

May 25 pampublikong unibersidad, kolehiyo, at institute sa B.C. Ang pampublikong institutions ay pinopondohan ng provincial government. Ang mga estudyante ay nagbabayad ng tuition (matrikula) upang makapasok. Mayroon ding mahigit 300 pribadong institution sa B.C. Ang pribadong institutions ay hindi pinopondohan ng provincial government. Ito ang dahilan kung bakit karaniwang mas mahal ang tuition sa pribadong institutions.

Maaaring mag-aral ang mga tao ng maraming iba't ibang subject sa kolehiyo, unibersidad, o institutions. Kabilang sa mga programa ang sining, edukasyon, sciences, teknolohiya, medisina, nursing, engineering, at law. Inaabot nang mga 4 na taon ng full-time na pag-aaral upang makompleto ang isang bachelor's degree. Pagkatapos mong makuha ang isang bachelor's degree, maaari kang kumuha ng isang master's o doctorate (graduate) degree. Maaari ka ding kumuha ng mga diploma at certificate.

Ang ilang mga pampublikong kolehiyo at institutes ay nag-aalok ng university transfer programs. Maaari kang kumuha ng mga kurso sa isang kolehiyo o institute, at pagkatapos ay lumipat sa isang unibersidad upang tapusin ang iyong degree. Susuriin

ng unibersidad ang mga klaseng kinuha mo at maaari ka nilang bigyan ng credit para sa mga ito. Magtanong sa unibersidad bago ka magsimulang mag-aral upang malaman kung kikilalanin nito ang transfer courses mo. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang B.C. Transfer Guide.

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

Ang mga kolehiyo, technical institutes, at ilang mga unibersidad ay mayroon ding trades at skills training programs. Maaari kang makakakuha ng job training para sa maraming karera. Halimbawa, maaari kang kumuha ng training upang magtrabaho bilang karpintero, mekaniko, horticulturist, early childhood educator, o computer technician.

Tingnan ang listahan ng post-secondary institutions sa British Columbia.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution)

Ang Education Planner B.C. ay makakatulong sa iyong pumili ng post-secondary courses. [educationplannerbc.ca](http://educationplannerbc.ca)

## Mga gastos at pampinansiyal na tulong para sa post-secondary na edukasyon

Maaaring maging mahal ang post-secondary na edukasyon. Ang mga estudyanteng kumukuha ng post-secondary courses ay dapat magbayad ng tuition at iba pang fees. Kailangan din nilang bumili ng mga libro at materyales.

Ang pamahalaan ng B.C. ay maaaring magbigay ng funding sa mga estudyanteng nangangailangan ng tulong upang matustusan ang kanilang pag-aaral. Maaari kang mag-apply para sa mga loans, grants, at bursaries. Ang grants at bursaries ay hindi kailangan bayaran. Ang mga loan ay dapat bayaran kapag nakatapos ka na ng pag-aaral. Upang maging kwalipikado para sa financial aid, ang mga estudyante ay dapat



naninirahan sa B.C. at maging permanent residents o Canadian citizens.

Para sa impormasyon, kausapin ang financial aid office sa paaralan na plano mong pasukan. [studentaidbc.ca](http://studentaidbc.ca)

Ang post-secondary students na walang permanent residence o Canadian citizenship ay magbabayad ng mas mahal na tuition. Maaaring kailangan din nilang mag-apply para sa isang study permit. [learnlivebc.ca/en/learn/](http://learnlivebc.ca/en/learn/)

Ang mga magulang ay maaaring magsimula ng isang Registered Education Savings Plan (RESP) upang mag-ipon ng pera para sa post-secondary na edukasyon ng kanilang anak. Maaari kang magbukas ng RESP sa maraming bangko at credit unions. Kailangan ng iyong anak ng isang Social Insurance Number upang magbukas ng RESP. Para sa impormasyon tungkol sa Social Insurance Numbers, tingnan ang pahina 129. Maaari ka ding makakuha ng Canada Education Savings Grant. Ito ay pera na idinadagdag ng Pamahalaan ng Canada sa RESP ng iyong anak upang makatulong na bayaran ang gastos sa kanyang post-secondary na edukasyon. [canada.ca/en/services/benefits/education/education-savings/savings-grant.html](http://canada.ca/en/services/benefits/education/education-savings/savings-grant.html)

Sa Canada, maraming post-secondary students ang may trabaho at nagbabayad ng sarili nilang tuition. Sila ay nagtatrabaho nang part-time sa panahon ng school year o naghahanap ng mga pansamantalang trabaho sa panahon ng summer vacation.

### **Distributed (distance) learning para sa adults**

Maraming kolehiyo at mga unibersidad na nag-aalok ng distributed learning programs. Maaari kang kumuha ng post-secondary na edukasyon saan ka man nakatira. Para sa impormasyon, kontakin ang kolehiyo o unibersidad sa iyong lugar o ang Thompson Rivers University Open Learning. [tru.ca/distance](http://tru.ca/distance)

### **Mga pribadong post-secondary na paaralan at mga kolehiyo**

Maraming pribadong post-secondary institutions sa B.C. Kabilang sa mga ito ang mga pribadong unibersidad, mga kolehiyo, business schools, technical schools, at language schools. Ang financial aid ay available para sa mga estudyante sa ilang pribadong institutions. [privatetraininginstitutions.gov.bc.ca](http://privatetraininginstitutions.gov.bc.ca) [studentaidbc.ca](http://studentaidbc.ca)



## Continuing Education para sa adults

Maraming Canadians ang nagsa-sign up para sa mga klase kahit matagal na silang hindi pumapasok sa paaralan. Maaaring gusto nilang matuto ng bagong skill para sa trabaho, bagong wika, o mag-aral ng isang bagay kung saan sila interesado. Ang mga programang ito ay tinatawag na Continuing Education. Maghanap ng mga klase sa pamamagitan ng pag-search online sa “continuing education” at pangalan ng iyong komunidad.

### Matuto ng Ingles

Maraming English as a Second Language (ESL) na klase upang tulungan ang adults na magsalita, magbasa, at magsulat sa Ingles. Ang pamahalaan ng Canada ay nag-aalok ng Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC). Maaaring kunin ng adult refugees at permanent residents ang mga klaseng ito nang libre.

- [Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “Language programs”
- [Welcomebc.ca](http://Welcomebc.ca) – I-search ang “Employment language programs”

May ilang pampublikong post-secondary institutions na nag-aalok din ng ESL courses. Ang permanent residents, refugees, at Canadian citizens ay hindi nagbabayad ng tuition para sa mga kursong ito. Maaaring magkaroon ng ibang mga gastos.  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading-learn-english](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading-learn-english)

Maaari kang humingi ng tulong upang matuto ka ng Ingles o mapahusay mo ito sa literacy programs sa iyong komunidad. Ang mga programang ito ay libre. Ang ilang mga programa ay para sa adults at ang ilan ay para sa mga pamilya.

[gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries/community-literacy](http://gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries/community-literacy)  
[gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading)  
[decoda.ca/decoda-lpc/](http://decoda.ca/decoda-lpc/)

### Mga pribadong paaralan at mga tutor sa Ingles

Maraming pribadong paaralan at mga tutor (mga guro) sa Ingles ang nagbibigay ng English language training. Ang karamihan sa mga paaralan at klaseng ito ay hindi regulated ng pamahalaan. Bisitahin ang website ng Private Training Institutions upang maghanap ng mga inaprubahang programa.

[privatetraininginstitutions.gov.bc.ca/students/pti-directory](http://privatetraininginstitutions.gov.bc.ca/students/pti-directory)



## Adult Upgrading

Maaaring pumasok sa paaralan ang adults upang i-upgrade ang kanilang edukasyon o maghanda para sa bagong trabaho. May mga programa para sa mga ispesipikong subject, tulad ng pagbabasa o math. Mayroon ding mga programa upang makapagtapos ng high school at matuto ng bagong skills sa trabaho. Ang mga programa ay maaaring full-time o part-time. Ang mga ito ay karaniwang tinatawag na Adult Basic Education o ABE. Ang ESL courses sa pampublikong post-secondary institutions ay bahagi rin ng Adult Upgrading.

### Adults na nagtatapos ng secondary school

Ang adults na hindi pa nakapagtapos ng secondary (high) school ay maaaring magtapos ng kanilang pag-aaral at mag-graduate. Makukuha ng mga estudyanteng kumukuha ng ABE sa Adult Graduation Program ang British Columbia Certificate of Graduation o ang Adult Graduation Diploma. Ang mga programang ito ay iniaalok sa maraming pampublikong post-secondary institutions at school district adult education centres.

Ang adults na nakatapos na ng high school ay maaaring kumuha ng Adult Basic Education courses upang makuha ang mga credit na kailangan nila upang ipagpatuloy ang pag-aaral nila sa post-secondary level. May mga available na full-time at part-time na klase. Ang mga klaseng ito ay libre para sa permanent residents at Canadian citizens. [gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/adult-education/adult-upgrading)

Maghanap ng mga klaseng malapit sa iyo. [upgradebc.ca/map](http://upgradebc.ca/map)

Ang adults ay maaari ding kumuha ng basic education courses sa pamamagitan ng ilang school districts sa kanilang lugar. [bced.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do](http://bced.gov.bc.ca/apps/imcl/imclWeb/Home.do)  
[bced.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm](http://bced.gov.bc.ca/schools/bcmap.htm)

Ang permanent residents at Canadian citizens ay hindi nagbabayad ng tuition para sa Adult Upgrading courses. Ang mga estudyante ay maaaring kailangang magbayad ng ibang mga gastos, tulad ng mga libro at materyales. Kung kumukuha ka ng upgrading (ABE o ESL) sa isang pampublikong post-secondary institution, maaaring eligible ka para sa grant upang bayaran ang mga gastos na iyon. Ito ay tinatawag na Adult Upgrading Grant. [studentaidbc.ca/explore/grants-scholarships/adult-upgrading-grant-application](http://studentaidbc.ca/explore/grants-scholarships/adult-upgrading-grant-application)



# TULONG PARA SA MGA INDIBIDWAL AT MGA PAMILYA

## Mga Kahulugan

BC211

## Mga crisis centre

### Karahasan, pang-aabuso, at pagpapabaya

Assault at sexual assault  
Pang-aabuso sa pamilya  
Pang-aabuso at pagpapabaya sa bata  
Bullying  
Pang-aabuso at pagpapabaya sa mga matatanda  
Pang-aabuso sa hayop  
Mga problema sa alak, droga, at pagsusugal  
Sponsorship breakdown

### B.C. Employment and Assistance Program

Kawalan ng Tahanan

Mga food bank

## Tulong para sa mga pamilya

Mga batang nangangailangan ng karagdagang suporta  
Benefits para sa mga pamilya na may mga anak  
Child care

## Mga programa at mga benepisyo ng seniors

BC Seniors' Guide  
Homecare  
Malusog na Pagkain para sa Seniors  
Pag-iwas sa pagkatumba  
Ability411

## Mga taong may mga kapansanan

## Suporta para sa mga taong LGBTQ2S+

Ang Office of the Ombudsperson

Legal na tulong



## Mga Kahulugan

**Pang-aabuso** – pananakit sa ibang tao. Maraming uri ng pang-aabuso.

- Maaaring kabilang sa pisikal na pang-aabuso ang pagbubuhat ng kamay, paggapos, o pagtulak. Ang pisikal na pang-aabuso ay tinatawag ding assault.
- Ang emosyonal na pang-aabuso ay pananakit sa isang tao gamit ang mga salita o mga kilos. Kabilang dito ang pagbabanta sa isang tao (pagsasabi na sasaktan mo siya nang pisikal o emosyonal).
- Ang sekswal na pang-aabuso ay di-ninanais na sekswal na paghipo o pagsasalita.

**Assault** – kapag inatake ng isang tao ang isa pang tao. Ang pag-atake ay maaaring pangkatawan, sekswal, o pasalita (paninigaw o pag-insulto sa isang tao).

**Kumpidensiyal** – kapag nagbabahagi ang isang tao ng impormasyon sa isa pang tao, at pinapanatiling pribado ang impormasyong iyon. Hindi ito ibabahagi sa kahit na sino.

**Krisis** – kapag ang isang sitwasyon ay mukhang sobrang laki upang malutas nang mag-isa. Ang mga tao ay maaaring magkaroon ng pinansiyal na krisis (kapag kulang ang kanilang pera upang mabuhay), krisis sa pamilya (nagkawatak-watak ang pamilya), medikal na krisis (may nagkasakit nang grabe o namatay), o emosyonal na krisis (kapag ang mga emosyon o damdamin ng isang tao – lalo na ang takot – ay napakatindi).

**Eligible** – kapag naging kwalipikado ang isang tao para sa isang bagay. Halimbawa, dapat ay maging eligible ang mga tao bago sila ma-hire sa ilang mga trabaho, o matanggap para sa ilang mga programa ng pamahalaan.

**Pagsusugal** – pagsubok na manalo ng pera sa pamamagitan ng pagtaya sa mga bagay tulad ng card games, horse races, slot machines, at casino games.

**Walang kinikilingan** – walang bias o pagkiling para sa o laban sa isang bagay. Kung ikaw ay walang kinikilingan, hindi ka nakikilahok sa isang sitwasyon at maaaring maging makatwiran ang iyong desisyon.

**Independent** – hindi kinokontrol o naiimpluwensyahan ng sinuman o anuman. Kakayahang makagawa ng pasiya nang hindi naiimpluwensyahan ng ibang tao.

**LGBTQ2S+** – isang terminong naglalarawan ng iba't ibang kinikilalang kasarian – lesbian, gay, binary (lalaki o babae), trans, queer o Two-Spirited (tingnan ang pahina 155 para sa karagdagang impormasyon).

**Pagpapabaya** – kapag hindi inaalagaan ng isang tao ang ibang taong nangangailangan ng kanyang tulong. Ito'y maaaring kapag hindi pinakakain ng magulang ang kanyang anak. Ito ay maaari ding kapag hindi kumukuha ng medikal na pangangalaga ang isang tao para sa nakatatandang kapamilya.

**Mga pampublikong awtoridad** – Kadalasang pinopondohan at/o binibigyan ng kapangyarihan ng mga pamahalaan ang mga organisasyon upang magpasiya at magbigay ng mga serbisyo para sa mga tao. Ang mga organisasyong ito ay tinatawag na mga pampublikong awtoridad.



**Suicide** – kapag nagpasiya ang isang tao na ayaw na niyang mabuhay, at sadyang pinapatay ang kanilang mga sarili.

**Biktima** – isang taong sinaktan (pangkatawan o emosyonal) o pinatay ng ibang tao, karaniwan kapag may ginagawang krimen.

**Karahasan** – paggamit ng lakas ng katawan upang saktan ang isang tao.

## BC211

Matutulungan ka ng BC211 na humanap ng mga serbisyo ng pamahalaan at komunidad na maaaring kailanganin mo. Kasama sa mga ito ang counselling, pagtatrabaho, child care, pinansiyal na tulong, pagkain, mga serbisyo para sa senior, housing, mga ligal na serbisyo, mga serbisyo para sa imigrante, edukasyon, sining at kultura, recreation, mga serbisyo sa kalusugan, at support groups. Ang serbisyo ay libre at kumpidensiyal (pribado). Iniaalok ito sa maraming wika. Libreng-tawag: 2-1-1  
[bc211.ca](http://bc211.ca)

Ang BC211 din ang nagpapatakbo sa mga serbisyonang ito.

- Ang VictimLinkBC ay isang libreng matatawagan at kumpidensiyal na serbisyo sa telepono na iniaalok sa maraming wika. Nagbibigay ito ng impormasyon at mga serbisyo sa referral sa lahat ng mga biktima ng krimen. Nagbibigay rin ito ng agarang suporta sa krisis sa mga biktima ng karahasan sa pamilya at sekswal na karahasan, kabilang ang mga biktima ng human trafficking na pinagsamantalahan para sa pagtatrabaho o mga sekswal na serbisyo. Ang VictimLinkBC ay pinopondohan ng pamahalaan ng B.C. Matatawagan ito 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Libreng-tawag: 1 800 563-0808  
 Email: [victimlinkbc@bc211.ca](mailto:victimlinkbc@bc211.ca)  
[www.victiminfo.ca](http://www.victiminfo.ca)

- Alcohol & Drug Information and Referral Service  
 Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang pahina 103  
 Vancouver area: 604 660-9382  
 Libreng-tawag: 1 800 663-1441
- Shelter and Street Help Line  
 2-1-1  
[bc211.ca](http://bc211.ca) – I-search ang “shelter” at ang pangalan ng iyong komunidad
- Gambling Support Line BC  
 Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang pahina 103  
 Libreng-tawag: 1 888 795-6111
- Youth Against Violence Line  
 Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang pahina 101  
 Libreng-tawag: 1 800 680-4264

## Mga crisis centre

Ang pagkakaroon ng mga problema na sobrang laki upang lutasin na mag-isa ay tinatawag na krisis. Ang mga tao ay maaaring magkaroon ng mga problema sa pangkaisipang kalusugan (tulad ng depression o anxiety) o mga problema sa pamilya (tulad ng paghihiwalay ng mag-asawa, o pang-aabuso). Ang mga problema ay maaaring parang mas malaki pa pagkatapos lumipat sa isang bagong bansa. Maaaring ikaw ay nalulungkot, nalulumbay, nagagalit, o nalilito. Maaaring matindi at



mabigat ang mga emosyon na ito. Maaaring isipin ng ilang mga tao na mag-suicide o patayin ang sarili.

Kung ang iyong sitwasyon ay masyadong mahirap na kontrolin, o kung nararamdaman mong nag-iisa ka sa iyong mga problema, maaari kang humingi ng tulong. Huwag kang mahiya. Maraming tao ang nakakaramdam nito paminsan-minsan sa kanilang mga buhay.

May mga taong makakatulong sa iyo. Tumawag sa isang crisis centre. Sa mga crisis centre, may mga tao na maaari mong kausapin. Matutulungan ka rin nilang maghanap ng resources. Ang lahat ng mga tawag ay libre, at ang mga serbisyo ay makukuha sa maraming wika.

- Ang crisis line ay bukas 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo.  
Libreng-tawag: 1 800 784-2433  
(1 800 SUICIDE)  
[crisiscentre.bc.ca](http://crisiscentre.bc.ca)
- Ang Mental Health Support Line ay bukas 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo.  
Libreng-tawag: 310-6789 (ang numero ng telepono na ito ay may 7 numero lang).  
[crisiscentre.bc.ca](http://crisiscentre.bc.ca)
- Ang YouthInBC ay isang online chat para sa mga kabataang 12-24 taong gulang. Ito'y bukas mula 12 p.m. (tanghali) hanggang 12 a.m. (hatinggabi).  
[YouthInBC.com](http://YouthInBC.com)
- Ang CrisisCentreChat ay isang online chat para sa mga taong 25 taong gulang at mas matanda. Ito'y bukas mula 12 p.m. (tanghali) hanggang 1 a.m.  
[CrisisCentreChat.ca](http://CrisisCentreChat.ca)

## Karahasan, pang-aabuso, at pagpapabaya

Ang pang-aabuso, karahasan, at pagpapabaya ay palaging mali. Kung may isang taong nang-aabuso sa iyo, huwag mahiya. Hindi mo ito kasalananan. Maaari kang makakuha

ng tulong. Huwag subukang harapin ang problema nang mag-isa. Sa Canada, ang lahat ng karahasan at pagbabanta ng karahasan ay labag sa batas. Maaaring arestuhin ng pulis ang isang tao na nananakit o nagbabanta sa isa pang tao. Ang tao ay maaaring multahan o makulong.

Kung may krisis, tumawag sa 911. May ipapadalang pulis o ambulansiya sa iyo.

Maaari mo ring tawagan ang VictimLinkBC.  
Libreng-tawag: 1 800 563-0808  
Email: [victimlinkbc@bc211.ca](mailto:victimlinkbc@bc211.ca)  
[victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

## Assault at sexual assault

Kung pinagbuhatan ka ng kamay o sinaktan ka ng sinuman, ito'y tinatawag na assault o pisikal na pananakit. Kung may nagsabi sa iyo na sasaktan ka niya, at naniniwala kang gagawin ito ng taong iyon, ito rin ay assault. Labag sa batas para sa isang tao na ikaw ay i-assault.

Ang sexual assault ay anumang uri ng sekswal na kontak nang walang pahintulot ng isang tao. Kabilang sa sexual assault ang di-ninanaing sekswal na paghipo. Kabilang din rito ang puwersahang sexual intercourse o pagtatalik (tinatawag ding "rape").

Kung ikaw ay nasa mapanganib na sitwasyon ngayon, tumawag sa 911.

Maaari mong tawagan ang VictimLinkBC. Matutulungan ka nitong magpatingin sa doktor, makipag-usap sa isang counsellor, mag-report sa pulis, at makakuha ng iba pang mga pansuportang serbisyo. Isa itong libreng serbisyo. Kumpidensiyal din ito. Matatawagan ito 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo.  
Libreng-tawag: 1 800 563-0808  
[victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

Ang Women Against Violence Against Women (WAVAW) Rape Crisis Centre ay may crisis and information line na bukas 24 oras bawat araw. Maaari ka nilang bigyan kaagad ng





tulong at emosyonal na suporta. Maaari ka rin nilang i-refer sa mga serbisyo at programa na makakatulong. Libreng-tawag: 1 877 392-7583 [wawaw.ca](http://wawaw.ca)

Ang Victim Services & Violence Against Women Program Directory ay tumutulong sa mga taong nasaktan sa isang krimen. Tumutulong din sila sa mga babae at batang nakakaranas ng karahasan.

Ang directory ay may contact information para sa mga serbisyo at programa na makakatulong sa iyo. Bisitahin ang website at ilagay ang pangalan ng iyong lungsod o town sa search box.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory)

Maaari kang mag-report ng sexual assault sa pulis, kahit na matagal na itong nangyari. Tawagan ang pulis sa iyong lugar o ang RCMP office. Mahahanap mo ang numero ng telepono online.

Para sa impormasyon tungkol sa pag-report ng isang krimen, bisitahin ang website na ito ng pamahalaan ng B.C.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/coming-forward/reporting-a-crime](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/coming-forward/reporting-a-crime)

Kung ikaw ay 19 taong gulang o mas matanda, at ayaw mong ikaw mismo ang tumawag sa pulis, maaari kang tumawag sa isang victim service program sa iyong komunidad. Maaari nilang i-report ang krimen, at hindi malalaman ng pulis kung sino ang nag-report.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/victim-or-witness-to-crime/third-party-reporting-for-victims-of-sexual-offences](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/reporting-a-crime/victim-or-witness-to-crime/third-party-reporting-for-victims-of-sexual-offences)

## Pang-aabuso sa pamilya

Ang pang-aabuso ay maaaring mangyari sa mga pamilya. Laging mali ang pang-aabuso, karahasan, at pagpapabaya. Ang taong nang-aabuso sa iba ay maaaring ang asawa, same-sex partner, o common-law partner. Ang mga anak, mga magulang, mga lolo't lola, mga kapatid, at mga biyenan ay pamilya rin.

Maraming mga uri ng pang-aabuso na maaaring mangyari sa isang pamilya. Kabilang sa ilang mga halimbawa ang:

- pampisikal na pang-aabuso: pagbubuhat ng kamay o pagsipa sa isang tao, o paggamit ng isang armas (tulad na isang patpat o sinturon) upang saktan ang isang tao
- sekswal na pang-aabuso: anumang anyo ng sekswal na kontak nang walang pahintulot ng isang tao
- emosyonal na pang-aabuso: pagbabantang kunin ang mga anak ng isang tao; hindi pinahihintulutan ang isang tao na kausapin ang kanyang mga kaibigan o pamilya; hindi pinahihintulutan ang isang tao na lumabas ng tahanan; o pagbabantang tatanggalin ang immigration sponsorship
- pinansiyal na pang-aabuso: hindi pinahihintulutan ang isang tao na kumuha ng trabaho, panatilihin ang isang trabaho, kumuha ng job training, magkaroon ng pera
- espirituwal na pang-aabuso: hindi pinahihintulutan ang isang tao na magsagawa ng mga relihiyosong gawain; paggamit ng relihiyon upang takutin, saktan, o kontrolin ang isang tao

Sa Canada, labag sa batas ang saktan, o pagbantaang saktan, ang ibang tao.

Maaari kang umalis sa isang mapang-abusong sitwasyon sa pamilya. Hindi mo kailangang manatili sa isang mapang-abusong relasyon upang panatilihin ang iyong status sa Canada. Kung ikaw ay isang permanent resident, may mga karapatan at mga kalayaan ka sa Canada.



Kung ikaw ay may temporary status sa Canada, mayroon ka ring mga opsiyon.

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang mga website na ito:

- Immigration, Refugees and Citizenship Canada  
[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/family-sponsorship/abuse.html](https://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/family-sponsorship/abuse.html)
- Pamahalaan ng B.C.  
[gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/domestic-violence](https://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/domestic-violence)
- [HealthLinkBC.ca](https://healthlinkbc.ca) – I-search ang “Domestic violence” at “Domestic abuse”

### Kung kailangan mo ng tulong

- Kung ikaw ay nasa kagyat na panganib, tumawag sa 9-1-1.
- Matutulungan ka ng VictimLinkBC na magpatingin sa doktor, makipag-usap sa isang counsellor, mag-report sa pulis, at makakuha ng iba pang mga pansuportang serbisyo. Isa itong libre at kumpidensiyal na serbisyo. Makukuha ito sa iba’t ibang mga wika, 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo.  
Libreng-tawag: 1 800 563-0808  
[victimlinkbc.ca](https://victimlinkbc.ca)
- Tumawag sa isang Transition House o Safe Home Program. Tumutulong ang transition houses sa mga kababaihan na umalis sa isang tahanan kung saan may nang-aabuso sa kanila. Tumutulong sila sa mga kababaihan na nag-iisa, at tumutulong din sila sa mga kababaihan na may mga anak. Ang transition houses ay bukas 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Ang mga ito ay ligtas na lugar na masisilungan ng mga babae habang naghahanap sila ng bagong lugar na matitirahan. Ang transition houses ay para lamang sa maiikling pananatili — karaniwang hanggang 30 araw. Tutulungan ka nilang manatiling ligtas at humanap ng lugar na matitirahan. Matutulungan ka rin

nilang humanap ng pagpapayo, medical treatment, at iba pang mga serbisyo.

Ang BC Housing ay may listahan ng Transition Houses at Safe Houses.  
[bchousing.org/housing-assistance/women-fleeing-violence/womens-transition-housing-supports](https://bchousing.org/housing-assistance/women-fleeing-violence/womens-transition-housing-supports)

### Pang-aabuso at pagpapabaya sa bata

Responsibilidad ng bawat magulang na alagaan nang mabuti ang kanilang mga anak. Laging mali ang pang-aabuso, karahasan, at pagpapabaya. Ang pagpapabaya ay nangyayari kapag hindi tinutupad ng mga magulang ang mga pangunahing pangangailangan ng kanilang mga anak. Ang hindi pagbibigay ng sapat na pagkain, o pag-iwan sa maliliit na bata sa tahanan nang mag-isa ay mga halimbawa ng pagpapabaya.

Kung sa palagay mo ay nangangailangan ng tulong ang isang bata, tumawag sa Helpline for Children. I-dial ang 310-1234 mula kahit saan sa B.C. Hindi kailangan ng area code. Sinasagot nila ang telepono 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Maaaring magpadala ang pamahalaan ng social worker upang suriin ang kalagayan ng isang bata. Kung sa palagay ng social workers ay nasa panganib ang bata, maaaring kunin nila ang bata mula sa tahanan upang dalhin siya sa isang ligtas na lugar. Kung ito’y mangyayari, dapat kumuha kaagad ng ligal na tulong ang mga magulang.

Kung naniniwala ka na ang isang bata ay nasa panganib, inaabuso, o pinababayaan, sinasabi ng batas na dapat mo itong i-report. Ang pamahalaan ng B.C. ay may impormasyon tungkol sa pag-report ng pang-aabuso sa bata.  
[gov.bc.ca](https://gov.bc.ca) – I-search ang “Child abuse”

Ang [HealthLinkBC.ca](https://healthlinkbc.ca) ay may impormasyon tungkol sa pang-aabuso at pagpapabaya sa bata.

[HealthLinkBC.ca](https://healthlinkbc.ca) – I-search ang “Child abuse”



Para sa impormasyon tungkol sa pagpapanatiling ligtas ng mga bata, bisitahin ang website na ito ng pamahalaan ng B.C. [gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/keeping-kids-safe](https://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/keeping-kids-safe)

## Bullying

Ang bullying ay kapag gusto ng isang tao na gawing hindi komportable, matakot, o masaktan ang ibang mga tao. Maaring i-bully ng isang tao ang iba tungkol sa kanilang itsura, edad, kultura, lahi, relihiyon, etnisidad, sekswal na oryentasyon, o kinikilalang kasarian.

Ang website ng pamahalaan ng B.C. ay may impormasyon tungkol sa bullying. [gov.bc.ca/gov/content/erase/bullying](https://gov.bc.ca/gov/content/erase/bullying)

Maaari ding mangyari ang bullying sa pamamagitan ng social media (cyber bullying). Ang mga bully ay maaaring mag-text o mag-post ng mga masasamang pahayag o larawan, magpadala ng mga nagbabantang mensahe, o magkalat ng mga kasinungalingan tungkol sa isang tao. Kumuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa cyber bullying, kabilang kung paano matutulungan ng mga magulang ang kanilang mga anak. [gov.bc.ca/gov/content/erase/online-safety](https://gov.bc.ca/gov/content/erase/online-safety)

Para sa karagdagang impormasyon, o kung kailangan mong makipag-usap sa isang tao tungkol sa bullying, bisitahin ang website ng ERASE. [gov.bc.ca/gov/content/erase](https://gov.bc.ca/gov/content/erase)

Para sa impormasyon tungkol sa bullying sa lugar ng trabaho, tingnan ang impormasyon tungkol sa diskriminasyon at panliligalig sa pahina 148.

## Tulong para sa mga kabataan

Maraming mga ahensiya ang may mga espesyal na counsellor upang tulungan ang mga kabataan. Masasagot ng mga counsellor

ang mga katanungan ng mga kabataan. Maaari din silang magbigay ng payo tungkol sa pagbubuntis, droga, sexually transmitted diseases (STDs), at iba pang mga problema. Maaari kang mag-search ng mga serbisyo online. Maaari mo ring tanungin ang public health unit sa iyong lugar tungkol sa youth counsellors sa iyong komunidad. [gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc/children-and-youth](https://gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc/children-and-youth)

Upang humanap ng youth counsellors sa iyong komunidad, gamitin ang HealthLinkBC search tool. I-search ang “public health unit” o “youth health” at ang pangalan ng iyong komunidad. [HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services](https://HealthLinkBC.ca/services-and-resources/find-services)

Mayroong community agencies na tumutulong sa mga bata at mga kabataan. Ang Big Brothers and Big Sisters of Canada ay nagtutugma ng isang adult sa isang bata bilang bahagi ng isang mentoring program. Ang adult ay parang kuya o ate ng bata. Upang malaman kung may Big Brothers and Big Sisters of Canada program sa iyong komunidad, magpunta sa website. Mag-click sa “Find an agency” sa ibaba ng pahina. [bigbrothersbigsisters.ca](https://bigbrothersbigsisters.ca)

Ang Boys and Girls Club ay tumutulong din sa mga kabataan. Ang mga club ay may maraming mga after-school na programa. Ang mga bata ay makakapaglaro ng sports at matututo ng bagong skills. Bisitahin ang website upang humanap ng clubs malapit sa iyo. [bgccan.com/en/find-your-club](https://bgccan.com/en/find-your-club)

## Foundry

Ang Foundry ay tumutulong sa mga kabataan na 12 hanggang 24 taong gulang na maging mas malusog. Nag-aalok ito ng resources at suporta sa kalusugan at wellness, kabilang ang isang online help platform. [foundrybc.ca](https://foundrybc.ca)



Ang Kids Help Phone ay para sa mga bata at mga kabataan. Nagbibigay sila ng impormasyon at suporta sa mga kabataang may anumang uri ng problema. Magagawa mong tumawag, mag-text, o i-access ang mobile app o website nito 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Hindi mo kailangang sabihin ang iyong pangalan. Ang impormasyon na ibibigay mo dito ay kumpidensiyal (hindi nito sasabihin sa kahit sino na tumawag ka).

Libreng-tawag: 1 800 668-6868  
[kidshelpphone.ca](http://kidshelpphone.ca)

Ang mga bata at mga kabataan na nangangailangan ng tulong ay maaari ding tumawag sa Helpline for Children. Telepono: 310-1234 (hindi kailangan ng area code)

Ang Youth Against Violence Line ay isang ligtas na telephone line para sa mga kabataan upang mag-report ng mga krimen at karahasan.

Maaari kang manatiling anonymous (hindi mo kailangan sabihin ang iyong pangalan). Maaari kang tumawag upang pag-usapan ang iyong mga problema. Maaari kang i-refer ng counsellors sa mga serbisyo at programa para sa tulong. Mayroon din itong impormasyon tungkol sa mga gang at bullying.

Ang Youth Against Violence Line ay bukas 24 oras bawat araw. Ang serbisyo ay makukuha sa maraming wika.

Libreng-tawag: 1 800 680-4264 (24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo)  
[youthagainstviolenceline.com](http://youthagainstviolenceline.com)

Ang Prevention, Education, Advocacy, Counselling and Empowerment (PEACE) program ay para sa mga bata at mga kabataang nasa pagitan ng 3 hanggang 18 taong gulang at kanilang caregiver na walang kasalanan. Kung may karahasan sa iyong tahanan (domestic violence), maaari mong kontakin ang PEACE. Libre ito, at kumpidensiyal ang programa. Hindi nito





sasabihin sa sinuman na tumawag ka. [gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory)

Gamitin ang Victim Services Directory upang i-search ang “PEACE” at ang pangalan ng iyong komunidad.

Kontakin ang VictimLinkBC para sa impormasyon tungkol sa mga serbisyo para sa mga biktima sa iyong komunidad. Maaari ka nitong i-refer sa iba't ibang mga programa, kabilang ang special programs para sa mga kababaihan. Libreng-tawag: 1 800 563-0808 [victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

Ang Options for Sexual Health clinics ay nag-aalok ng birth control, pregnancy tests, at mga test para sa sexually transmitted infections (STIs). Maaaring magpunta sa mga klinikangito ang lahat ng tao, anuman ang kanilang edad. Matutulungan ka nila sa mga katanungan o mga problema na may kinalaman sa sekswal na kalusugan. Maaari ka rin nilang i-refer sa isang doktor. Mayroong mahigit sa 60 clinics sa buong British Columbia. Libreng-tawag: 1 800 739-7367 [optionsforsexualhealth.org](http://optionsforsexualhealth.org)

## **Pang-aabuso at pagpapabaya sa mga matatanda**

Minsan, ang mga nakatatandang adults (seniors) ay inaabuso o tinatrato nang masama. Ang pang-aabuso sa senior (tinatawag ding pang-aabuso sa mga matatanda) ay maaaring magkaroon ng maraming anyo, tulad ng pisikal, emosyonal, sekswal, o pinansiyal na pang-aabuso. Ang seniors ay maaaring pinapabaya (hindi tinutupad ang kanilang mga pangangailangan). Maaaring hindi nila kayang alagaan ang kanilang sarili. Laging mali ang pang-aabuso, karahasan, at pagpapabaya. Labag sa batas ang saktan, o pagbantaang saktan, ang ibang tao sa Canada.

Para sa impormasyon sa maraming wika tungkol sa pang-aabuso at pagpapabaya sa mga matatanda, bisitahin ang website ng Pamahalaan ng B.C. [seniorsBC.ca](http://seniorsBC.ca)

Maaari mo ring bisitahin ang HealthLink BC. [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca) – I-search ang “Elder abuse”

Kung ikaw ay inaabuso o pinapabaya, o mayroon kang kilalang senior na nakakaranas ng pang-aabuso o pagpapabaya, tawagan ang Seniors Abuse & Information Line (SAIL). Ang linya ay bukas bawat araw sa pagitan ng 8 a.m. at 8 p.m. Ang linya ay sarado kapag piyesta opisyal. Para sa listahan ng mga piyesta opisyal, tingnan ang pahina 141.

Ang mga serbisyo sa pagsasalina-wika ay available mula Lunes hanggang Biyernes, sa pagitan ng 9 a.m.- 4 p.m. Vancouver area: 604 437-1940 Libreng-tawag: 1 866 437-1940 [seniorsfirstbc.ca/programs/sail](http://seniorsfirstbc.ca/programs/sail)

Maaari mong tawagan ang VictimLinkBC. Tutulungan ka nilang magpatingin sa doktor, makipag-usap sa isang counsellor, mag-report sa pulis, at makakuha ng iba pang mga pansuportang serbisyo. Isa itong libre at kumpidensiyal na serbisyo. Makukuha ito sa iba't ibang mga wika, 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Libreng-tawag: 1 800 563-0808 [victimlinkbc.ca](http://victimlinkbc.ca)

## **Pang-aabuso sa hayop**

Minsan, inaabuso o pinapabaya ng mga tao ang mga hayop. Maaaring lagi nilang iniwanang nakakulong ang hayop at hindi nila ito pinapalabas. Maaari nilang saktan ang hayop, o hindi ito pinapakain. Ang mga hayop na ito ay maaaring mga alagang hayop (tulad ng mga aso, pusa, o ibon), mga hayop sa farm, o mga hayop sa zoo o game farms. Ang pang-aabuso sa hayop ay labag sa batas.



Kung sa palagay mo ay inaabuso o pinapabayaang isang hayop, dapat mo itong i-report. Kontakin ang BC Society for the Prevention of Cruelty to Animals (BCSPCA).  
Libreng-tawag: 1 855 622-7722  
[spca.bc.ca](http://spca.bc.ca)

Hanapin ang SPCA office na pinakamalapit sa iyo.  
[spca.bc.ca/about-us/locations/locations-list/](http://spca.bc.ca/about-us/locations/locations-list/)

## Mga problema sa alak, droga, at pagsusugal

Maraming tao ang may problema sa alak at droga, tulad ng cannabis, cocaine, crystal meth, o heroin. Maaaring may mga problema rin sila sa paggamit ng mga medikal na gamot na inireseta ng isang doktor upang mabawasan ang kirot o pagkabalisa. Ang ilang mga tao ay may mga problema sa mga aktibidad, tulad ng pagkain, pagtatalik, o pagsusugal. Ang pagsusugal ay pagsusubok na manalo ng pera sa pamamagitan ng pagtataya sa mga bagay tulad ng card games, horse races, slot machines, o casino games.

Bagama't hindi lahat ng mga tao ay may mga problema sa droga, alak, o pagsusugal, ang ilang mga tao ay maaaring magkaroon ng addiction. Ang addiction ay pagkakaroon ng matinding pakiramdam na kailangan mong gawin ang o magkaroon ng isang bagay, kahit na nagdudulot ito ng malubhang pinsala. Ang pakiramdam na ito ay maaaring magresulta sa problema sa kalusugan, trabaho, paaralan, pera, at/o mga relasyon. Ang mga problemang ito ay maaaring maging napakalubha. Magagawa ng mga ito na mailagay ka, ang iyong pamilya, at ang ibang mga tao sa panganib.

Ang Alcohol at Drug Information and Referral Line ay may impormasyon tungkol sa mga programa sa droga at alak. Tutulungan ka nitong humanap ng suporta upang matugunan ang mapaminsalang paggamit

ng alkohol o ibang mga droga. Tutulungan ka rin nilang humanap ng mga programa para sa pagpapayo at treatment, mga serbisyo sa detox, recovery homes, at support groups na malapit sa iyong tirahan. Ang Referral Line ay bukas 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Makukuha ang tulong sa maraming wika.

Vancouver area: 604 660-9382  
Libreng-tawag: 1 800 663-1441

Ang cannabis (na kilala rin bilang marijuana, weed, o pot) ay legal na ngayong gamitin sa Canada. Maraming tao ang may mga tanong pa rin tungkol dito. Para sa impormasyon tungkol sa cannabis, kabilang kung ano ang ligal at hindi ligal, bisitahin ang website ng Pamahalaan ng B.C.  
[cannabis.gov.bc.ca](http://cannabis.gov.bc.ca)

Kung nahihirapan ka sa problema sa pagsusugal (iyo o ng ibang tao), maaari kang humingi ng tulong nang libre. Makukuha ang mga serbisyo sa suporta at treatment sa maraming wika. Ang B.C. Responsible & Problem Gambling Program ay may mga kumpidensiyal at libreng serbisyo sa edukasyon at suporta. Ang website ay may impormasyon tungkol sa self-assessments, counselling, at GamTalk (isang libre at kompidensiyal na online forum). Bisitahin ang website o tawagan ang BC Gam Info Line. Libreng-tawag: 1 888 795-6111 (24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo)  
[bcresponsiblegambling.ca/getting-help](http://bcresponsiblegambling.ca/getting-help)

Kabilang sa iba pang resources ang:

- HealthLink BC  
[HealthLinkBC.ca/health-topics/alcpb](http://HealthLinkBC.ca/health-topics/alcpb)
- Here to Help  
[heretohelp.bc.ca](http://heretohelp.bc.ca)
- Ministry of Mental Health and Addictions - StopOverdoseBC  
[stopoverdose.gov.bc.ca](http://stopoverdose.gov.bc.ca)
- Canadian Centre on Substance Use and Addiction  
[ccsa.ca](http://ccsa.ca)



- Canadian Institute for Substance Use Research, at the University of Victoria [uvic.ca](http://uvic.ca) – I-search ang “Institute for substance use”
- Ang Problem Support Line BC ay nagbibigay ng serbisyo sa maraming wika. Libreng-tawag: 1 888 795-6111 (24 oras bawat araw)
- Toward the Heart (BCCDC Harm Reduction Services) [towardtheheart.com](http://towardtheheart.com)
- Ang iyong local settlement agency ay maaari ding makatulong. Ang ilang settlement agencies ay nag-aalok ng addiction at counselling services, multicultural support groups, at school education programs. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
  - Mga permanent residents, kabilang ang mga refugee [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student [welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Sponsorship breakdown

Ang ilang mga tao ay iniisponsoran ng isang miyembro ng pamilya upang magpunta sa Canada. Minsan, may mga pagbabago o mga problema sa pamilya. Halimbawa, ang mag-asawa ay maaaring maghiwalay. Kapag nangyari ito, ang sponsor pa rin ang responsable para sa kamag-anak. Kung ang inisponsoran na tao ay kumukuha ng tulong sa kita (welfare), dapat bayaran ito ng sponsor sa pamahalaan ng B.C. Para sa karagdagang impormasyon, kontakin ang provincial government.

[gov.bc.ca/gov/content/tourism-immigration/immigrating-to-bc/sponsorship/pay](http://gov.bc.ca/gov/content/tourism-immigration/immigrating-to-bc/sponsorship/pay)

## B.C. Employment and Assistance Program

Ang pamahalaan ng B.C. ay nagbibigay ng tulong sa kita sa mga eligible na tao na nangangailangan at walang ibang mga mapagkukunan. Masusuportahan ng BC Employment and Assistance (BCEA) program ang iyong pagpasok sa trabaho. Maaaring eligible ka kung:

- wala kang trabaho o hindi ka kumikita ng sapat upang matupad ang iyong mga pangunahing pangangailangan
- hinihintay mong dumating ang iba pang mga pinagmumulan ng pera
- hindi ka talaga makapagtrabaho
- kailangang kailangan mo ng pagkain, tirahan, o medikal na atensyon

Ang tulong sa kita ay ibinabayad bawat buwan. Makukuha ito ng mga nakakatupad sa citizenship requirements. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa citizenship requirements, bisitahin ang website ng pamahalaan ng B.C.

[gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/application-and-intake/citizenship-requirements](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/application-and-intake/citizenship-requirements)

Kapag ikaw ay nag-apply, titingnan ng pamahalaan ng B.C. ang iyong pinansiyal na sitwasyon (ang iyong kita, mga gastos, at mga bagay na pag-aari mo) upang magpasiya kung ikaw ay eligible.

Libreng-tawag: 1 866 866-0800

[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/income-assistance](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/income-assistance)

Maaari kang mag-apply para sa tulong sa kita online.

[myselfserve.gov.bc.ca](http://myselfserve.gov.bc.ca)



Ang immigration settlement agencies ay maaaring makatulong din sa iyo na ma-access ang tulong sa kita. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Mga permanent residents, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

### Kawalan ng Tirahan

Ang mga taong homeless ay walang lugar na matitirahan. Maraming dahilan kung bakit nagiging homeless ang mga tao. Maaaring hindi ligtas ang kanilang pakiramdam sa tahanan. Maaaring nawala ang kanilang tahanan dahil sa sunog, mga problema sa pera, o dahil naghiwalay ang pamilya. Maaaring wala silang pera na pambayad para sa isang lugar na matitirahan.

Kung wala kang ligtas na lugar na masisilungan, maaari kang magpunta sa isang emergency shelter. Libre ang mga emergency shelter. Ang mga taong nagtatrabaho sa isang emergency shelter ay maaaring makatulong sa iyo na maghanap ng bagong lugar na matitirahan. Makapagbibigay rin sila ng pagkain, kasuotan, shower, at iba pang mga bagay na maaaring kailanganin mo.

Ang BC Housing ay nagbibigay ng emergency shelters para sa sinumang homeless o maaaring mawalan ng kanilang tirahan.  
[bchousing.org/housing-assistance/homelessness-services/emergency-shelter-program](http://bchousing.org/housing-assistance/homelessness-services/emergency-shelter-program)

Pinapatakbo ng BC211 ang Shelter and Street Help Line upang matulungan ang mga tao sa Vancouver, Fraser Valley, at Victoria areas. Tumawag o mag-text sa 2-1-1  
[bc211.ca](http://bc211.ca) – I-search ang “shelter” at ang pangalan ng iyong komunidad

Kung may karahasan sa iyong pamilya at ang iyong tahanan ay hindi ligtas, tingnan ang pahina 97.

Makakatulong rin ang workers sa settlement agencies. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)





## Food banks

Kung hindi mo kayang bumili ng sapat na pagkain, maaaring eligible kang makatanggap ng libreng pagkain mula sa isang food bank. Maaari din itong mag-alok ng mga programa tungkol sa pagkaing mabuti para sa kalusugan, pagluluto, at pamamahala ng pera. Ang bawat food bank ay may iba't ibang mga serbisyo. Ang ilan ay makakatulong sa iyong maghanap ng ibang mga serbisyo sa komunidad.

Upang makatanggap ng pagkain, maaaring kailangan mong patunayan na hindi ka kumikita ng sapat na pera. Maaaring hilingin sa iyo sa food bank na ipakita ang iyong pay cheque, social assistance cheque, bank

statements, o child tax credit. Maaaring hilingin din sa iyo na magbigay ng patunay ng iyong address, tulad ng electrical bill na may pangalan at address mo.

Ang mga food bank ay hindi pinapalakad ng pamahalaan. Ang mga tao ay nagdo-donate (nagbibigay) ng pagkain at pera sa food bank. Ang kahit sino ay maaaring mag-donate. Makakahanap ka ng food bank donation boxes sa grocery stores, mga simbahan, community centres, at iba pang mga lugar.

Upang maghanap ng food bank sa iyong komunidad, kontakin ang Food Banks BC. Libreng-tawag: 1 855 498-1798  
[foodbanksbc.com](http://foodbanksbc.com)





## Tulong para sa mga pamilya

Sa Canada, ang mga bata ay may mga karapatan na mag-survive, mag-prosper, matupad ang kanilang buong potensyal, at maprotektahan ng mga nasa hustong gulang na may pagmamalasakit sa kanila. Mayroong mga batas na nagprotektka sa mga bata.

- Ayon sa batas ng British Columbia, ang mga magulang ay may pananagutan para pinansiyal na suportahan ang kanilang mga anak hanggang sila'y maging 19 na taong gulang. Sa B.C., ang age of majority (pagiging isang ligal na adult) ay 19 na taong gulang. Ang mga magulang ay maaari ding atasang suportahan ang mga anak pagkatapos nilang maging 19 na taong gulang.
- Maaari ka lamang gumamit ng puwersa upang disiplinahin ang mga batang lampas ng 2 taong gulang. Ang puwersang gagamitin mo ay dapat magaan.
- Hindi mo maaaring sugatan o saktan ang mga ari ng mga batang babae o mga kababaihan.
- Hindi mo maaaring ipagpalit o i-trade ang iyong mga anak o kanilang pagtatrabaho sa ibang tao para sa pera.

Ang mga magulang ay mayroon ding mga ispesipikong responsibilidad na magbigay ng pangangalaga at superbisyon para sa kanilang mga anak. Halimbawa, inirerekomenda ng Canada Safety Council na ang mga batang wala pang 10 taong gulang ay hindi iiwanan nang mag-isa sa tahanan o sa isang kotse, kahit sandali lamang. [canadasafetycouncil.org/child-safety](http://canadasafetycouncil.org/child-safety)

Ayon sa batas sa Canada, hindi mo kailangang pakasalan ang isang tao (o manatiling kasal sa kanya) kung hindi mo gusto. Hindi mo kailangan ng pahintulot mula sa iyong asawa o iyong pamilya upang makipaghiwalay o makipagdiborsyo.

Ang Parent Support Services Society ay nagbibigay ng suporta, impormasyon, edukasyon, workshops at resources sa mga magulang at mga lolo't lola sa buong province. Libreng-tawag: 1 877 345-9777

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

Ang Grandparents Raising Grandchildren ay isang support group para sa mga tao na nagpapalaki ng mga anak ng ibang miyembro ng pamilya.

Vancouver area: 604 558-4740

Libreng-tawag: 1 855 474-9777

[parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren](http://parentsupportbc.ca/grandparents-raising-grandchildren)

## Mga batang nangangailangan ng karagdagang suporta

Ang ilang mga pamilya ay may batang nangangailangan ng karagdagang pangangalaga. Ang isang bata ay maaaring mahuling matutoo ng ilang mga kakayahan (developmentally delayed). Ang isang bata ay maaari ding magkaroon ng sakit o kapansanan. Ang pamahalaan ng B.C. ay makakatulong sa mga pamilya na magbigay ng karagdagang pangangalaga sa mga bata. [gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/child-behaviour-development/assessing-child-development](http://gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/child-behaviour-development/assessing-child-development)

Ang Children and Youth with Special Needs Workers ay makakatulong sa mga pamilya. Maaari nilang bigyan ang mga pamilya ng mahalagang impormasyon at i-refer sila sa suporta ng pamahalaan at komunidad. Maghanap ng worker sa iyong lugar. [gov.bc.ca/gov/search?id=3101EE72823047269017D08E55AF6441&tab=1&q=special+needs](http://gov.bc.ca/gov/search?id=3101EE72823047269017D08E55AF6441&tab=1&q=special+needs)

Kung ikaw ay eligible para sa Affordable Child Care Benefit at mayroon kang anak na itinalagang Special Needs, maaaring kwalipikado ka para sa funding.

[gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit](http://gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit)



## Benefits para sa mga pamilya na may mga anak

Ang Canada Child Benefit ay isang buwanang bayad upang tulungan ang mga pamilya na may mga anak na wala pang 18 taong gulang. Upang maging kwalipikado, kahit 1 magulang man lamang ay dapat residente sa Canada. Libreng-tawag: 1 800 387-1193  
[canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html](https://canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html)

Ang B.C. Early Childhood Tax Benefit ay isang tax-free na buwanang bayad na ginagawa para sa mga eligible na pamilya upang tumulong sa gastos ng pagpapalaki ng mga maliliit na bata na wala pang 6 na taong gulang. Ang benefits mula sa programang ito ay isinasama sa federal Canada Child Benefit at B.C. family bonus program upang gawing isang buwanang bayad. Tumingin ng karagdagang impormasyon sa website.  
[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/family-benefits/bc-early-childhood-tax-benefit](https://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/family-benefits/bc-early-childhood-tax-benefit)

## Child care

### Mga uri ng child care

May 4 na mga uri ng child care sa B.C.

- Lisensiyadong child care
- Registered na hindi kailangan ang lisensiyang child care
- Lisensiya ay hindi kailangan na child care
- Pangangalaga sa sariling bahay ng bata

### Lisensiyadong child care

Ang lisensiyadong child care facilities ay mino-monitor at regular na iniinspeksyon ng regional health authority community care licensing programs. Dapat ay makatupad ang mga ito sa mga isinabatas na pamantayan para sa kalusugan at kaligtasan, mga kwalipikasyon ng mga tauhan, record keeping, espasyo at kagamitan, bilang ng mga bata at mga tauhan, at programming. Ang mga tauhan sa lisensiyadong child care facilities ay tinuruang mag-alaga ng mga bata. Dapat sundin ng facility operators ang Community Care and Assisted Living Act at ang Child Care Licensing Regulation.

### Registered na Hindi Kailangan ang Lisensiyang Child Care

Ang mga ito ay hindi lisensiyadong mga care provider na maaaring nakapagparehistro sa isang Child Care Resource and Referral Centre. Kung sila'y rehistrado, ibig sabihin nito'y nakumpleto nila ang:

- first aid training
- criminal record check para sa lahat ng tao na mahigit sa 12 taong gulang na naninirahan sa tahanan
- character references
- assessment ng kaligtasan ng tahanan
- child care training courses o workshops

Ang nakarehistrong mga care provider ay mayroon ding akses sa suporta, training, resources, at group liability insurance.

Kontakin ang Child Care Resource and Referral Centre (CCRR) sa iyong lugar. Matutulungan ka nila na maghanap ng lisensiyado o nakarehistrong, hindi kailangan ang lisensiyang mga child care provider na maaaring may open child care spaces sa iyong lugar. kina  
 Libreng-tawag: 1 888 338-6622  
[ccrr.bc.ca](https://ccrr.bc.ca)



### **Lisensiya Hindi Kinakailangan na Child Care**

Ang mga ito ay mga child care provider na ligal na makakapagbigay ng pangangalaga para sa 1 o 2 bata (o higit pa kung sila ay mula sa iisang pamilya), bukod pa sa sarili nilang mga anak. Hindi sila rehistrado sa CCRR, at hindi sila lisensiyado, mino-monitor o iniinspeksyon. Ang lisensiya ay hindi kinakailangan na mga child care provider ay hindi kailangang tumupad sa parehong mga pamantayan para sa kalusugan at kaligtasan tulad ng sa mga lisensiyadong provider. Ang mga magulang at guardian ang responsable sa pangangasiwa ng pangangalaga at kaligtasan ng kanilang mga anak kapag gumagamit ng lisensiya ay hindi kinakailangan na child care.

### **Pangangalaga sa Sariling Bahay ng Bata**

Ito ay kapag kumuha ang mga magulang ng child care sa tahanan – halimbawa, isang yaya o babysitter. Dapat magpasiya ang mga magulang o guardian kung paano pipiliin at iha-hire ang child care provider, na magiging empleyado nila. Sa ilalim ng kasunduang ito, kailangan ng tagapag-empleyo na:

- regular na magbayad sa Employment Insurance at sa Canada Pension Plan
- irehistro ang sitwasyon ng trabaho sa Revenue Canada at WorkSafeBC

Kumuha ng karagdagang impormasyon at mga detalye tungkol sa 4 na uri ng child care na ito.

[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/how-to-access-child-care/licensed-unlicensed-child-care](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/how-to-access-child-care/licensed-unlicensed-child-care)

### **Paghahanap ng child care**

Ang Childcare BC ay may impormasyon tungkol sa paghahanap ng child care sa iyong komunidad.

[gov.bc.ca/childcare](http://gov.bc.ca/childcare)

Mayroong Child Care Resource and Referral centres sa mga komunidad sa buong B.C. Bisitahin ang website ng pamahalaan ng B.C. upang hanapin ang pinakamalapit na centre. [gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “child care resource referral centre”

### **Affordable Child Care Benefit**

Ang Affordable Child Care Benefit ay tumutulong sa mga pamilyang magbayad para sa child care. Binabayaran ito bawat buwan. Ang halagang maaari mong matanggap ay nakadepende sa iyong kita, laki ng pamilya, at uri ng child care.

Bisitahin ang website upang malaman kung ikaw ay eligible, at upang mag-apply.

[gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit](http://gov.bc.ca/affordablechildcarebenefit)

Tawagan ang Child Care Service Centre para sa karagdagang impormasyon.

Libreng-tawag: 1 888 338-6622

Kontakin ang Child Care Resource and Referral Centre sa iyong lugar. Hanapin ang centre sa iyong komunidad.

[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “child care resource referral”

### **Pagsisimula ng iyong sariling child care program**

Kung magpapasiya kang magpatakbo ng child care program sa sarili mong tahanan, kailangan mong sundin ang mga patakaran at batas. Ang community Care and Assisted Living Act, ang Child Care Licensing Regulation, at ang direktor ng licensing standards of practice, ang naglalarawan ng requirements para sa licensed child care. Ang bawat health authority Community Care Facility Licensing program ang nagpoproseso ng mga aplikasyon at nag-iisyu ng lisensiya upang magpatakbo ng child care facility. Maaaring magbigay ang mga ito ng impormasyon tungkol sa pagsisimula.



Ang pamahalaan ng B.C. ay may impormasyon tungkol sa pagsisimula ng child care program.

- Lisensiyadong child care facility  
[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/licensed-child-care-facility](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/licensed-child-care-facility)
- Nakarehistrong, lisensiya ay hindi kinakailangan na child care program  
[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/rlnr-day-care](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/running-daycare-preschool/open-licensed-child-day-care/rlnr-day-care)

## Seniors' programs at benefits

### BC Seniors' Guide

Ang *BC Seniors' Guide* ay may impormasyon tungkol sa benefits, kalusugan, lifestyle, housing, transportasyon, pinansiya, kaligtasan, at seguridad para sa mga nakatatandang adult. Mayroon ding listahan ng resources, mga serbisyo, at mga programa. Ang guide ay makukuha sa Ingles, Pranses, Punjabi, Chinese, Korean, Vietnamese, at Farsi.  
[gov.bc.ca/seniorsguide](http://gov.bc.ca/seniorsguide)

Maaari kang mag-order ng libheng kopya ng *BC Seniors' Guide* sa pamamagitan ng pagtawag sa Office of the Seniors Advocate. Ang opisina ay bukas mula Lunes hanggang Biyernes, 8:30 a.m. hanggang 4:30 p.m.  
Victoria area: 250 952-3181  
Libheng-tawag: 1 877 952-3181

### Homecare

Ang mga taong may mga kapansanan at ang mga nakatatandang adult ay maaaring mangailangan ng karagdagang tulong sa kanilang pang-araw-araw na pamumuhay. Ang ilang mga tao ay maaaring umalis sa tahanan at lumipat sa isang lugar na nagbibigay ng tulong at medikal na pangangalaga. Ang mga lugar na ito ay tinatawag na “assisted living” o “long-term care homes”.

Ang ilang mga tao na nangangailangan ng karagdagang pangangalaga ay gustong manatili sa sarili nilang tahanan. Maaari silang makakuha ng tulong at medikal na suporta mula sa workers na pumupunta sa kanilang tahanan. Ang serbisyong ito ay tinatawag na homecare.





Maraming sitwasyon kung saan makakatulong ang homecare.

- Ang mga taong may mga kapansanan at ang mga nakatatandang adult ay maaaring kumuha ng homecare upang magawa nilang manatili sa sarili nilang mga tahanan hangga't posible.
- Ang mga taong nag-aalaga ng miyembro ng pamilyang may sakit o may kapansanan ay maaaring mag-hire ng homecare upang matulungan sila at makapagpahinga sila (respite).
- Minsan, ang mga taong may sakit ay maaaring tumanggap ng pangangalaga sa tahanan sa halip na pumunta sa ospital.
- Ang mga taong nalalapit sa katapusan ng kanilang buhay ay maaaring kumuha ng homecare. Ito'y tinatawag na palliative care.

Ang homecare services ay nagbibigay ng karagdagang tulong. Ang mga taong may homecare ay dapat kayang alagaan ang mga sarili nila nang may tulong mula sa pamilya, mga kaibigan, at kanilang komunidad.

Kung hindi mo kayang magbayad para sa homecare, maaaring bayaran (i-subsidize) ng pamahalaan ang ilan sa gastos. Para maging eligible para sa subsidized home and community care services, ikaw ay dapat:

- isang Canadian citizen o permanent resident (o mayroong temporary resident permit ng federal minister para sa immigration)
- nakatira sa B.C. nang kahit 3 buwan man lamang
- 19 taong gulang o mas matanda

[gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/home-community-care](http://gov.bc.ca/gov/content/health/accessing-health-care/home-community-care)

Ang homecare ay ibinibigay ng mga awtoridad sa kalusugan ng iyong lugar. Bisitahin ang website na ito at i-check ang mapa upang hanapin ang iyong awtoridad sa kalusugan. Kontakin ang Homecare office sa iyong lugar upang malaman kung ikaw ay eligible para sa home and community care services. [gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities](http://gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities)

Vancouver Coastal Health  
Vancouver area: 604 736-2033  
[vch.ca/your-care/home-community-care](http://vch.ca/your-care/home-community-care)

Fraser Health  
Libreng-tawag: 1 855 412-2121  
[fraserhealth.ca/Service-Directory/Services/home-and-community-care/home-and-community-care#.XqjeSy2ZOV4](http://fraserhealth.ca/Service-Directory/Services/home-and-community-care/home-and-community-care#.XqjeSy2ZOV4)

Island Health  
Victoria area: 250 370-8699  
Libreng-tawag: 1 877 370-8699  
[islandhealth.ca/our-services/home-care-services](http://islandhealth.ca/our-services/home-care-services)

Interior Health  
Kelowna area: 250 862-4200, at pindutin ang "2"  
[interiorhealth.ca/YourCare/HomeCommunityCare/Pages/default.aspx](http://interiorhealth.ca/YourCare/HomeCommunityCare/Pages/default.aspx)

Northern Health  
Prince George area: 250 565-2649  
Libreng-tawag: 1 866 565-2999  
[northernhealth.ca/services/home-community-care](http://northernhealth.ca/services/home-community-care)



## Malusog na pagkain para sa Seniors

Ang *Healthy Eating for Seniors* handbook ay may mga recipe, menu plan, at impormasyon tungkol sa magandang nutrition. Ang handbook ay makukuha sa Ingles, Pranses, Chinese, at Punjabi.  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) - I-search ang "Healthy Eating for Seniors Handbook"

Upang mag-order ng libreng kopya ng handbook, bisitahin ang [HealthLinkBC.ca](http://HealthLinkBC.ca). I-search ang "Resource Order Form" o tawagan ang HealthLink BC.  
 Libreng-tawag: 8-1-1  
 TTY: 7-1-1

## Pag-iwas sa pagkatumba

Ang pagkatumba ang pangunahing dahilan ng pinsala sa mga nakatatandang adult, at maaaring humantong sa pagpapaospital at pagdepende sa iba. Maiiwasan ang karamihan ng mga pagkatumba. Maiiwasan mo ang pagkatumba sa pamamagitan ng:

- pagkakaroon ng regular na pisikal na aktibidad upang maging malakas at gumanda ang balanse
- regular na pagpapatingin ng iyong mga mata
- pagpapasuri sa isang pharmacist o doktor ng iyong mga gamot
- paglilipat ng mga bagay kung saan maaari kang matapilok o madulas

Malaman nang higit pa ang tungkol sa kung paano maiiwasan ang pagkatumba at mapoprotektahan ang iyong kalusugan.

Ang BC Falls and Injury Prevention Coalition  
[findingbalancebc.ca](http://findingbalancebc.ca)

Ang pamahalaan ng B.C. ay may impormasyon tungkol sa pag-iwas sa pagkatumba.  
[gov.bc.ca/fallprevention](http://gov.bc.ca/fallprevention)

## Ability411

Ang Ability411 ay may impormasyon tungkol sa mga teknolohiya at kagamitan na makakatulong sa seniors sa B.C.  
[ability411.ca](http://ability411.ca)

## Mga taong may mga kapansanan

Ang mga taong may mga kapansanan ay maaaring may special needs para sa housing o mga trabaho. Kung mayroon kang kapansanan, makakahanap ka ng support programs sa iyong komunidad. Kontakin ang Disability Alliance BC.

Vancouver area: 604 872-1278  
 Libreng-tawag: 1 800 663-1278  
[disabilityalliancebc.org](http://disabilityalliancebc.org)

Ang pamahalaan ng B.C., Crown agencies, at corporations ay nag-aalok ng maraming suporta at serbisyo sa mga taong may kapansanan, kabilang ang mga pinansiyal na suporta sa pamamagitan ng tulong sa may kapansanan.  
[gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/services-for-people-with-disabilities](http://gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/services-for-people-with-disabilities)



## Suporta para sa mga taong LGBTQ2S+

Maraming organisasyon sa B.C. na sumusuporta sa mga indibidwal na lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, at Two-Spirit. Ang mga organisasyong ito ay may mga aktibidad, impormasyon, counselling, at iba pang mga uri ng tulong. Matutulungan ka ng mga ito sa iba't ibang mga wika. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa LGBTQ2S+, tingnan ang pahina 155.

Sa Vancouver area, kontakin ang B.C.'s Queer Resource Centre (Qmunity).  
Vancouver area: 604 684-5307  
[qmunity.ca](http://qmunity.ca)

Ang mga kabataan na LGBTQ2S+ ay makakakuha ng impormasyon at payo mula sa Pride Education Network.  
[pridenet.ca](http://pridenet.ca)

Ang mga magulang ng mga batang LGBTQ2S+ ay makakakuha ng impormasyon at payo sa PFLAG (Parents, Families, and Friends of Lesbians and Gays).  
[pflagcanada.ca](http://pflagcanada.ca)

Maghanap ng PFLAG group sa iyong komunidad.  
[pflagcanada.ca/pflag-chapters/british-columbia](http://pflagcanada.ca/pflag-chapters/british-columbia)

## Ang Opisina ng Ombudsperson

Ang Opisina ng Ombudsperson ay makakatulong sa mga tao na lutasin ang mga problema sa mga serbisyo ng pamahalaan. Ito ay isang hiwalay at walang kinikilingang (hindi bias) opisina, na bahagi ng provincial legislature ng B.C. Kapag ang mga tao ay may mga reklamo tungkol sa mga serbisyo ng pamahalaan ng B.C., nag-iimbestiga ang Opisina ng Ombudsperson upang malaman kung ano ang nangyari. Mayroong interpretation services sa mahigit sa 150 wika. Ang lahat ng mga serbisyo ay libre. Libreng-tawag: 1 800 567-3247  
[bcombudsperson.ca](http://bcombudsperson.ca)

## Legal na tulong

Para sa impormasyon tungkol sa mga batas at lugal na tulong sa B.C., pakitingnan ang pahina 127-134.





# PAGMAMANEHO

## **Mga Kahulugan**

### **Insurance**

Basic insurance  
Bumili ng karagdagang insurance

### **Driver's licence**

Driver's licence mula sa ibang bansa  
Mag-apply para sa bagong driver's licence  
Mga driving school

### **Mga Batas sa Trapiko**

Ligtas na pagmamaneho  
Mapanganib na pagmamaneho  
Mga espesyal na lane

Traffic tickets  
Parking tickets

### **Mga banggaan**

Pag-uulat sa ICBC

### **Paano bumili ng kotse o truck**

Kapag bibili mula sa isang licensed dealer  
Kapag bibili ng second-hand na sasakyan mula sa ibang tao  
Mga warranty  
Pagkuha ng loan

### **Mga sasakyan mula sa labas ng B.C.**

**Car rentals at car sharing**



## Mga Kahulugan

**Expiry date** – kung kailan matatapos ang isang bagay. Ang mga driver’s licence at insurance ay mag-e-expire sa isang takdang petsa. Kapag lumipas na ang mga ito sa expiry date, labag na sa batas na gamitin ang mga ito. Kakailanganin ng mga driver na i-renew ang kanilang lisensiya o insurance bago sila makakapagmanehong muli.

**Insurance** – isang kontrata kung saan nagbabayad ang isang tao ng pera sa isang kompanya upang protektahan ang isang bagay (tulad ng isang bahay o kotse). Kung masira ang bahay o kotse, ang insurance company ang magbabayad upang ipaayos o palitan ito.

**Impaired** – kapag ang pagpapasiya ng isang tao ay apektado ng alkohol, o ibang mga droga.

**Letterhead** – papel na may naka-print na pangalan at logo ng isang kompanya.

**Licence / license** – may 2 paraan upang baybayin ang salitang ito, at magkaiba ang ibig sabihin ng mga ito. Maaari kang **magkaroon** ng isang lisensiya (licence), at maaari kang **maging** lisensiyado (licensed).

- Kapag ang “licence” ay binaybay nang may “ce” sa dulo, ito ang card na inilalagay mo sa iyong wallet. Ipinapakita nito na may pahintulot kang magmaneho sa B.C.
- Kapag ang license ay binaybay nang may “se” sa dulo, inilalarawan nito ang isang taong may licence (pahintulot) – halimbawa, isang lisensiyadong car dealership.

**Lien** (binibigkas na “LEEN”) – isang legal na utang na nauugnay sa isang bagay, tulad ng isang kotse. Ang ibig sabihin ng lien ay kapag ibinenta ng may-ari ang kotse, dapat niyang bayaran ang perang inutang niya. Pagkatapos ay tatanggalin ang lien. Kung bibili ka ng sasakyan na may lien, ikaw ang responsable sa pagbabayad ng inutang na pera. Maaari mong i-check kung may lien sa kotse bago mo ito bilhin.

**I-renew** – gawing pabaghuin ulit ang isang bagay. Kung ang iyong driver’s licence ay mag-e-expire sa Disyembre 31, dapat mo itong i-renew bago ka makapagmaneho sa Enero 1.



## Insurance

Ang Insurance Corporation of British Columbia (ICBC) ay pagmamay-ari ng pamahalaan ng B.C. Ang ICBC ay:

- nagbibigay ng basic vehicle insurance, at nangangasiwa sa insurance claims kung mabangga ka
- nagte-test ng mga bagong driver na gustong magkaroon ng B.C. licence, at nagbibigay ng mga lisensiya sa mga driver na lumipat dito mula sa ibang mga bansa
- kinukumpirma ang identidad ng isang tao kapag kumukuha siya ng BC Services Card, driver's licence, at health services card

Maraming kapaki-pakinabang na impormasyon sa website ng ICBC tungkol sa pagmamaneho sa British Columbia. Ang ilang impormasyon ay makukuha sa Chinese at Punjabi.

Libreng-tawag: 1 800 663-3051

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

### Basic insurance

Hindi ka dapat magmaneho nang walang insurance. Ang bawat kotse na rehistrado sa B.C. ay dapat may basic Autoplan insurance. Kung nakabangga ka, babayaran ng insurance ang sira sa kotse ng kabilang driver. Babayaran din nito ang mga medikal na gastos para sa sinumang nasaktan sa bangaan.

Maaari kang bumili ng Autoplan insurance para sa iyong sasakyan sa anumang opisina

ng Autoplan broker. Ang Autoplan brokers ay mga nagsasariling negosyo na nagbebenta ng ICBC vehicle insurance.

[icbc.com/locators](http://icbc.com/locators)

Mapoprotektahan ka lamang ng insurance kung binili mo ito bago mo nasira o nabangga ang iyong kotse.

Maraming bagay na nakakaapekto sa halaga ng iyong car insurance – kung sino ang nagmamaneho ng iyong kotse, kung saan ka nakatira, kung ginagamit mo ang iyong kotse para sa trabaho, at ang iyong driving record.

Mahalagang ilista ang pangalan ng lahat ng taong magmamaneho ng iyong kotse. Kung ang isang driver na hindi nakalista sa iyong insurance policy ay makakabangga habang minamaneho ang iyong kotse, maaaring mas malaki ang kailangan mong bayaran. Kausapin ang iyong Autoplan broker tungkol sa paglilista ng mga driver.

Kung lilipat ka sa B.C., maaaring kilalanin ng ICBC ang hanggang 15 taon ng iyong karanasan sa pagmamaneho sa ibang bansa. Kailangan mong dalhin ang iyong mga dokumento sa pagmamaneho sa isang ICBC driver licensing office.

[icbc.com/insurance/moving-travelling/Pages/Insurance-discount-for-new-residents.aspx](http://icbc.com/insurance/moving-travelling/Pages/Insurance-discount-for-new-residents.aspx)

Maaari kang magpa-book ng appointment online.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Book road test”





## Pagbili ng karagdagang insurance

Kung mabangga ka, maaaring hindi sapat ang basic insurance upang masakop ang gastos. Maaari kang bumili ng karagdagang insurance upang protektahan ang iyong sarili. Halimbawa, maaari kang bumili ng collision insurance upang masakop ang gastos sa sira sa iyong kotse, kahit na kasalanan mo ang banggaan. Tanungin ang iyong Autoplan broker tungkol sa karagdagang insurance.

## Driver's licence



### Driver's licence mula sa ibang bansa

Maaari mong gamitin ang iyong driver's licence nang hanggang 90 araw pagkalipat mo rito. Dapat kang mag-apply para sa iyong B.C. driver's licence pagkarating mo sa B.C. Maaaring kailangan mong hintayin ang iyong bagong lisensiya na dumating sa mail.

Kung ikaw ay bumibisita, maaari mong gamitin ang iyong hindi-B.C. driver's licence nang hanggang 6 na buwan. Pagkatapos ng 6 na buwan, kailangan mo ng isang valid B.C. driver's licence upang magmaneho dito.

May iba't ibang mga proseso ng pagkuha ng isang B.C. driver's licence. Ang proseso ay depende sa kung saan galing ang iyong orihinal na driver's licence. Ang mga driver mula sa ilang mga bansa ay maaaring makakuha ng driver's licence nang walang anumang karagdagang test. Maaaring

kailangan ng iba na pumasa sa knowledge, eyesight, at road tests.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Driver licensing”

Kung ang iyong lisensiya ay hindi nakasulat sa Ingles, kakailanganin mong magbigay ng pagsasalin-wika na ginawa ng isang aprubadong translator.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Language services”. Mag-scroll pababa sa “Document Translation”

Kapag nakuha mo ang B.C. driver's licence, hindi mo na magagamit ang iyong lumang lisensiya.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Moving to BC”

Ang mga estudyante ay hindi kailangang kumuha ng B.C. driver's licence kapag:

- sila ay mayroong valid driver's licence mula sa ibang bansa
- sila ay rehistrado bilang full-time na estudyante sa isang institution na nakalista sa webpage na ito: [tools.canlearn.ca/cslgs-scpsc/cln-cln/reea-mdl/reea-mdl-1-eng.do?nom-name=BC](http://tools.canlearn.ca/cslgs-scpsc/cln-cln/reea-mdl/reea-mdl-1-eng.do?nom-name=BC)

Ang temporary foreign workers sa Seasonal Agricultural Workers Program ay maaaring gumamit ng valid driver's licence mula sa ibang bansa nang hanggang 12 buwan. Pagkatapos ng 12 buwan, mangangailangan ka ng isang B.C. driver's licence.

Kapag ikaw ay nagmamaneho, laging dalhin ang iyong driver's licence. Maaaring hilingin ng pulis na makita ito.

Pag-aralan ang mga patakaran sa pagmamaneho at road signs sa British Columbia. Ang ilan ay maaaring kapareho ng mga patakaran at road signs sa kung saan ka natutong magmaneho. Ang ilan ay maaaring naiiba. Maaari kang kumuha ng practice test online.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Practice knowledge test”



Ang Learn to Drive Smart ay may impormasyon tungkol sa mga patakaran, signs, signals at mga marka sa daan sa B.C. [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Learn to Drive Smart”

Maaari mo ring gawin ang practice test sa iyong smartphone. I-download ang Learn to Drive Smart app mula sa app store.

## Mag-apply para sa bagong driver's licence

- Upang mag-apply para sa isang B.C. driver's licence, ikaw ay dapat 16 na taong gulang o mas matanda.
- Kung wala ka pang 19 na taong gulang, mangangailangan ka ng pahintulot mula sa iyong magulang o ligal na guardian. Maaari ka niyang samahan sa driver licensing office, o maaari kang magdala ng pinirmahang consent form.
- Maaari kang mag-apply para sa driver's licence sa pamamagitan ng pag-book ng appointment sa isang ICBC driver licensing office. Bisitahin ang [icbc.com](http://icbc.com) at i-search ang “Find a service location”.
- Mangangailangan ka ng 2 ID.
- Kailangan mo ng iba't ibang mga uri ng lisensiya upang magmaneho ng iba't ibang mga uri ng sasakyan sa B.C. Halimbawa, ang mga kotse, mga motorsiklo, mga bus, mga malalaking truck, at mga taxi ay may iba't ibang mga lisensiya.

## Graduated Licensing Program

Ang B.C. ay may Graduated Licensing Program. Dapat kang pumasa sa ilang mga level upang makuha ang mga ganap na karapatan sa pagmamaneho. Kung ito ang iyong unang driver's licence, dapat mo munang matutunan ang basic skills at driving knowledge. Pagkatapos mong ipasa ang knowledge test, makaka-graduate ka patungo sa susunod na level. Ang programang ito ay makakatulong sa iyo na maging mas ligtas na driver. [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Graduated licensing”

## Learner stage



Ang unang gagawin upang makakuha ng B.C. driver's licence ay ang kumuha ng learner's licence. Dapat kang kumuha ng knowledge test upang ipakita na alam mo ang mga patakaran sa pagmamaneho sa B.C. Dapat mo ring ipa-test ang iyong paningin.

Maaari kang kumuha ng knowledge test sa Ingles, Arabic, Croatian, Farsi, Pranses, Punjabi, Russian, simplified at traditional Chinese, Espanyol, at Vietnamese. Kung ikaw ay nangangailangan ng translator, magtanong sa ICBC driver licensing office.

Ang learner's licence ay valid ng 2 taon. Dapat kang magpraktis na magmaneho gamit ang iyong learner's licence nang kahit man lamang 12 buwan bago mo kunin ang iyong road test. May ilang mga bagay na hindi ka pa pinahihintulutang gawin, tulad ng pagmamaneho sa pagitan ng hatinggabi at 5 a.m. Makakahanap ka ng listahan ng lahat ng mga patakaran para sa learner's licence online. [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Get your L”

## Novice stage



Kapag 1 taon ka nang nagmamaneho gamit ang iyong learner's permit, maaari mong kunin ang road test upang makuha ang iyong novice permit. [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Get your N”

Kailangan mong magpa-appointment upang kunin ang road test. Maaari mong i-book ang iyong appointment online.

Libreng-tawag: 1 888 715-7775

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Book road test”

Pagkatapos ng 2 taon na may novice licence, maaari mong kunin ang pangalawang road test at makuha ang full licence.



May mga fee para sa knowledge at mga road test. Pagkatapos mong pumasa sa road test, magbabayad ka ng isa pang fee para sa iyong driver's licence.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “fees”

## Driving schools

Kung hindi ka kailanman nagkaroon ng driver's licence, mainam na kumuha ng driving lessons. Ang ICBC ay may listahan ng inaprubahang training schools. Maaari kang makahanap ng driving instructor (teacher) na nagsasalita ng iyong wika.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Choose driving school”

## Driver Resources

May mahuhusay na driving resources online.

- [Ang drivebc.ca](http://Angdrivebc.ca) at [Shiftintowinter.ca](http://Shiftintowinter.ca) ay may up-to-date road conditions at tips sa pagmamaneho.
- [Sasabihin sa iyo ng drivebc.ca/directions.html](http://Sasabihin sa iyo ng drivebc.ca/directions.html) kung gaano kalayo ang ibang mga lungsod at towns, at kung gaano katagal magmaneho patungo doon.
- [Ang hellobc.com/british-columbia/transportation-maps/maps.aspx](http://Anghellobc.com/british-columbia/transportation-maps/maps.aspx) ay may mga mapa para sa mga lungsod at mga region sa buong British Columbia.

## Mga batas sa trapiko

### Ligtas na pagmamaneho

#### Mga seatbelt

Ang mga seatbelt ay maaaring magprotekta sa iyo nang hindi ka masaktan o mamatay kung ikaw ay nasa isang banggaan. Ang batas sa B.C. ay nagsasabi na ang lahat ng mga driver at mga pasahero (ibang mga tao sa iyong kotse) ay dapat magsuot ng seatbelt. Kung ikaw o ang iyong mga pasahero ay hindi nakasuot ng seatbelt, maaari kang bigyan ng pulis ng ticket. Kakailanganin mong magbayad ng multa.

#### Mga car seat ng bata

Ang maliliit na bata ay dapat umupo sa isang car seat ng bata. Hindi sila kailanman dapat kandungin ng isang adult.

Ang car seat ng bata ay dapat tumupad sa ilang takdang requirements. Ang iyong car seat ng bata ay dapat:

- tumutupad sa Canada Motor Vehicle Safety Standards
- inaprubahan ng Transport Canada
- bago, o halos bago. Ang mga car seat ng bata ay may expiry date. Ito ay karaniwang nasa gilid o likod ng upuan. I-check upang siguraduhing hindi pa nag-e-expire ang iyong car seat ng bata.
- maging Canadian. Kung ikaw ay bibili ng car seat ng bata sa labas ng Canada, maaaring hindi ito tumutupad sa mga regulasyon ng kaligtasan sa Canada.

Mayroon ding mga patakaran na nauukol sa paggamit ng mga car seat ng bata:

- Ang car seat ng bata ay dapat laging nasa upuan sa likod. Hindi ito kailanman dapat nasa upuan sa harap. Ito ay dahil may airbag ang upuan sa harap. Kung matatamaan ng airbag ang car seat ng bata, maaari itong maging sanhi ng mga seryosong pinsala.
- Ang mga bata na wala pang 9 na taong gulang ay dapat umupo sa isang car seat ng bata o booster seat.
- Ang mga bata sa pagitan ng 9 at 13 taong gulang ay dapat umupo sa upuan sa likod, hindi sa harap.



### Mga sanggol

- May espesyal na car seat ng bata para sa mga sanggol at maliliit na bata. Ito ay rear-facing (nakaharap sa likod ng kotse).
- Ang lahat ng mga sanggol na wala pang 12 buwang gulang na tumitimbang nang hanggang 9 kilograms (20 pounds) ay dapat umupo sa isang rear-facing na child car seat.



### Maliliit na bata

- Ang mga batang mahigit sa 12 buwang gulang at tumitimbang ng 9 hanggang 18 kilograms (20 hanggang 40 pounds) ay dapat umupo sa isang child car seat.
- Ang mga car seat ng bata ay dapat naka-install nang maayos (nakakabit) sa kotse. Ang nakaharap sa harapang mga car seat ng bata ay dapat laging may strap na nagkakabit sa upuan sa frame ng kotse. Tingnan ang mga tagubilin para sa car seat, o para sa kotse.



### Mga mas matatandang bata

- Ang booster seats ay ginagamit kasama ng mga regular na seatbelt. Ang mga ito ay para sa mga batang tumitimbang ng mahigit sa 19 kilograms (40 pounds). Ang mga batang wala pang 9 na taong gulang, o 145 centimetres (4 feet, 9 inches) ang tangkad, ay dapat gumamit ng booster seat.
- Ang lahat ng mga bata na 9na taong gulang o mas matanda ay dapat gumamit ng mga regular na seatbelt.



Ang BC Automotive Association (BCAA) ay may maraming impormasyon tungkol sa kaligtasan ng bata. Bisitahin ang website upang:

- hanapin ang tamang car seat para sa edad at laki ng iyong anak
- manood ng mga video tungkol sa kung paano i-install nang ligtas ang iyong car seat
- alamin ang tamang paraan upang i-buckle ang iyong anak sa upuan

Maituturo sa iyo ng BCAA Child Passenger Safety program kung paano iupo nang tama ang iyong anak sa child car seat. Maaring mayroon itong car seat checks (na tinatawag na "clinics") sa iyong komunidad. susuriin ng mga trained volunteer ang iyong car seat at ang owner's manual ng iyong sasakyan.

Libreng-tawag: 1 877 247-5551

[bcaa.com](http://bcaa.com) – I-search ang "Child car seat"



**Para sa karagdagang impormasyon**

- Ang ICBC ay may impormasyon tungkol sa mga car seat ng bata.  
[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Child car seats”
- Ang Transport Canada ay may impormasyon din tungkol sa mga car seat.  
[tc.gc.ca](http://tc.gc.ca) – Mag-scroll down sa “Kaligtasan ng Car Seatng Bata”

**Mapanganib na pagmamaneho**

**Pagmamaneho, alak, at droga**

Lubos na mahigpit ang mga patakaran sa B.C. tungkol sa alak, pagmamaneho, cannabis, at ibang mga droga. Kung magmamaneho ka kapag ikaw ay impaired (kapag ang iyong pagpapasiya ay apektado ng alak o ibang mga droga), maaari kang pahintuin ng pulis. Kakailanganin mong magbayad ng multa. Maaaring kunin sa iyo ang iyong kotse at driver’s licence. Maaari ka pang mabilanggo.

- [gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/road-safety-rules-and-consequences/drug-alcohol](http://gov.bc.ca/gov/content/transportation/driving-and-cycling/road-safety-rules-and-consequences/drug-alcohol)
- [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “alcohol impaired” at “drug impaired”

**Distracted driving**

Ang paggamit ng electronic device, tulad ng mobile phone, habang nagmamaneho ay labag sa batas sa B.C. Ito’y tinatawag na distracted driving. Ang distracted driving ay isa sa mga pangunahing dahilan ng mga banggaan sa B.C. Kapag nahuli kang gumagamit ng mobile phone o ibang electronic device habang nagmamaneho, maaari kang bigyan ng ticket at maaaring kailangan mong magbayad ng multa.  
[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Distracted driving”

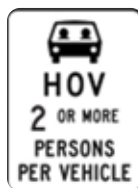
**Pagmamaneho nang mabilis**

Ang speeding ay pagmamaneho nang mas mabilis kaysa sa pinahihintulutan. Sa karamihan ng mga lungsod, ang speed limit sa mga pangunahing daan ay 50 kilometro bawat oras (km/h). Sa labas ng mga lungsod, ang speed limit ay karaniwang mas mataas. Tingnan ang speed limit signs. Ang speed limit ay karaniwang 30 km/h kapag malapit sa mga park at mga paaralan. Maaari kang bigyan ng ticket at maaaring kailangan mong magbayad ng multa kung mahuhuli kang nagmamaneho nang mabilis. Ang mga multang ito ay maaaring napakalaki. Kung hindi mo babayaran ang multa, hindi mo maaaring i-renew ang iyong driver’s licence.  
[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Speed”

**Mga espesyal na lane**

Sa ilang mga lungsod, may mga espesyal na lane para sa mga bisikleta. Maaaring mayroon ding mga espesyal na lane para sa mga bus at mga sasakyang may 2 o mahigit pang mga tao. Ang mga ito’y tinatawag na high-occupancy vehicle (HOV) lanes. Ang electric vehicles at mga motorsiklo ay maaaring pahintulutang gumamit ng ilang HOV lanes. Ang ilang mga highway ay mayroon ding HOV lanes.

Bigyang-pansin ang special lanes. Maaari kang bigyan ng ticket kung ikaw ay nagmamaneho sa maling lane.







## Mga traffic ticket

Kung mahuhuli kang nagmamaneho nang mabilis, lumulusot sa red light, gumagamit ng mobile phone o ibang electronic device habang nagmamaneho, maaari kang bigyan ng ticket at maaaring kailangan mong magbayad ng multa. Ang iyong driver's licence at ang iyong kotse ay maaari ding kunin sa loob ng isang partikular na panahon. Kung pinahinto ka ng pulis habang nagmamaneho ka, manatili sa iyong kotse. Pupuntahan ka ng pulis sa iyong kotse upang kausapin ka. Huwag lumabas sa kotse maliban kung hilingin niya sa iyong gawin ito.

Kung bibigyan ka ng ticket, huwag bayaran ang pulis. Maaari mong bayaran ang ticket:

- sa pamamagitan ng pagpapa-appointment sa anumang ICBC driver licensing office
- sa karamihan ng Autoplan brokers
- sa anumang ICBC claim centre
- sa isang provincial court registry

Maaari ka ring magbayad sa pamamagitan ng tseke, sa telepono, o online sa PayBC ([pay.gov.bc.ca](http://pay.gov.bc.ca)).  
[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Pay ticket”

Kung sa tingin mo ay mali ang ticket, maaari mong hilingin na kanselahin ito. Kailangan mong pumunta sa hukuman at ipaliwanag kung bakit sa palagay mo ay mali ang ticket. Kung sasang-ayon ang huwes sa iyo, hindi mo kailangang bayaran ang ticket.

Kung bibigyan ka ng ticket dahil sa isang driving offense, maaaring mas malaki ang ibayad mo para sa vehicle insurance. Maaari ding kunin sa iyo ang iyong driver's licence. Kung hindi mo babayaran ang iyong mga ticket, hindi ka pahihintulutang kumuha ng bagong driver's licence o insurance.

## Mga parking ticket

Tingnan ang mga sign sa kalye bago ka pumarada. Sasabihin sa iyo ng mga sign kung kailan at saan ka maaaring pumarada. Ang pagparada ay pinahihintulutan lamang sa ilang mga takdang panahon sa maraming mga lugar. Halimbawa, nakasulat sa ilang mga sign at parking meters na “No parking between 3 p.m. and 6 p.m.” Ang ilang mga paradahan ay may mga machine (mga metro) kung saan ka magbabayad para makaparada. Hindi ka maaaring pumarada sa harap ng mga hintuan ng bus o sa harap ng mga fire hydrant (mga water pipe para sa pagpatay ng sunog).





Ang ilang mga paradahan ay reserbado para sa mga taong may mga pampisikal na kapansanan.

May sign ang mga ito, at karaniwang malapit sa pasukan ng isang gusali. Ang mga taong may

disabled parking permit lamang ang pinahihintulatang pumarada rito. Kausapin ang iyong doktor kung kailangan mo ng permit.

Kung ikaw ay pumarada sa isang no-parking area, pumarada sa maling oras, o kulang ang ibinayad mo para sa isang paradahan, maaaring bigyan ka ng parking ticket at maaaring kailangan mong magbayad ng multa. Maaaring i-tow ang iyong kotse.

Kung na-tow ang iyong kotse, dapat kang magbayad upang makuha itong muli.

Kung binigyan ka ng parking ticket, dapat mo itong bayaran sa lalong madaling panahon. Sa ilang mga komunidad, madaragdagan ang babayaran mo (may late fee o multa) kung hindi mo babayaran ang ticket sa loob ng 14 araw.

## Mga banggaan

Kung ikaw ay nabangga, gawin ang sumusunod.

1. I-dial ang 9-1-1 kung may nasaktan.
2. Itabi ang inyong mga sasakyan (kung ligtas itong gawin).
3. Huwag pag-usapan kung sino o ano ang naging sanhi ng banggaan.
4. Isulat ang impormasyon na ito:
  - pangalan, address, at numero ng telepono ng bawat driver
  - ang driver's licence number ng bawat driver
  - ang licence plate number sa sasakyan ng bawat driver
  - ang impormasyon ukol sa insurance para sa mga sasakyan na hindi insured ng ICBC

- ang araw, petsa, at lokasyon ng banggaan
- ang mga kondisyon ng panahon
- ang direksyon ng pagbiyahe mo at ng sinumang ibang mga driver
- kung nasaan ka at ang anumang ibang mga sasakyan

5. Kung posible, kunan ng mga larawan ang sira ng sasakyan at ang lugar ng banggaan. Maaari mong gamitin ang iyong phone camera.
6. Ibigay ang iyong impormasyon sa kabilang driver.
7. Kunin ang pangalan, address, at numero ng telepono ng sinumang nakakita sa banggaan (witness o saksi).
8. Kung mayroon kang dash camera sa iyong sasakyan, maaari mong i-save ang video ng nangyayari bago ang banggaan, habang nangyayari ang banggaan, at pagkatapos ng banggaan.

## Pag-uulat sa ICBC

Kung ikaw ay nabangga, i-ulat ito sa ICBC. Ito'y tinatawag na insurance claim. Kung tatanggapin ang iyong claim, ang ICBC ang magbabayad upang ipaayos ang sira. Kung ikaw ay napinsala, tutulong ang ICBC upang masiguro na makukuha mo ang pangangalaga at suportang kailangan mo para sa iyong paggaling. Kung may sira sa iyong sasakyan, sasabihin din sa iyo ng ICBC kung paano makakuha ng estimate ng sira (magkano ang babayaran upang maipaayos ang iyong kotse) at kung saan ipapaayos ang iyong kotse.

Maaari kang tumawag sa ICBC 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Maaari ka ring mag-ulat ng ilang mga uri ng claim online. Nag-aalok ang ICBC ng libreng interpretation para sa 170 wika sa telepono. Mayroon din itong mga linya ng telepono para sa serbisyo sa Chinese at Punjabi.



Dial-a-Claim  
Metro Vancouver: 604 520-8222  
Libreng-tawag (B.C., Canada, at sa United States): 1 800 910-4222  
[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Report a claim”

## Pagbili ng kotse o truck

### Pagbili mula sa isang licensed dealer

Ang isang kompanyang nagbebenta ng mga sasakyan (mga kotse at mga truck) ay tinatawag na dealer o dealership. Ang dealerships ay nagbebenta ng mga bago at second-hand na sasakyan. Sa B.C., ang mga dealer na nagbebenta ng mga sasakyan sa publiko ay dapat lisensyado ng Vehicle Sales Authority (VSA). Ang licensed dealers ay dapat may VSA licence sa kanilang pinto. Dapat ay mayroon silang certificate sa kanilang opisina na madaling makita. Ang lisensiyadong salespeople ay may VSA licence card.

Maaari mo ring malaman kung ang isang dealer o salesperson ay rehistrado kung titingnan mo ito online.

[publicregistry.mvsabc.com](http://publicregistry.mvsabc.com)

Dapat sabihin sa iyo ng licensed dealer ang kasaysayan ng sasakyan. Dapat niyang tiyakin na tumutupad ang sasakyan sa *Motor Vehicle Act*. Kung ikaw ay bumibili ng sasakyan mula sa isang licensed dealer at nagkaproblema ka pagkatapos mo itong bilhin, maaaring matulungan ka ng VSA na lutasin ang problema.

Mag-search online upang humanap ng licensed dealer sa iyong komunidad. Ang karamihan ng dealers ay may website na may mga presyo at impormasyon tungkol sa kanilang mga sasakyan. Maaari ding i-advertise ng dealers ang kanilang mga sasakyan sa mga dyaryo at sa ibang mga website. Sinasabi sa batas na dapat ipakita ng dealers ang buong presyo sa advertisement.





Maaaring may karagdagang fees, tulad ng documentation fee. Ang karagdagang fees ay dapat ring ipakita sa advertisement. Siguraduhing magtanong tungkol sa karagdagang fees bago ka sumang-ayon sa final na presyo.

Bisitahin ang website ng Vehicle Sales Authority para makakuha ng karagdagang impormasyon kapag bibili ng mga sasakyan. May mga video sa English, Cantonese, Mandarin, at Punjabi. [mvsabc.com](http://mvsabc.com) – Sa ilalim ng “Consumer” menu, hanapin ang video na “Buying at a dealership”

### **Kapag bibili ng second-hand na sasakyan mula sa ibang tao**

Hindi mo kailangang pumunta sa isang dealership upang bumili ng kotse. Maaari ka ring bumili ng kotse nang direktso mula sa may-ari nito. Ang mga sasakyang ibinebenta ng may-ari ay naka-advertise sa mga dyaryo at sa Internet.

Mag-ingat — maraming taong nagsasabing ibinebenta nila ang kanilang sariling sasakyan ay “curbers”. Ang curbers ay mga hindi lisensiyadong dealer. Maaaring mas mababa ang mga presyo sa kanila, pero mas malaki ang tsansang malagay ka sa alanganin. Halimbawa, maaaring hindi ligtas ang sasakyan, o maaaring hindi sila ang may-ari nito. Hindi magkapareho ang legal requirements para sa curbers at licensed dealers. Kung mayroon kang problema sa isang sasakyan mula sa isang curber, hindi ka makakakuha ng tulong mula sa VSA.

#### **Bago ka bumili:**

- Mag-research at pag-aralan ang kotse na interesado ka. Siguraduhin din na lamain kung magkano ang maaari mong gastusin. Kung magbabago ang iyong pasiya, maaaring hindi mo maibabalik ang kotse o maaaring hindi ka makakakuha ng refund. Magpasiya kung anong klaseng sasakyan

ang kailangan mo bago ka pumirma ng kontrata. Isipin ang kaligtasan ng sasakyan, gas mileage, maintenance costs, at extra features (tulad ng air conditioning o back-up camera). Pagkumparahin ang mga kotse at mga presyo sa pamamagitan ng pagtingin sa Internet o pagpunta sa iba’t ibang mga dealer. Maaari kang makipagtawaran sa salesperson para makakuha ng mas mababang presyo.

- I-check ang history ng sasakyan upang malaman kung ito ay nasangkot sa isang aksidente o may iba pang mga problema. Maaari kang humingi ng report tungkol sa history ng sasakyan sa [icbc.com](http://icbc.com) o [carfax.ca](http://carfax.ca). May fee upang i-check ang history ng sasakyan. Kung bumibili ka mula sa isang licensed dealer, hilingin sa kanyang ipakita sa iyo ang history report ng sasakyan. Kung second-hand ang sasakyan, dapat kang magbayad sa isang kwalipikadong mekaniko na mag-iinspeksyon (magche-check) sa sasakyan para sa iyo.
- Laging i-test drive ang sasakyan bago mo ito bilhin. I-check ang mga gulong at subukan ang bawat feature (halimbawa, ang mga ilaw at windshield wipers). Kung hindi ka komportableng bumili ng sasakyan nang mag-isa, magsama ng isang kaibigang may experience sa pagbili ng mga kotse. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang Buying Guide section ng website ng Vehicle Sales Authority of British Columbia. [mvsabc.com](http://mvsabc.com) – Sa ilalim ng “Consumers” menu, hanapin ang Buying Guide Maaari ka ring kumuha ng impormasyon mula ICBC. [icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Buy used vehicle”
- Huwag magbayad ng deposito (bahagi ng bayad na paunang ibibigay) maliban kung ikaw ay sigurado na bibilhin mo ang sasakyan. Kung magbabayad ka man ng



deposit, itanong kung para saan ito at kung maibabalik sa iyo ang binayad mo. Ipalagay sa mga nakasulat na dokumento ang mahalagang impormasyon — halimbawa, isang resibong nagsasaad na binayaran mo ang deposit, at ang listahan ng terms and conditions.

- Kadalasang kumuha ng loan (utang) ang mga tao upang bumili ng kotse. Minsan, maaaring ibenta ng isang tao ang kanyang kotse bago niya matapos bayaran ang kanyang loan. Kung bibilhin mo ang kotse, maaaring kailangan mong bayaran ang loan ng taong nagbebenta. Ito'y tinatawag na lien. Dapat kang mag-search ng mga lien bago ka bumili ng kotse. Kakailanganin mo ang year, make (model), at vehicle identification number (VIN). May fee para sa pag-search ng lien. Ang serbisyon ito ay kasama sa isang CARFAX report. Ang licensed dealers ay hindi dapat magbenta ng mga sasakyan na may mga lien.

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

Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website ng BC Registry Services.

[bcregistryservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page](http://bcregistryservices.gov.bc.ca/bcreg/pprpg/ppsearch.page)

## Mga warranty

Kapag may warranty, nangangahulugang papalitan o aayusin ng dealer ang ilang mga piyesa nang libre o sa mas mababang presyo. Ang mga bagong kotse ay may warranty mula sa kompanyang gumawa sa mga ito. Ang mga second-hand na sasakyan ay maaaring may warranty mula sa dealership na nagbebenta nito. Maraming mga uri ng warranty, at iba't ibang mga bagay ang sakop ng mga ito. Bago ka bumili ng kotse, alamin kung may warranty, kung ano ang sakop nito, at kung gaano ito katagal.

## Pagkuha ng isang loan

Maaari kang humiram ng pera upang bumili ng sasakyan. Humingi ng car loan mula sa bangko o credit union. Maaari ka ring pahiramin ng pera ng dealership. Ito'y tinatawag minsan na “in-house financing”. Pagkumparahin ang interest rates sa iba't ibang mga lugar. Bago ka kumuha ng loan, siguraduhing basahin at unawain ang lahat ng terms and conditions. Kung kailangan mo ng tulong, kontakin ang iyong bangko o iyong settlement agency.

Bago ka pumirma sa kontrata o manehohin paalis ang sasakyan, siguraduhin na ang anumang mga pangako na ginawa ng salesperson at dealer ay nakasulat sa purchase agreement. Kumuha ng mga kopya ng lahat ng pipirmahan mo. Itago ang mga dokumentong ito sa isang ligtas na lugar. Huwag umalis sa dealership na may isang sasakyan kung ang terms ng loan o ang purchase agreement ay hindi final. Huwag magmadali kapag binabasa at pinipirmahan ang mga legal na dokumento. Kung mayroon kang na-miss, maaaring maubos ang oras mo o maaaring gumastos ng malaking peradahil dito sa hinaharap.

## Mga sasakyan mula sa labas ng B.C.

Kung ikaw ay bibili o magpapasok ng sasakyan mula sa labas ng B.C., dapat kang magbayad upang ipa-inspeksyon ito bago mo ito maiparehistro at maikuha ng insurance. Kumontak ng isang Autoplan broker upang malaman kung ano ang dapat mong gawin upang magpasok ng sasakyan (mag-import) sa B.C. Maaari mo ring bisitahin ang website ng ICBC.

[icbc.com](http://icbc.com) – I-search ang “Import vehicle”



## Car rentals at car sharing

Maaaring maging magastos na magmay-ari ng kotse. Kailangan mong magbayad para sa kotse, insurance, gas, at pangangalaga nito. Kung hindi mo kailangang gumamit ng sasakyan nang madalas, maaaring gusto mong magrenta ng kotse o sumali sa isang car share.

Maaari kang magrenta ng mga kotse, mga truck, at mga van mula sa isang rental company. Ang vehicle rental companies ay mga pribadong negosyo. Ang karamihan ng vehicle rentals ay naniningil ng pang-araw-araw na fee. Dapat ka ring magbayad para sa sarili mong gas at insurance. Hindi ka maaaring magrenta ng sasakyan nang walang insurance.

Sa isang car sharing network, ang mga kotse ay pagmamay-ari ng isang grupo ng mga tao, isang negosyo, o isang co-op. Magbabayad ka ng fee upang rentahan ang kotse. Maaari ka ring magbayad ng membership fee upang sumali sa network. Maaaring mas mura ang rental fee sa isang car sharing network kaysa sa pagbili ng sarili mong kotse. Kadalasan, ang car share company ang nagbabayad para sa gas, insurance, at maintenance.

Mag-search online para sa car rental at car sharing companies. Sa Vancouver area, bisitahin ang [translink.ca](http://translink.ca) at i-search ang “Car sharing”.





# PAGTATRABAHO AT NEGOSYO

## Mga Kahulugan

### Social Insurance Number

### Paghahanap ng trabaho

Saan maghahanap ng trabaho

### Paano mag-apply ng trabaho

Mga aplikasyon  
Mga Reference  
Mga criminal record check  
Mga resumé (biodata)  
Mga job interview  
Career profiles  
Mga serbisyo para sa skilled immigrants

### Pagiging sertipikadong magtrabaho sa B.C.

Kailangan ko bang maging sertipikado?  
Alamin kung kailangan mong maging sertipikado upang gawin ang iyong trabaho  
Pagiging sertipikado  
Paghihintay ng mga resulta  
Karagdagang Training  
Paano Makakuha ng Tulong

## Pagtatrabaho

Pagsali sa unyon  
Mga batas ukol sa pagtatrabaho  
Mga oras ng trabaho at overtime  
Time off  
Pagbabayad ng suweldo  
Mga pagbabawas  
Minimum wage  
Mga bata at trabaho  
Mga bakasyon  
Mga piyesta opisyal  
Pag-time off sa trabaho

## Kapag nawalan ka ng trabaho

Kapag Nasisante  
Kapag na-lay off  
Pag-quit  
Employment Insurance (EI)  
Tulong sa kita

## Kung ikaw ay nasaktan sa trabaho

## Diskriminasyon at panliligalig

## Pagsisimula ng iyong sariling negosyo



## Mga Kahulugan

**Certification** – Sa ilang mga trabaho, kailangang magkaroon ang mga manggagawa ng partikular na edukasyon o training. Ito ay tinatawag na “certification”. Ang mga taong hindi nagtataglay ng ganitong kaalaman ay hindi pinahihintulatang magtrabaho sa karera. Ang tao ay dapat sertipikado upang gawin ang mga trabahong ito.

**Katrabaho** – isang taong kasama mo sa trabaho.

**Kompensasyon** – bayad sa isang taong napinsala o nawalan ng trabaho.

**Kumpidensiyal** – kapag nagbabahagi ang isang tao ng impormasyon sa isa pang tao, at pinapanatiling pribado ang impormasyong iyon. Hindi ito ibabahagi sa kahit na sino.

**Empleyado** – isang taong nagtatrabaho para sa isang kompanya o isang tao.

**Tagapag-empleyo** – isang taong umupa ng tao upang magtrabaho para sa kanya.

**Magsisante** – pagtatanggal ng isang manggagawa sa kanyang trabaho.

**Pamamagitan** – pakikipagtulungan sa 2 tao o grupo upang makahanap ng solusyon para sa dalawang panig.

**Post-secondary** – pormal na edukasyon pagkatapos ng high school. Ito ay maaaring kolehiyo, unibersidad, o isang institution.

**Asawa** – asawang lalaki o asawang babae.

**References** – mga taong kilala mo at maaaring magrekomenda sa iyo bilang isang mabuting tenant o empleyado.

**Regulated na industriya** – trabaho na may mga ispesipikong panuntunan tungkol sa mga kwalipikasyon na kailangan ng mga tao upang magtrabaho sa industriya.

**Regulatory authority** – ang organisasyong nagtatakda ng mga panuntunan para sa isang industriya o isang trabaho.

**Pag-aalis, layoff** – kapag natapos ang isang trabaho, o kapag tinapos ng isang kompanya ang pagtatrabaho ng isang tao.





## Social Insurance Number

Mangangailangan ka ng Social Insurance Number (SIN) upang magtrabaho sa Canada. Kailangan mo rin ng SIN upang gumamit ng government programs at benefits.

Kontakin ang Pamahalaan ng Canada upang alamin kung paano mag-apply para sa iyong SIN at kung anong mga dokumento ang kakailanganin mo upang mag-apply.

[Canada.ca/social-insurance-number](http://Canada.ca/social-insurance-number)

Libreng-tawag: 1 866 274-6627

Ang iyong SIN ay kumpidensiyal (pribado). Ito ay may mahalagang impormasyon tungkol sa iyo. Alamin kung paano protektahan ang iyong SIN.

[esdc.gc.ca/en/sin/protect.page](http://esdc.gc.ca/en/sin/protect.page)

## Paghahanap ng trabaho

### Saan maghahanap ng trabaho

#### WorkBC

Ang WorkBC ay bahagi ng pamahalaan ng B.C. Maaari mong bisitahin ang website upang maghanap ng mga trabaho, at malaman ang iba't ibang mga karera. Maaari mo ring malaman ang ekonomiya, mga industriya, at job market sa B.C. Maaari kang makakuha ka ng impormasyon tungkol sa employment services at mga job training program na available sa iyo.

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

Maraming mga mapagkukunan para sa mga bagong dating sa B.C.

[workbc.ca/Resources-for/New-to-B-C.aspx](http://workbc.ca/Resources-for/New-to-B-C.aspx)

#### WorkBC Employment Services

Ang mga tauhan ng WorkBC Centre ay tumutulong sa mga tao na maghanap at mag-apply para sa mga trabaho. Mayroon silang libreng resources na magagamit mo upang maghanap ng trabaho. Minsan, nagbibigay sila ng funding para sa mga bagay na maaaring kailanganin mo para sa trabaho, tulad ng bus pass o work boots.

Maaari silang magbigay ng skills training at mga oportunidad sa work experience. Ang mga taong gumagamit ng mga serbisyo sa WorkBC Centre ay maaaring karapat-dapat para sa tulong sa mga pang-araw-araw na gastos.

Ang WorkBC Centres ay nagbibigay ng:

- pagpapalano, suporta, at mga workshop upang matulungan kang maghanap ng trabaho
- training upang pahasayin ang iyong skills
- karanasan sa trabaho
- mga serbisyo para sa mga taong gustong magtrabaho para sa kanilang sarili
- tulong sa paghahanap ng mga trabaho, paghahanda ng resumé, pag-contact sa mga tagapag-empelyo, at paghahanda para sa isang job interview
- assistive technology at iba pang mga suporta para sa mga taong may mga kapansanan
- pinansiyal na suporta upang lumahok sa mga serbisyo at upang magsimula sa trabaho, kabilang ang child care, transportasyon, mahahalagang damit at tools sa trabaho, at interpretation ng wika

Hanapin ang WorkBC Centre na pinakamalapit sa iyo.

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

#### Iba pang resources

- Kausapin ang iyong lokal na settlement agency. Maaaring mayroon silang mga workshop tungkol sa job search skills, mga karapatan at responsibilidad ng mga empleyado, at ang kultura sa lugar ng trabaho sa Canada. Ang settlement agencies ay may mga workshop sa maraming wika. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
- Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)



- Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)
- Ang WorkBC Job Board ay may job postings at impormasyon tungkol sa karera.  
[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs.aspx)
- Ang website ng federal Job Bank ay mayroon ding job postings at impormasyon tungkol sa karera.  
[jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca)
- Maaaring eligible ka para sa employment programs upang matulungan kang maghanap ng trabaho.  
[workbc.ca/Employment-Services/Labour-Market-Programs.aspx](http://workbc.ca/Employment-Services/Labour-Market-Programs.aspx)
- Ang Skilled Immigrant InfoCentre ay may impormasyon at employment programs. Maghanap ng impormasyon online o bumisita nang personal. Ang opisina ay nasa Vancouver Public Library. Address: 350 West Georgia Street, Vancouver  
Website: [pwp.vpl.ca/siic](http://pwp.vpl.ca/siic)
- Sabihin sa mga kaibigan, mga kamag-anak, mga guro, mga kapitbahay, at mga counsellor na naghahanap ka ng trabaho. Maaari silang magbahagi ng mga ideya o maaaring ipakilala ka nila sa mga tagapag-empleyo.
- Ang dyaryo sa iyong lugar ay maaaring mayroong job postings. Basahin ang Classified section. Maaari ka ring maghanap sa Classified section sa website ng dyaryo.
- Ang ilang mga negosyo ay nagpapaskil ng signs sa mga pinto at mga bintana na nagsasabing naghahanap sila ng mga manggagawa. Maraming mga shop, mga cafe, at mga restaurant ang gumagawa nito. Hanapin ang signs na nagsasabing, “help wanted”, “hiring”, o “seeking”. Ang ilang mga negosyo ay maaari ding magpaskil ng signs sa mga library, recreation centres, at grocery stores.
- Kung mayroon kang isang gustong kompanya, maaari kang magtanong kung sila ay nagha-hire. Maaari mong bisitahin ang kanilang opisina, tawagan sila sa telepono, o padalhan sila ng email.
- Maraming malalaking kompanya ang may special departments (mga team) na nagha-hire ng mga bagong manggagawa. Ito ay tinatawag na personnel o human resources (HR) department. Halimbawa, ang isang hospital, hotel, o paaralan ay maaaring may HR department. Upang humanap ng mga trabaho sa mga malalaking kompanya, kontakin ang HR department.
- Ang Public Service sector ay ang pinakamalaking tagapag-empleyo ng B.C. Bisitahin ang website upang malaman ang mga oportunidad sa karera at upang makita ang job postings.  
[gov.bc.ca/gov/content/careers-myhr/job-seekers](http://gov.bc.ca/gov/content/careers-myhr/job-seekers)
- Kung kailangan mong maghanap ng skilled employment sa B.C na ginagamit ang iyong edukasyon at experience mula sa iyong pinanggalingang bansa, ang Career Paths for Skilled Immigrants program ay maaaring makatulong.  
[welcomebc.ca/Work-or-Study-in-B-C/Work-in-B-C/Employment-Language-Programs](http://welcomebc.ca/Work-or-Study-in-B-C/Work-in-B-C/Employment-Language-Programs)

## Paano mag-apply ng trabaho

### Mga aplikasyon

Inaasahan ng karamihan ng mga kompanya na magkukumpleto ka ng isang aplikasyon. Kakailanganin mong ibigay ang iyong address, numero ng telepono, mga dating trabaho, at references (contact information ng mga dati mong tagapag-empleyo). Siguraduhin na hawak mo ang lahat ng impormasyon na kailangan mo bago mo punan ang isang application form. Tatanggapin ng ilang mga kompanya ang iyong aplikasyon nang personal. Ang iba ay tatanggap lamang ng mga aplikasyon online.



Ang website ng WorkBC ay may impormasyon tungkol sa mga aplikasyon para sa trabaho. Maaari kang matuto tungkol sa pagsusulat ng resumé, paghahanda para sa isang interview, networking (pakikipagkilala sa mga taong maaaring makatulong sa iyong maghanap ng trabaho), at paggamit ng social media upang maghanap ng mga trabaho.

[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx)

## Mga reference

Bago ka magsimulang maghanap ng trabaho, maghanap ng ilang references. Ang references ay mga taong kilala mo at maaaring makapagrekomenda sa iyo para sa isang trabaho. Maaaring kontakin ng mga tagapag-empleyo ang iyong references upang magtanong tungkol sa iyong mga kwalipikasyon. Kakailanganin mong ibigay ang kanilang mga pangalan at contact information (numero ng telepono at email address) kapag nag-a-apply ka para sa isang trabaho. Tanungin ang mga dating tagapag-empleyo at mga landlord kung maaari silang maging reference mo.

Kung ikaw ay bago sa Canada, maaaring wala kang sinumang references dito. Ang pagboboluntaryo ay maaaring makatulong sa iyong makakuha ng work experience sa iyong lugar at makakilala ng mga taong magiging reference mo. Para sa impormasyon tungkol sa pagboboluntaryo, tingnan ang pahina 33.

Matutulungan ka ng WorkBC Centre na maghanap ng volunteer experience.

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

## Mga criminal record check

Maaaring humingi ng criminal record check ang ilang mga tagapag-empleyo. Ang criminal record check ay isang opisyal na report mula sa pulis. Ipinapakita nito kung ikaw ay na-convict (natuklasang guilty o nagkasala) dahil sa

isang krimen (paglabag sa batas). Kung ikaw ay may criminal record, makakahanap ka pa rin ng trabaho. Gayunpaman, ang ilang mga tagapag-empleyo ay hindi magha-hire ng mga taong may mga criminal record—halimbawa, mga paaralan at child care na kompanya. Maaari kang mag-apply para sa isang criminal record check online.

[justice.gov.bc.ca/eCRC/home.htm](http://justice.gov.bc.ca/eCRC/home.htm)

## Mga resumé (biodata)

Maraming kompanya ang humihingi ng isang resumé at cover letter kapag nag-apply ka para sa isang trabaho. Ang resumé ay naglalarawan ng iyong karanasan sa trabaho at edukasyon. Sinasabi rito kung kailan ka nagkaroon ng trabaho at kung ano ang ginawa mo. Ang format at content ng mga resumé ay maaaring magkakaiba depende kung para sa aling mga uri ng mga trabaho ka nag-a-apply.

Ang cover letter ay isang maikling sulat para sa tagapag-empleyo. Dapat mong isulat kung bakit gusto mo ang trabaho at kung bakit sa palagay mo ay magiging mabuti ka para dito. Ang cover letter ay napakahalaga. Makikilala ka nang mas mabuti ng tagapag-empleyo sa tulong nito. Ipinapakita rin nito kung gaano ka kahusay makipagkomunika. May mga natatanging patakaran para sa isang cover letter. Halimbawa, ang cover letter ay dapat 1 pahina lamang o mas maikli. Dapat ding makita rito ang iyong buong contact information – ang iyong pangalan, numero ng telepono, e-mail, at address sa tahanan.

Alamin kung paano gustong matanggap ng kompanya ang iyong resumé at cover letter – sa e-mail, sa pamamagitan ng isang website, o naka-print sa papel.

Pumunta sa website ng WorkBC upang malaman kung paano isulat ang iyong resumé at cover letter.

[workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx)



Ang WorkBC Centres ay nag-aalok din ng mga libreng workshop. Bisitahin ang website upang humanap ng centre malapit sa iyo. [WorkBCCentres.ca](http://WorkBCCentres.ca)

Ang job search section ng Job Bank ng Canada ay may impormasyon tungkol sa pagsusulat ng resumé.

[jobbank.gc.ca/findajob/resume-builder](http://jobbank.gc.ca/findajob/resume-builder)

### Mga job interview

Kung kwalipikado ka at nagustuhan ng tagapag-empleyo ang iyong resumé at cover letter, maaari ka nilang imbitahin sa isang interview. Ito ay isang meeting upang mas makilala ka ng tagapag-empleyo. Ang mga interview ay karaniwang isinasagawa sa lokasyon ng tagapag-empleyo, pero maaari ding gawin ang mga ito sa telepono o online. Tatanungin ka ng tagapag-empleyo tungkol sa iyong edukasyon, skills, at work experience. Maaari silang magtanong ng mga bagay tulad ng:

- Bakit gusto mong magtrabaho dito?
- Sa palagay mo, bakit ikaw ang pinakaangkop na tao para sa trabaho?
- Magbanggit ka nga ng ilang bagay tungkol sa iyong sarili.
- Magbanggit ka nga ng ilang bagay tungkol sa mga dating mong naging trabaho.

Nais ng mga tagapag-empleyo na ipaliwanag mo ang iyong skills. Magpraktis sa pagsagot sa mga katanungan bago ang interview.

Nais din ng mga tagapag-empleyo na maging interesado ka sa kanilang negosyo. Bago ang iyong interview, alamin kung ano ang ginagawa ng kompanya.

Sa interview, maaari ka ring magtanong sa tagapag-empleyo. Magtanong tungkol sa mga tungkulin sa trabaho, suweldo, mga oras ng trabaho, benefits, at panahon ng bakasyon.





Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga resumé, cover letter, at mga job interview, tingnan ang website ng WorkBC. [workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Find-Jobs/Power-up-your-job-search.aspx)

Mayroon ding impormasyon sa website ng Job Bank ng Canada. [jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca) – Mag-click sa “Job search” at “Career planning” sa menu

### Career profiles

May impormasyon ang WorkBC tungkol sa mahigit 500 iba't ibang trabaho. Sinasagot nito ang maraming mga tanong tungkol sa mga ispesipikong trabaho at karera sa B.C. Malalaman mo ang mga kondisyon sa trabaho, at requirements sa trabaho, mga suweldo, at marami pa. [workbc.ca/Jobs-Careers/Explore-Careers.aspx](http://workbc.ca/Jobs-Careers/Explore-Careers.aspx)

### Mga serbisyo para sa skilled immigrants

Maaaring magamit mo ang iyong skills, experience, edukasyon, at credentials upang magtrabaho sa Canada.

Matutulungan ka ng Skilled Immigrant InfoCentre na humanap ng impormasyon tungkol sa mga ispesipikong trabaho. Masasabihan ka nila tungkol sa iba't ibang mga oportunidad sa karera sa iyong field (industriya). Sinusuportahan din nila ang mga migrante na magsisimula ng negosyo. Maaari kang maghanap ng impormasyon online o bumisita nang personal. Ang opisina ay nasa Vancouver Public Library. 350 West Georgia Street, Vancouver [pwp.vpl.ca](http://pwp.vpl.ca)

Ang Career Paths for Skilled Immigrants ay tumutulong sa mga propesyonal na gamitin ang kanilang skills, training, at foreign qualifications para magtrabaho sa B.C. Matutulungan ka nilang makakuha ng mga trabaho na tumutugma sa iyong experience at background. Nag-aalok din sila ng:

- language training na may kinalaman sa trabaho
- career planning at coaching
- assessment (pagsusuri) ng credentials at experience
- pakikipagkomunika sa mga regulatory authority
- mga referral sa mga tagapag-employo at mga mentor
- pinansiyal na tulong para magbayad para sa professional training o mga lisensiya
- mga oportunidad para sa Canadian work experience – halimbawa, sa pamamagitan ng work-study programs o mga pansamantalang trabaho

Kung ang iyong okupasyon ay walang katumbas na trabaho sa B.C., o kung ang iyong mga kwalipikasyon ay hindi kinikilala sa B.C., matutulungan ka ng Career Paths for Skilled Immigrants na humanap ng ibang mga opsyon.

[WelcomeBC.ca](http://WelcomeBC.ca) – I-search ang “Career Paths for Skilled Immigrants”

## Pagiging sertipikado na magtrabaho sa B.C.

Ang ilang mga trabaho sa B.C. ay regulated. Ang ibig sabihin nito'y kailangan ng mga tao ng espesyal na edukasyon at training upang gawin ang mga trabahong ito, at kailangan nilang patunayan na mayroon sila ng kinakailangang skills at training. Ito'y tinatawag nasertipikasyon.

Kung gusto mong magtrabaho sa isang regulated na trabaho, kakailanganin mong ipakita na ang edukasyong natanggap mo ay tumutupad sa requirements sa Canada. Kakailanganin mong ipa-check ang iyong certification, at maaaring kailangan mong kumuha ng karagdagang edukasyon o training upang magtrabaho rito.



## Kailangan ko bang maging sertipikado?

Kung naaangkop sa iyo ang alinman sa mga ito, dapat mong alamin kung kailangan mong maging sertipikado para sa trabaho sa B.C.:

- nag-aral sa unibersidad
- nag-aral ng kolehiyo
- nagkaroon ng apprenticeship
- nakapagkumpleto ng certificate, diploma, o degree na may kinalaman sa iyong trabaho
- rehistradong gumamit ng title (halimbawa, Doctor o Professor)
- nangailangan ng isang lisensiya, pagpaparehistro, o certification para sa dati mong trabaho

Tandaan: May iba pang mga salita na nangangahulugang “certified”. Kabilang sa mga ito ang “awtorisado”, “designado”, “lisensiyado”, “miyembro”, o “rehistrado”.

## Alamin kung kailangan mong maging sertipikado upang gawin ang iyong trabaho

1. Pumunta sa [jobbank.gc.ca](http://jobbank.gc.ca)
2. I-click ang “Career Planning”, at pagkatapos ay i-click ang “Job Profiles”

3. I-type ang pangalan ng iyong trabaho / karera. May makikita kang listahan ng mga trabaho. Piliin ang pangalan ng trabaho na pinakakatulad ng sa iyo.
4. Susunod, piliin ang lugar: “Province of British Columbia”. I-click ang “Search”.
5. Sa ilalim ng pangalan ng isang trabaho, i-click ang “Requirements”. Basahin ang impormasyon tungkol sa “Professional certification and licensing”. Maaaring may makita kang link na tinatawag na “Regulatory body” (tinatawag ding Regulatory Authority). Ito ang opisinang gumagawa ng mga patakaran sa certification. I-click ang link upang humanap ng impormasyon tungkol sa pagiging sertipikado.
6. Sasabihin ng Job Bank kung ang iyong okupasyon ay regulated sa B.C.

Ang mga trabahong magkakapareho ang pangalan ay maaaring magkakaiba sa iba't ibang mga bansa. Maaaring maging mahirap na pagkumparahin ang mga ito. Ang mga trabaho na maaaring hindi nangangailangan ng certification sa ibang bansa ay maaaring mangailangan ng certification sa Canada. Maaari din itong mag-iba depende sa kung nasaang bahagi ka ng Canada, o kung para kanino ka nagtatrabaho (halimbawa, mga Health Care Assistant).





## Pagiging sertipikado

Upang maging sertipikado, dapat kang mag-apply sa wastong regulatory authority. Karaniwang sasabihin sa iyo sa website nito kung paano mag-apply. Kakailanganin mong magpadala ng mga opisyal na dokumento mula sa iyong bansa. Dapat mong simulan ang iyong aplikasyon sa lalong madaling panahon. Pahihintulutan ka ng ilang regulatory authorities na mag-apply bago ka pumunta sa Canada. Kung hindi, dapat kang mag-apply pagkarating mo.

1. Basahin nang mabuti ang tungkol sa pagpaparehistro at pagsali (“membership”) sa website.
2. Kontakin ang regulatory authority sa telepono o email. Magtanong tungkol sa iyong foreign documents at training.
3. Ihanda ang iyong mga dokumento para sa aplikasyon. Kausapin ang regulatory authority bago isalin o ipa-assess ang iyong mga dokumento. Maaaring may mga patakaran ang awtoridad tungkol sa kung saan pupunta para sa serbisyong ito.
4. Magtanong kung kailangan mong kumuha ng exam o magbigay ng reference mula sa iyong dating tagapag-empleyo.
5. Mangalap ng pera upang mabayaran ang mga gastos. Maaari itong magkahalaga ng mga ilang daan – o maging ilang libong – dolyar. Kung hindi sapat ang iyong pera, maaari kang kumuha ng low-interest loan na makakatulong sa iyong bayaran ang fees. Ang mga programang ito ay nagbibigay ng pinansiyal na tulong:
  - Ang Career Paths for Skilled Immigrants program  
[WelcomeBC.ca](#) – I-search ang “Career Paths for Skilled Immigrants”
  - Foreign Credential Recognition Loans
    - SUCCESS: [successbc.ca/fcr](#)
    - PICS: [pics.bc.ca/programs/employment/foreign-credential-recognition/](#)
    - ISSBC: [issbc.org/our-services/fcrloans](#)

## Paghihintay ng mga resulta

Ang pag-assess ng iyong aplikasyon ay maaaring abutin nang mga ilang buwan. Sa panahong ito, maaaring gawin ng regulatory authority ang mga sumusunod:

- kontakin ang iyong work references at mga dating tagapag-empleyo upang i-check ang iyong experience
- i-test ang iyong skills na may kinalaman sa trabaho
- makipanayam sa iyo
- humiling ng mga karagdagang dokumento o impormasyon

Dapat matanggap mo ang iyong certification bago ka ma-hire at magsimulang magtrabaho sa isang certified na trabaho sa B.C.

## Karagdagang Training

Maaaring kailangan mong kumuha ng karagdagang training upang magtrabaho sa isang certified na industriya sa B.C. Ito’y tinatawag na ‘upgrading’ o ‘bridge training’. Magtanong sa isang regulatory authority o tagapag-empleyo kung anong uri ng upgrading o bridging ang kakailanganin mo.

## Paano Makakuha ng Tulong

Ang Career Paths for Skilled Immigrants program ay makakatulong na mapa-assess at kilalanin ang iyong mga kwalipikasyon sa Canada. Makakatulong din ito sa iyong mag-apply para sa professional licences. Kung ang iyong okupasyon ay walang katumbas na trabaho sa B.C., o kung ang iyong mga kwalipikasyon ay hindi kinikilala sa B.C., matutulungan ka ng Career Paths for Skilled Immigrants na humanap ng ibang mga opsyon.  
[WelcomeBC.ca](#) – I-search ang “Career Paths for Skilled Immigrants”



Ang Skilled Immigrant InfoCentre ay makakapagbigay sa iyo ng impormasyon tungkol sa mga ispesipikong trabaho at oportunidad sa karera. Matutulungan ka rin nitong magsimula ng negosyo. Maghanap ng impormasyon sa website. Kung ikaw ay nakatira sa Vancouver area, maaari mong bisitahin ang opisina sa Vancouver Public Library.

350 West Georgia Street, Vancouver  
[pwp.vpl.ca/siic](http://pwp.vpl.ca/siic)

### Karagdagang Impormasyon

- Ang WelcomeBC ay may impormasyon tungkol sa mga regulated na trabaho at foreign credentials. Mababasa mo rin ang mga istorya ng mga imigrante at ang kanilang mga karanasan sa B.C.  
[welcomebc.ca/fqr](http://welcomebc.ca/fqr)
- Ang WorkBC ay may impormasyon tungkol sa employment at upgrading programs.  
[workbc.ca/labourmarketprograms](http://workbc.ca/labourmarketprograms)
- Kontakin ang isang WorkBC Centre upang magtanong tungkol sa foreign credential assessment. Susuriin nila ang mga educational program na kinuha mo sa labas ng Canada upang makita kung natutupad ng

mga ito ang requirements sa trabaho sa B.C.  
[workbc.ca/Employment-Services/WorkBC-Centres/Find-Your-WorkBC-Centre.aspx](http://workbc.ca/Employment-Services/WorkBC-Centres/Find-Your-WorkBC-Centre.aspx)

- Maaaring hilingin sa iyo ng regulatory authority na kumuha ng assessment mula sa isa sa mga organisasyong ito:
  - International Credential Evaluation Service (ICES)  
[bcit.ca/ices](http://bcit.ca/ices)
  - Canadian Information Centre for International Credentials  
[cicic.ca/2/home.canada](http://cicic.ca/2/home.canada)

### Iba Pang Resources

- Ang post-secondary institutions (mga kolehiyo at unibersidad) ay may career training at upgrading programs. Maaari kang mag-search sa internet para sa career training programs sa mga paaralan sa B.C. Kontakin ang paaralan nang direkta upang tanungin sila tungkol sa kanilang mga programa. Bago ka mag-sign up para sa isang programa, kontakin ang iyong regulatory authority. Tanungin kung matutupad ng programa ang kanilang mga requirement.





Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa post-secondary institutions, tingnan ang pahina 88.

[gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution](http://gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution)

- Matutulungan ka ng Canadian Language Benchmark programs sa iyong skills sa Ingles. Nag-aalok sila ng English assessments, mga klase, at special training. Matutulungan ka nilang matuto ng espesyal na Ingles na may kinalaman sa trabaho. Tanungin ang iyong regulatory authority kung anong klaseng English courses ang dapat mong kunin para sa certification. [language.ca](http://language.ca)
- Ang settlement agencies ay maaaring makapagbigay ng maiikling training courses upang matulungan kang humanap ng trabaho. Maaari silang magbigay ng libreng language training. Maaari ka din nilang matulungan na humanap ng mga tagapag-empleyo na nagbibigay ng special job training. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
  - Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student [welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Pagtatrabaho

### Pagsali sa unyon

Ang unyon ay isang grupo ng mga empleyadong nagtutulungan upang makipag-usap sa tagapag-empleyo. Ang mga unyon ay maaaring humiling ng mas maayos na mga suweldo, benefits, mga kondisyon sa trabaho, at marami pa. Tinutulungan ng mga unyon ang mga manggagawa na

lutasin ang kanilang mga problema sa mga tagapag-empleyo. Tumutulong rin sila kapag ang tagapag-empleyo ay lumabag sa batas o lumabag sa isang kontrata.

Upang magkaroon ng mga unyon sa lugar ng trabaho, dapat ay sertipikado ang mga ito. Ibig sabihin ay bumoto ang lahat ng mga manggagawa na suportahan ang unyon. Nagbabayad ang mga manggagawa ng dues (pera) upang maging bahagi ng unyon. Ang union dues ay awtomatikong kinakaltas (kinukuha) sa iyong mga pay cheque. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga kaltas, tingnan ang pahina 139.

Ang lahat ng mga empleyado ay may legal na karapatang sumali sa isang unyon. Sa ilang mga trabaho, dapat kang sumali sa unyon upang ma-hire.

Kung ikaw ay kasapi ng isang unyon at mayroon kang problema sa iyong tagapag-empleyo, kausapin ang unyon mo. Makikipagtulungan sa iyo ang isang tao mula sa unyon at kakausapin niya ang tagapag-empleyo tungkol sa iyong sitwasyon. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga unyon, kontakin ang BC Federation of Labour. Greater Vancouver: 604 430-1421 [bcfed.ca](http://bcfed.ca)

### Mga batas ukol sa pagtatrabaho

Ang Employment Standards Act ay isang batas na nagpoprotekta sa mga manggagawa sa British Columbia. Dapat sundin ng mga tagapag-empleyo ang batas na ito. Halimbawa, ayon sa batas, dapat pahintulutan ng mga tagapag-empleyo ang mga manggagawa na magkaroon ng 30-minutong hindi bayad na meal break sa loob ng 5 oras ng pagsisimula ng trabaho. Sinasabi rin sa batas na kung nag-quit ka sa iyong trabaho, dapat kang bayaran ng iyong tagapag-empleyo sa loob ng 6 araw para sa lahat ng mga oras na ginugol mo sa pagtatrabaho. Ang ibang mga batas ay nagpoprotekta sa mga karapatan ng mga manggagawa para sa iba pang mga bagay,



tulad ng overtime pay (mas malaking suweldo para sa karagdagang trabaho) at leave (bayad na time off sa trabaho). Ang Employment Standards Act ay para sa mga full-time, part-time, at casual na manggagawa.

Kung hindi tinutupad ng iyong tagapag-empleyo ang mga batas na ito, kausapin siya tungkol sa problema. Kung hindi malutas ang problema, kontakin ang iyong unyon o ang Employment Standards Branch. Libreng-tawag: 1 833 236-3700  
[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards)

Protektado ka kung magfa-file ka ng reklamo sa Employment Standards Branch. Hindi ka maaaring sisantehin (tanggalin) ng iyong tagapag-empleyo dahil nagreklamo ka. Hindi nila maaaring sabihing sisanantehin ka niya o hindi ka niya babayaran. Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website.  
[www2.gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-10-section-83](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-10-section-83)

Ang ilang mga manggagawa ay hindi protektado ng Employment Standards Act. Kabilang dito ang mga manggagawa sa mga self-regulated na propesyon – halimbawa, mga doktor, mga abogado, at mga accountant. Kabilang rin dito ang mga taong may sarili nilang negosyo.

Ang mga manggagawa ay maaaring i-hire bilang empleyado ng kompanya o bilang independent contractor. Ang independent contractors ay self-employed – nagtatrabaho sila para sa kanilang sarili. Minsan, hindi malinaw kung ang isang manggagawa ay isang empleyado ng kompanya o isang independent contractor. Naaapektuhan ng ugnayang ito ang mga karapatan ng empleyado. Maaaring hindi magkasundo ang kompanya at ang manggagawa tungkol sa ugnayang ito. Kung mangyayari ito sa iyo, kontakin ang Employment Standards Branch.

Kung ikaw ay bahagi ng isang unyon, hindi ka matutulungan ng Employment Standards Branch. Kung ikaw ay may problema, dapat mong kausapin ang isang tao sa iyong unyon. Tingnan ang Pagsali sa Unyon sa pahinang ito.

### Mga oras ng trabaho at overtime

Ang karaniwang oras ng pagtatrabaho sa British Columbia ay 8 oras bawat araw at 40 oras bawat linggo. Kung hihilingin sa iyo ng isang tagapag-empleyo na magtatrabaho nang mahigit sa 8 oras bawat araw, o mahigit sa 40 oras bawat linggo, dapat ka niyang bayaran ng mas mataas na rate. Ito'y tinatawag na overtime pay. Ang overtime pay ay isa't kalahati (1.5 times) ng iyong regular na kinikita bawat oras. Halimbawa, kung ang iyong regular wage ay \$16 bawat oras, ang iyong overtime wage ay magiging \$24 bawat oras.

Ang mga part-time o casual na manggagawa ay dapat makakuha ng overtime pay kung sila'y nagtatrabaho nang mahigit sa 8 oras sa isang araw. Hindi ka maaaring bayaran ng tagapag-empleyo ng mas mababa sa 2 oras ng trabaho, kahit na wala pang 2 oras ang oras ng pagtatrabaho. Kung hiniling sa iyo ng isang tagapag-empleyo na pumasok sa trabaho at ikaw ay pumasok, dapat ka niyang bayaran para sa kahit man lamang 2 oras.  
[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours)

Ang ilang mga trabaho ay hindi kailangang sumunod sa mga patakaran para sa mga oras ng trabaho at overtime. Kontakin ang Employment Standards Branch kung may mga tanong ka tungkol sa mga patakaran para sa iyong trabaho.

### Time off

Pagkatapos mong magtatrabaho ng 5 oras, dapat kang bigyan ng iyong tagapag-empleyo ng 30-minuon break. Hindi ka kailangang bayaran ng tagapag-empleyo para sa panahon ng iyong break.



Kung hiniling sa iyo ng iyong tagapag-employo na maging handang magtrabaho habang nasa break ka, o kung hiniling niya sa iyong bumalik sa trabaho bago matapos ang 30 minuto, dapat kang bayaran ng iyong tagapag-employo para sa panahong iyon.

Maaari kang mag-split shift. Ito'y isang shift na may mahabang hindi bayad na break sa gitna. Halimbawa, maraming empleyado sa restaurant ay nagtatrabaho nang 4 oras sa umaga at 4 oras sa gabi. Ang panahon sa pagitan ng pagsisimula ng iyong unang shift at pagtatapos ng iyong huling shift ay hindi maaaring higit sa 12 oras. Kung nag-split shift ka, dapat kang bayaran ng tagapag-employo nang kahit man lamang 2 oras ng trabaho para sa buong araw, hindi para sa bawat bahagi ng iyong shift.

Sa bawat linggo ng trabaho, dapat mayroon kang 1 break na tumatagal ng kahit 32 oras man lamang. Ang ibig sabihin nito ay kung hihilingin sa iyo ng tagapag-employo mo na pumasok ka ng 7 magkakasunod na araw sa isang linggo, dapat mong matanggap ang isa't kalahati ng iyong suweldo bawat oras para sa mga oras na ginugol mo sa pagtatrabaho sa iyong pinakamaikling araw. [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/hours)

## Pagbabayad ng suweldo

Ang karamihan ng mga manggagawa ay binabayaran bawat 2 linggo o dalawang beses sa isang buwan. Maaari kang bayaran ng iyong tagapag-employo gamit ang tseke. Maaari ka ring bayaran ng ilang mga tagapag-employo gamit ang direct deposit (ilalagay ang pera nang diretso sa iyong bank account). Dapat kang sumang-ayon sa kasulatan upang makatanggap ng direct deposit. Dapat kang bayaran ng iyong tagapag-employo sa loob ng 8 araw pagkatapos ng bawat pay period. Dapat ka niyang bigyan ng pay stub (record)

kasama ng bawat tseke. Dapat ipakita ng pay stub kung ilang oras ang ginugol mo sa pagtatrabaho, ang iyong pay rate, at mga oras ng overtime. Ipapakita rin nito ang kabuuang halaga ng suweldo na iyong kinita, mga kaltas (taxes at fees), at ang iyong net pay (ang perang matatanggap mo pagkatapos ilapat ang lahat ng mga kaltas). [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages)

## Mga pagbabawas

Ayon sa batas, dapat kaltasan (bawasan) ng isang tagapag-employo ang pera mula sa iyong paycheck upang bayaran ang ilang mga tax at mga programa. Maaaring kabilang dito ang:

- **Income tax:** Ang pamahalaan ng Canada ay nangongolekta ng taxes mula sa mga manggagawa upang bayaran ang mga pampublikong serbisyo.
- **Canada Pension Plan:** Ang Canada Pension Plan (CPP) ay isang programa ng pamahalaan ng Canada. Pinapalitan ng pension ang bahagi ng iyong kita kapag nag-retire ka at huminto sa pagtatrabaho. Kung kwalipikado ka, makatanggap ka ng mga buwanang pagbabayad habambuhay.

Kung mayroon kang tagapag-employo, aawasin niya ang kalahati ng iyong kontribusyon sa CPP mula sa bawat paycheque. Babayaran ng iyong tagapag-employoang isa pang kalahati ng iyong kontribusyon. Kung ikaw ay self-employed, babayaran mo ang buong kontribusyon. Nagbibigay rin ang pamahalaan ng pera sa programa. Ang halagang makukuha mo ay magdedepende sa kung gaano katagal kang nagtrabaho. Kung mamamatay ang isang contributor sa CPP, maaaring maging eligible ang kanyang asawa upang makuha ang kanyang CPP payments. Tinatawag ang mga ito na survivor benefits.



- **Employment Insurance (EI):** Ang Employment Insurance ay isang programa ng pamahalaan ng Canada. Tinutulungan nito ang mga manggagawang nawalan ng kanilang mga trabaho. Ang EI ay magbibigay sa iyo ng mga buwanang pagbabayad habang naghahanap ka ng bagong trabaho. Ang lahat ng mga taong nagtatrabaho sa Canada ay nagbabayad ng kaunting pera sa pondo ng EI. Ang mga pagbabayad sa EI (premiums) ay kinakaltas sa iyong buwanang paycheque. Nagbabayad rin ang mga tagapag-employo. Kung nawalan ka ng trabaho at ikaw ay nagbayad ng EI, maaaring kwalipikado ka para sa EI benefits (mga pagbabayad).
- **Mga taxable benefit:** Ang ilang mga tagapag-employo ay nagbibigay ng libreng benefits sa mga empleyado – halimbawa, paradahan, bus pass, o dental care. Ang libreng benefits ay itinuturing na parang bahagi ng iyong kita. Magbabayad ka ng tax para sa mga ito.
- **Union dues:** Ang mga unyon ay nangongolekta ng mga bayad (dues) mula sa mga miyembro. Kung ikaw ay nasa isang unyon at ang unyon ay may kasunduan sa iyong tagapag-employo, kakaltasin ang union dues sa iyong suweldo.
- **Mga boluntaryong pagbabawas:** Maaari mong hilinging bayaran ang mga karagdagang insurance plan o mga donasyon sa mga charity sa pamamagitan ng mga pagbabawas sa iyong paycheque. Boluntaryo ang mga kaltas na ito – hindi mo ito kailangang gawin. Dapat mong bigyan ang iyong tagapag-employo ng nakasulat na pahintulot upang gawin ang mga pagbabawas na ito. Maaari mo ring hilingin sa iyong tagapag-employo na awasin ng pera para sa ibang mga bagay, kabilang ang:
  - pay advances (mga sahod na binayaran bago ka magtrabaho)
  - mga bagay na binili mo mula sa tagapag-employo (halimbawa, kung nagtatrabaho

ka sa isang tire store at bumili ka ng mga gulong gamit ang credit)

- personal na paggamit ng property ng tagapag-employo (halimbawa, kung magrerenta ka ng isang sasakyan o apartment mula sa isang tagapag-employo)

Ang iyong tagapag-employo ay hindi maaaring magkaltas ng pera mula sa iyong suweldo upang mabayaran ang mga gastos sa negosyo. Halimbawa, ang isang tagapag-employo ay hindi maaaring magkaltas ng pera upang mabayaran ang pagkasira, pinsala sa property, o pagnanakaw. Hindi rin pinahihintulutan ang iyong tagapag-employo na hilingin sa iyong bayaran ang mga ganitong uri ng mga gastos.

Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang website ng Employment Standards Branch.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages/deductions](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/wages/deductions)

### Minimum wage

Ang minimum wage ang pinakamababang halaga na maaaring ibayad sa isang manggagawa bawat oras. Mula noong





Hunyo 2021, ang minimum wage sa B.C. ay \$15.20 bawat oras. Dapat bayaran ng mga tagapag-empleyo ang lahat ng mga manggagawa ng kahit minimum wage man lamang. Pare-parehong ganito ang sahod ng mga full-time, part-time, at mga casual na manggagawa.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa minimum wage, tingnan ang website ng Employment Standards Branch.

[Gov.bc.ca](#) – I-search ang “Getting paid for work”

Ang ilang manggagawa ay binabayaran ng isang “piece rate” o para sa bawat piraso. Ibig sabihin nito’y binabayaran sila para sa dami ng trabaho na kanilang nagagawa, at hindi sa bilang ng mga oras. Halimbawa, kung nagtatrabaho ka sa isang farm upang mamitas ng prutas, maaari kang bayaran para sa bawat pound ng prutas na pinitas mo. Kung isa kang writer, maaari kang kumita ng isang takdang halaga para sa bawat salita. Ano man ang paraan kung paano ka binabayaran, dapat kang bayaran ng minimum wage man lamang. Ang ilang manggagawa, tulad ng mga namimitas ng prutas o gulay, ay maaaring naiiba ang mga minimum wage. Itanong kung paano ka babayaran bago ka magsimulang magtrabaho.

## Mga bata at trabaho

Sinasabi sa batas ng Canada na ang mga batang wala pang 15 taong gulang ay hindi maaaring magtrabaho kapag oras ng pagpasok sa paaralan. Maaari lamang silang magtrabaho bago at pagkatapos pumasok sa paaralan. Upang mag-hire ng mga bata na wala pang 15 taong gulang, dapat kumuha ang isang tagapag-empleyo ng nakasulat na pahintulot (isang sulat) mula sa mga magulang. Ang mga bata na wala pang 12 taong gulang ay karaniwang hindi pinahihintulutang magtrabaho. Sila’y dapat mayroong child employment permit mula sa Employment Standards Branch.

Maaaring gumawa ng mga simpleng trabaho ang mga bata bago o pagkatapos pumasok sa paaralan – halimbawa, pag-deliver ng mga dyaryo o babysitting. Ang mga trabahong ito ay hindi sakop ng Employment Standards Act.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa pag-hire ng mga kabataan, tingnan ang website ng Employment Standards Branch.

[Gov.bc.ca](#) – I-search ang “Hiring young people”

## Mga bakasyon

Ang lahat ng mga manggagawa ay dapat makakuha ng kahit man lamang 2 linggo ng bayad na bakasyon pagkatapos magtrabaho nang 1 buong taon. Kung aalis ka sa iyong trabaho bago mo magamit ang iyong bakasyon, dapat kang bigyan ng iyong tagapag-empleyo ng karagdagang pera para sa vacation pay. Ang vacation pay ay dapat 4% man lamang ng iyong mga kinikita. Kapag 5 taon ka na sa trabaho, dapat kang makakuha ng 3 linggong bakasyon at 6% vacation pay.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga bakasyon, tingnan ang website ng Employment Standards Branch.

[Gov.bc.ca](#) – I-search ang “Vacations”

## Mga piyesta opisyal

Ang karamihan ng mga piyesta opisyal sa Canada ay itinatakda ng pamahalaan. Ang mga ito ay tinatawag na statutory holidays. Sa statutory holidays, hindi ka magtatrabaho, pero babayaran ka pa rin. May ilang requirements upang mag-apply ang mga patakarang ito. Halimbawa, dapat ay 30 araw ka nang nagtatrabaho para sa iyong tagapag-empleyo o higit pa. Dapat ay nagtrabaho ka sa kahit 15 araw man lamang sa 30 araw bago ang piyesta opisyal. Kung ikaw ay nagtrabaho sa isang statutory holiday, dapat kang bigyan ng iyong tagapag-empleyo ng time-and-a-half pay para sa lahat ng oras na ginugol mo sa pagtatrabaho, at pati na rin ang suweldo ng isang karaniwang araw. Ang time-and-a-half pay ay ang iyong



regular na suweldo bawat oras at kalahati nito. Halimbawa, kung kumikita ka ng \$16 bawat oras, ang iyong time-and-a-half ay magiging \$24 bawat oras. Ang suweldo ng isang karaniwang araw ay kung magkano ang karaniwan mong kinikita sa isang araw ng trabaho. Kung hindi ka magtatrabaho sa isang statutory holiday, makakatanggap ka pa rin ng suweldo ng isang karaniwang araw.

May 10 statutory holidays sa British Columbia:

- New Year's Day (Enero 1)
- Family Day (pangatlong Lunes sa Pebrero)
- Good Friday (Biyernes bago dumating ang Easter Sunday, sa Marso o Abril)
- Victoria Day (Lunes bago ang Mayo 24)
- Canada Day (Hulyo 1. Kung ang Hulyo 1 ay Linggo, ang statutory holiday ay magiging Hulyo 2)
- B.C. Day (unang Lunes sa Agosto)
- Labour Day (unang Lunes sa Setyembre)
- Thanksgiving (pangalawang Lunes sa Oktubre)
- Remembrance Day (Nobyembre 11)
- Christmas Day (Disyembre 25)

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa Statutory Holidays sa British Columbia, tingnan ang website ng Employment Standards Branch.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/statutory-holidays](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/statutory-holidays)

### **Pagkuha ng time off sa trabaho**

Ang mga empleyado ay maaaring mag-leave (mag-time off sa trabaho) para sa ilang mga dahilan. Kung kailangan mong mag-leave para sa 1 sa mga dahilang ito, hindi ka kailangang bayaran ng iyong tagapag-employo, pero maaari kang bigyan ng kaunting pera ng pamahalaan ng Canada.



### **Maternity at parental leave**

Ang maternity leave ay isang break mula sa trabaho para sa mga babaeng buntis. Ang mga babaeng buntis ay maaaring mag-maternity leave nang hanggang 17 linggo. Dapat itong magsimula sa araw ng o bago maipanganak ang sanggol. Kung kailangan mo ng maternity leave, dapat kang mag-apply sa lalong madaling panahon. Dapat mo itong hingin nang 4 na linggo man lamang bago mo gustong mag-leave.

Kung hindi makababalik sa trabaho ang isang babae dahil sa panganganak o termination (pagtatapos) ng pagbubuntis, maaari siyang mag-leave nang karagdagang 6 linggo.

Ang parental leave ay isang break mula sa trabaho para sa mga magulang na may



bagong sanggol. Ang mga babaeng nag-maternity leave ay maaaring mag-parental leave nang hanggang 61 linggo. Ang ibang mga magulang ay maaaring mag-parental leave nang hanggang 62 linggo. Ang mga magulang na nag-ampon ng isang bata ay maaari ding mag-parental leave.

Ang mga magulang ay maaaring mag-apply para sa Employment Insurance benefits habang naka-maternity at parental leave. Ibig sabihin nito ay bibigyan ka ng pamahalaan ng kaunting pera habang hindi ka nagtatrabaho. Ang parental benefits ay maaaring paghatian ng mga eligible na magulang.

Kailangang mag-apply ang mga magulang upang sila ay makatanggap ng EI maternity o parental benefits. Ang mga ito ay hindi awtomatikong binabayaran.

Para sa karagdagang impormasyon:

- Website ng B.C. Employment Standards Act [gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence)
- Buod ng EI Maternity at Parental Benefits [canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-maternity-parental.html](http://canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-maternity-parental.html)

## Compassionate care

### *Compassionate care leave*

Kung kailangan mong alagaan ang isang may sakit o naghihingalong kapamilya, dapat kang pahintulutan ng iyong tagapag-empleyo na mag-time off sa trabaho. Ito ay tinatawag na compassionate care leave. Hindi bayad ang compassionate care leave. May mga batas tungkol sa compassionate care leave. Maaari kang kumuha ng compassionate care leave nang hanggang 27 linggo sa loob ng 12 buwan. Dapat kang kumuha ng medical certificate na nagsasabing malaki ang panganib na mamatay ang iyong kapamilya sa loob ng 26 linggo.

Kumuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa compassionate care leave, at alamin kung ikaw ay eligible.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/time-off/leaves-of-absence)

## EI Caregiving benefits at leave

Ang ilang mga tao ay kailangang mag-time off sa trabaho upang alagaan o suportahan ang isang taong may malubhang sakit, napinsala, o naghihingalo. Maaari mong matanggap ang hanggang 55% ng iyong mga kinikita sa pamamagitan ng EI.

Bilang caregiver, hindi mo kailangang maging kamag-anak o tumira kasama ng taong inaalaan o sinusuportahan mo, pero kailangan ka niyang ituring na parang kapamilya.

May 3 uri ng benefits:

- Family caregiver benefit para sa mga bata
- Family caregiver benefit para sa adults
- Compassionate care benefits

Para sa karagdagang impormasyon at upang malaman kung eligible ka, bisitahin ang website ng Pamahalaan ng Canada. [canada.ca/en/services/benefits/ei/caregiving.html](http://canada.ca/en/services/benefits/ei/caregiving.html)

## Bereavement Leave

Ang isang tao ay maaaring mag-time off sa trabaho pagkatapos mamatay ng isang kapamilya. Ito'y tinatawag na bereavement leave. Ang mga empleyado ay maaaring mag-bereavement leave nang hanggang 3 araw. Ang bereavement leave ay hindi bayad. Ang miyembro ng pamilya ay dapat malapit na kamag-anak.

[gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-6-section-53](http://gov.bc.ca/gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/forms-resources/igm/esa-part-6-section-53)



### Sickness Benefits

Kapag ang mga tao ay nagkasakit, maaari silang mag-time off sa trabaho upang magpagaling. Ang isang taong hindi makapagtrabaho dahil sa personal na sakit o pinsala ay maaaring gumamit ng hanggang 3 araw na hindi bayad at job-protected na leave bawat taon.

Ang leave na ito ay nag-a-apply sa mga empleyadong nagtrabaho para sa kanilang tagapag-empleyo ng 90 araw man lamang. Kapag tinanong, dapat magbigay ang mga empleyado ng sapat na impormasyon upang makasiguroo ang kanilang tagapag-empleyo na sila ay may sakit o may pinsala, at samakatuwid ay kwalipikadong mag-leave.

Kung ikaw ay hindi makapagtrabaho dahil ikaw ay may sakit, may pinsala, o nasa quarantine, maaari kang mag-apply para sa Employment Insurance sickness benefits. [esdc.gc.ca/en/ei/sickness/index.page](https://esdc.gc.ca/en/ei/sickness/index.page)

### Family Responsibility Leave

Ang ilang mga manggagawa ay maaaring kailangang mag-time off sa trabaho upang alagaan ang isang may sakit na kapamilya. Maaaring kailangan nilang pumunta sa aktibidad sa paaralan ng kanilang anak. Ang mga tao ay maaaring mag-leave sa trabaho upang alagaan ang pamilya. Ito'y tinatawag na family responsibility leave. Ang mga tagapag-empleyo ay dapat magbigay sa mga manggagawa ng hanggang 5 araw na general family responsibility leave bawat taon. Hindi iniutos ng batas sa mga tagapag-empleyo na bayaran ang mga empleyado habang naka-family responsibility leave.

### Critical Illness at Injury Leave

Ang isang sakit o pinsala ay “malubha” kung posibleng mamatay ang tao. Ang mga empleyado ay maaaring mag-time off sa trabaho upang alagaan ang mga kapamilya na may malubhang sakit o pinsala. Ang critical illness and injury leave ay hindi bayad. Ang mga manggagawa ay maaaring

mag-leave nang hanggang 16 linggo upang alagaan ang isang adult na miyembro ng pamilya na may malubhang sakit o pinsala. Para sa isang bata, maaari silang mag-leave ng hanggang 36 linggo.

### Karahasan sa tahanan o sekswal na karahasan

Ang mga empleyadong nakakaranas ng karahasan sa tahanan o sekswal na karahasan ay maaaring mag-time off sa trabaho. Maaari silang mag-time off nang hanggang 5 araw na bayad, at mag-leave nang hanggang 5 araw na hindi bayad. Mayroong hanggang 15 linggo ng karagdangang hindi bayad na leave. Para sa karagdangang impormasyon tungkol sa karahasan sa tahanan o sekswal na karahasan, tingnan ang pahina 96.

## Kapag nawalan ka ng trabaho

### Kapag nasisante

Hindi maaaring sisantehin (tanggalin) ng isang tagapag-empleyo ang isang manggagawa nang walang dahilan. Dapat bigyan ng mga tagapag-empleyo ang empleyado ng nakasulat na paunawa (sulat o email) bago matapos ang trabaho. Kung hindi magbibigay ang tagapag-empleyo ng nakasulat na paunawa, kailangan niyang magbigay ng kompensasyon (karagdangang bayad). Maaaring kailangan din ng tagapag-empleyo na magbigay ng nakasulat na paunawa at kompensasyon. May mga patakaran tungkol sa kompensasyon at nakasulat na abiso.

- Kung ang isang tao ay nagtrabaho para sa isang tagapag-empleyo nang wala pang 3 buwan, hindi kailangang magbigay ng tagapag-empleyo ng nakasulat na abiso o kompensasyon. Ang unang 3 buwan ng trabaho ay karaniwang tinatawag na “probationary period”.
- Kung ang isang tao ay mahigit 3 buwan nang nagtatrabaho, dapat magbigay ang





tagapag-empleyo ng 1 linggong abiso o 1 linggong suweldo.

- Kung ang isang tao ay isang taon nang nagtatrabaho, dapat magbigay ang tagapag-empleyo ng 2 linggong abiso o 2 linggong suweldo.
- Pagkatapos ng 3 taon, ang tagapag-empleyo ay dapat magbigay ng 3 linggong abiso o 3 linggong suweldo.
- Ang bilang ng nakasulat na abiso at halaga ng suweldo ay tumataas sa bawat taong nananatili ang manggagawa sa trabaho. Ang maximum ay 8 linggong abiso o suweldo pagkatapos ng 8 taon sa trabaho.

Maaaring hindi ginagawa nang mahusay ng isang manggagawa ang kanyang trabaho. Maaari ding hindi umaasal nang maayos ang isang manggagawa (halimbawa, pagiging late sa trabaho). Hindi maaaring sisantehin ng isang tagapag-empleyo ang manggagawa sa unang beses na mangyayari ang problema. Dapat nilang balaan ang manggagawa na hindi katanggap-tanggap ang pag-uugali. Dapat nilang ipaliwanag kung paano aayusin ang problema. Dapat nilng bigyan ng panahon ang manggagawa upang magbago. Dapat magbigay ang tagapag-empleyo ng huling babala na sisantehin ang manggagawa kung hindi siya magbabago. Kung mangyayari ulit ang problema, maaaring sisantehin ng tagapag-empleyo ang manggagawa nang walang abiso o suweldo.

Sa ilang mga kaso, maaaring sisantehin ng isang tagapag-empleyo nang walang abiso o suweldo ang isang manggagawa pagkatapos lamang ng isang problema. Ito ay dapat maging isang malubhang problema – halimbawa, kung ang manggagawa ay nagnanakaw mula sa tagapag-empleyo, o nananakit ng o nagbabanta sa isang tao. Ang mga dahilan na ito ay tinatawag na “just cause” o “makatarungang dahilan”. Kung sinabi ng iyong tagapag-empleyo na mayroon siyang just cause upang sisantehin ka nang walang paabiso o suweldo, at hindi ka sumasang-

ayon, kontakin ang Employment Standards Branch. Tingnan ang listahan sa pahina 138.

Kapag umalis ka sa trabaho, dapat kang bigyan ng iyong tagapag-empleyo ng record of employment. Kailangan mo ang papel na ito upang mag-apply para sa Employment Insurance (EI).

### Kapag na-lay off

Kapag walang available na trabaho ang isang tagapag-empleyo, maaaring kailanganin niyang magsisante ng isang manggagawa. Maaari itong mangyari kahit na walang ginawang mali ang manggagawa. Ang isang manggagawa na nasisante dahil wala nang trabaho ang kompanya ay “na-lay off”. Ang mga tagapag-empleyo na nagle-lay off ng mga manggagawa ay dapat sumunod sa mga parehong patakaran. Dapat silang magbigay ng nakasulat na paunawa at/o kompensasyon.

Minsan, maaaring magkaroon ng pansamantalang layoff. Dapat ipakita ng tagapag-empleyo na:

- sinabihan ang manggagawa tungkol sa pansamantalang layoff noong na-hire siya, o
- ang layoff ay bahagi ng industriya ng manggagawa (halimbawa, seasonal na trabaho tulad ng pagtotroso o pagpitass ng prutas), o
- sumasang-ayon ang manggagawa sa pansamantalang layoff.

Kung ni-lay off ng tagapag-empleyo ang manggagawa para sa alinman sa mga dahilang ito, dapat niyang ibalik sa trabaho ang manggagawa sa loob ng 13 linggo. Kung hindi ibabalik ng tagapag-empleyo ang manggagawa, dapat magbigay siya ng kompensasyon na para bang tinanggal niya ang manggagawa.

Ang ilang mga tagapag-empleyo ay gumagamit ng iba't ibang mga salita upang ilarawan ang pagtatapos ng isang trabaho. Kabilang sa mga salitang ito ang “tanggapin”,



“sisantehin”, “alisin”, o “layoff”. Magtanong sa iyong tagapag-empleyo upang matiyak na nauunawaan mo kung ano ang ibig sabihin ng mga ito.

[gov.bc.ca//gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/termination](http://gov.bc.ca//gov/content/employment-business/employment-standards-advice/employment-standards/termination)

### **Kapag nag-quit**

Maaaring magpasiya ang mga manggagawa na mag-quit (umalis) sa isang trabaho. Walang batas na nagsasabing dapat magbigay ng paunang abiso ang mga manggagawa. Pero mas mabuting sabihin nang maaga sa tagapag-empleyo. Ang karamihan ng mga tao ay nagsasabi sa kanilang mga tagapag-empleyo nang 2 linggo bago sila umalis. Hindi kailangang magbayad ng anumang kompensasyon ang tagapag-empleyo kung titiwalag ka.

### **Employment Insurance (EI)**

Ang Employment Insurance (EI) ay nagbibigay ng pera sa mga manggagawang mawawalan ng trabaho dahil sa mga dahilang hindi nila makontrol – halimbawa, kung kulang ang trabahong gagawin, kung ginagawa ang trabaho tuwing tag-init o taglamig, o kung

ile-lay off ng kompanya ang lahat ng mga empleyado. Upang makatanggap ng EI, ikaw ay dapat handa, pumapayag, at may kakayahang magtrabaho. Dapat ay masigasig ka ring naghahanap ng trabaho.

Laging mag-apply para sa EI benefits sa sandaling huminto ka sa pagtatrabaho. Maaari kang mag-apply para sa benefits kahit na hindi mo pa natatanggap ang iyong Record of Employment (ROE). Kung ipagpapaliban mo ang pag-file ng iyong claim para sa benefits nang mahigit 4 linggo pagkatapos ng iyong huling araw ng trabaho, maaari kang mawalan ng benefits.

Ang mga taong nag-quit sa kanilang mga trabaho ay hindi eligible para sa EI. Ang mga self-employed na tao ay hindi rin eligible para sa EI. Hindi lahat ng mga trabaho ay sakop ng EI. Makakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa EI at alamin kung ikaw ay eligible. [canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-regular-benefit.html](http://canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-regular-benefit.html)

Kung nawalan ka ng trabaho, bisitahin ang iyong local WorkBC Centre. Mayroon itong mga libreng serbisyo upang tulungan kang maghanap ng trabaho. [WorkBCCentres.ca](http://WorkBCCentres.ca)



## Tulong sa kita

Ilang buwan ka lang maaaring makatanggap ng EI. Maaaring matapos ang iyong EI bago ka makahanap ng trabaho. Kung mangyayari ito, maaaring kwalipikado ka para sa tulong mula sa provincial government. Ito'y tinatawag na British Columbia Employment and Assistance Program. Ito'y tinatawag rin na tulong sa kita, o welfare.

Para sa impormasyon, bisitahin ang website ng Employment and Assistance Program. [gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program](http://gov.bc.ca/gov/content/governments/policies-for-government/bcea-policy-and-procedure-manual/ministry-overview/overview-of-bcea-program)

Libreng-tawag: 1 866 866-0800

Maaari ka ring tumawag sa Service BC. Libreng-tawag: 1 800 663-7867

Maaari kang mag-apply para sa tulong sa kita online.

[myselfserve.gov.bc.ca](http://myselfserve.gov.bc.ca)

## Kung ikaw ay nasaktan sa trabaho

Ayon sa batas, dapat siguraduhin ng mga tagapag-empleyo na ang mga lugar ng trabaho ay ligtas at mabuti sa kalusugan. Dapat nilang siguraduhin na mayroon kang safety equipment na kailangan mo. Dapat ka nilang bigyan ng training at impormasyon upang manatiling ligtas. Dapat mong sundin ang safety instructions ng tagapag-empleyo. Kung may makikita kang bagay na hindi ligtas, dapat mong sabihan kaagad ang tagapag-empleyo.

Tumutulong ang WorkSafeBC na maiwasang masaktan sa trabaho. Nagbibigay sila ng training sa mga empleyado at manggagawa. Tinutulongan din nila ang mga tao na nasaktan sa trabaho. Ang mga taong may sakit o pinsalang nauugnay sa trabaho ay maaaring hindi makapagtrabaho. Kung mangyayari ito sa iyo, maaari kang bigyan ng WorkSafeBC ng

kompensasyon (pera para sa mga nawalang suweldo) at maaari nitong bayaran ang mga gastos sa medikal na pangangalaga. Ang mga tagapag-empleyo ang nagbabayad para sa WorkSafeBC coverage.

Kung naaksidente ka sa trabaho, humingi kaagad ng tulong. Ang ilang mga kompanya ay mayroong first aid attendant. Tawagan sila o puntahan sila. I-report ang aksidente sa iyong supervisor o tagapag-empleyo sa lalong madaling panahon. Kung may nakasaksi (nakakita) sa aksidente, dapat mong hilingin sa kanya na i-report kung ano ang nakita niya. Punan ang isang report form. Maaaring may mga accident report form ang iyong kompanya. Kung wala itong mga accident report form, maaari mong tawagan ang Teleclaim phone line. Kung kailangan mong magpatingin sa isang doktor, ipaalam sa iyong doktor na napinsala ka sa trabaho. Kung hindi ka makakapasok sa trabaho dahil sa iyong pinsala o sakit, tumawag sa WorkSafeBC.

Para sa karagdagang impormasyon, kontakin ang WorkSafeBC. Matutulungan ka nito sa mahigit sa 170 wika. Mayroon din itong naka-print na impormasyon sa traditional at simplified Chinese, Punjabi, Korean, Vietnamese, Espanyol, at Pranses. Claims Call Centre / Teleclaim Libreng-tawag: 1 888 967-5377 (1 888 WORKERS) [worksafebc.com](http://worksafebc.com)

## Diskriminasyon at panliligalig

Ang B.C. Human Rights Code ay isang batas na nagpoprotekta sa mga manggagawa mula sa 'di-makatwirang pagtatrato. Ang mga tagapag-empleyo ay hindi maaaring tumanggi na mag-hire ng mga tao para sa mga dahilang walang kinalaman sa trabaho. Kabilang dito ang kulay ng balat, lahi, marital status, background ng pamilya, relihiyon, kasarian, sekswal na oryentasyon, edad, o kapansanan.



Ang lahat ng mga tao ay may karapatang maramdaman na ligtas sila sa trabaho. Kung ang tagapag-empleyo o katrabaho ay gumagawa ng 'di kanais-nais na mga sekswal na pagkilos (halimbawa, lagi kang niyayaya na makipag-date, nagsasabi ng mga 'di kanais-nais na biro, o hinihipuan ka), ito'y tinatawag na sekswal na panliligalig. Panliligalig din ito kung pinipintasan o binibiro ka ng mga tao tungkol sa iyong bansang pinanggalingan, etnisidad, o relihiyon. Pinoprotektahan ka ng Human Rights Code laban sa mga ganitong pagkilos.

- Makakuha ng impormasyon tungkol sa pagprotekta sa human rights [gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights/human-rights-protection](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights/human-rights-protection)
- Makakuha ng impormasyon tungkol sa iyong human rights at duties [bchrt.bc.ca/human-rights-duties/index.htm](http://bchrt.bc.ca/human-rights-duties/index.htm)
- Makakuha ng impormasyon tungkol sa B.C. Human Rights Code [bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Kung makakaranas ka ng diskriminasyon para sa anumang dahilan na kasama sa Human Rights Code, maaari kang mag-file ng reklamo sa B.C. Human Rights Tribunal.

B.C. Human Rights Tribunal  
Vancouver area: 604 775-2000  
Libreng-tawag: 1 888 440-8844  
TTY: 604 775-2021  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Kung ang tagapag-empleyo ay pederal (halimbawa, isang bangko, ang Pamahalaan ng Canada, Canada Post, o isang airline company), kontakin ang Canadian Human Rights Commission.  
[chrc-ccdp.gc.ca](http://chrc-ccdp.gc.ca)

Ang Justice Education Society ay may mga video tungkol sa panliligalig, diskriminasyon, at human rights (mga karapatang pantao) sa Ingles, Mandarin, at Punjabi.

[justiceeducation.ca](http://justiceeducation.ca) – I-search ang “Human Rights”

Para sa payo tungkol sa diskriminasyon o panliligalig, o kung nais mong mag-file ng opisyal na reklamo, kontakin ang BC Human Rights Clinic. Masasagot nito ang iyong mga katanungan at makapagbibigay ito sa iyo ng karagdagang impormasyon.

BC Human Rights Clinic  
Vancouver area: 604 622-1100  
Libreng-tawag: 1 855 685-6222  
Email: [infobchrc@clasbc.net](mailto:infobchrc@clasbc.net)  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

May iba pang mga uri ng panliligalig na hindi kasama sa Human Rights Code. Kabilang sa mga ito ang mga bagay na maaaring makapagpahiya o makakot sa isang tao. Kabilang sa ilang mga halimbawa ang pagkakatatagan ng tsismis o masasamang istorya, sobrang pamimintas, bastos na pagtawag sa iba, pagtitig nang masama, paninigaw, hindi pagpansin o hindi pagsasama sa isang tao, at pagharang sa daraanan ng isang tao).

Ang iyong tagapag-empleyo ay inaatasang magbigay ng isang llibre sa panliligalig na ugar ng trabaho. Kung may taong nanliligalig o nang-aapi sa iyo, maaari mo itong i-report. Isulat kung ano ang nangyari. Kung may nakasaksi (nakakita) na nililigalig ka ng isang tao, hilingin sa kanyang isulat kung ano ang nakita niya. Kung ikaw aykasali sa isang unyon, kausapin sila. Maaari mo ring sabihan ang boss ng taong iyon o ang boss mo.

Bagama't ang mga bagay na ito ay hindi bahagi ng Human rights Code, maaaring protektado ka ng WorkSafeBC.  
[worksafebc.com](http://worksafebc.com) – I-search ang “Bullying”



Ang mga pagkilos na itinuturing ng mga tao bilang panliligalig ay maaaring magkakaiba, depende sa kanilang bansa o kultura.

Kausapin ang kinatawan ng iyong unyon, o isang settlement worker. Tutulongan ka nilang maunawaan kung ang pagkilos ay panliligalig.

Maaari mo ring kontakin ang iyong settlement agency. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.

- Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee  
[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
- Mga temporary residents, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student  
[welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

Kung ikaw ay isang foreign worker at nagkakaproblema ka sa trabaho dahil sa panliligalig, diskriminasyon, o kaligtasan, kontakin ang Migrant Worker Program ng MOSAIC.

MOSAIC

236 889-8541 (Espanyol)

236 889-4115 (Tagalog)

604 218-7347 (Cantonese at Mandarin)

604 704-5346 (Espanyol)

Email: [migrantworkers@mosaicbc.org](mailto:migrantworkers@mosaicbc.org)  
[mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers/](http://mosaicbc.org/services/settlement/migrant-workers/)

## Pagsisimula ng iyong sariling negosyo

Maraming patakaran at batas para sa mga taong may negosyo. Halimbawa, sinasabi sa iyo ng Employment Standards Act kung paano tratuhin ang mga taong nagtatrabaho para sa iyo (tingnan ang “Mga batas ukol sa pagtatrabaho” sa pahina 138). Ang mga negosyo ay dapat magparehistro sa pamahalaan. Dapat kang sumunod sa mga mahihigpit na patakaran para sa pamamahala ng pera. Dapat mong i-report ang kinikita mo at ang ginagastos mo. Sa maraming mga sektor ng negosyo, maaaring kailangan mong kumuha ng mga espesyal na lisensiya mula sa pamahalaan, at sumunod sa mga espesyal na patakaran.

May mga programang makakatulong sa iyo.

- Ang Small Business BC ay nagbibigay ng impormasyon upang matulungan kang magsimula o magpalago ng isang negosyo. Matututo ka tungkol sa finance, sales, marketing, mga import, mga export, mga regulasyon, tulong ng pamahalaan, at training. Maaari kang makipagkita sa isang tagapayo sa negosyo at sumali sa mga online na programa.  
Metro Vancouver: 604 775-5525  
Libreng-tawag: 1 800 667-2272  
[smallbusinessbc.ca](http://smallbusinessbc.ca)



- Ang Small Business Branch ng BC ay nagbibigay ng resources upang matulungan kang magsimula o magpalago ng isang negosyo. Kabilang sa resources at mga gabay ang:
  - Handout ng Resources para sa Maliit na Negosyo
  - Gabay sa Pagsisimula ng Maliit ng Negosyo
  - Gabay sa Pag-import / Pag-export sa B.C.
  - Pagsisimula ng Isang Franchise

Makukuha rin ang resources na ito sa Korean, Punjabi, Simplified Chinese, at Traditional Chinese.

[gov.bc.ca/resource/smallbusiness](http://gov.bc.ca/resource/smallbusiness)

- Ang WorkBC Employment Services Centres ay makakatulong sa iyo na i-develop ang iyong mga kasanayan at magsimula ng iyong sariling negosyo. Kabilang sa mga serbisyo para sa mga eligible na kalahok ang:
  - business plan development
  - self-employment orientation at assessment workshop
  - entrepreneurial workshops
  - coaching at mentoring
  - pagsisimula at pagsasakatuparan ng negosyo

Bisitahin ang iyong local WorkBC Employment Services Centre at alamin kung ikaw ay eligible.

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

- Ang Skilled Immigrant InfoCentre ay may impormasyon, resources, at mga programa para sa mga bagong imigrante na nais magsimula ng isang negosyo. Maghanap ng impormasyon online o bumisita nang personal. Ang lahat ng mga serbisyo at resources ay libre.

Ang opisina ay nasa Vancouver Public Library.

350 West Georgia Street, Vancouver  
[pwp.vpl.ca/siic/](http://pwp.vpl.ca/siic/)

- Ang ilang mga unibersidad at community colleges ay nag-aalok ng mga kurso upang tulungan kang simulan ang iyong sariling negosyo. Alamin kung may anumang business courses sa isang kolehiyo o unibersidad na malapit sa iyo.  
[educationplannerbc.ca](http://educationplannerbc.ca)





# LIGAL NA SISTEMA, PAMAHALAAN, AT IMIGRASYON

## Mga Kahulugan

**Ang liegal na sistema sa Canada**

**Human rights (Mga karapatang pantao)**

**Freedom of Information and Protection of Privacy Act**

**Kinikilalang kasarian**

**Mga hate crime**

**Tulong para sa mga biktima ng krimen**

**Ang pulis**

- Pagtawag sa pulis
- Mga pag-aresto ng pulis
- Mga reklamo laban sa pulis
- Pagiging isang saksi

## Ang mga hukuman

- Pagpunta sa hukuman
- Ang mga kabataan at ang batas
- Paghihiwalay at diborsyo
- Pagkuha ng abogado
- Paano maghanap ng abogado
- Tulong kung hindi mo kayang magbayad para sa isang abogado

## Para sa karagdagang ligal na impormasyon

### Pamahalaan

- Pamahalaan ng Canada
- Panlalawigan na pamahalaan
- Lokal na pamahalaan
- Katutubong pamahalaan

## Imigrasyon at citizenship



## Mga Kahulugan

**Bylaw** – isang batas na pinagtibay ng isang lokal na pamahalaan. Ipinapatupad ito sa isang town, isang lungsod, o isang rehiyon.

**Child support** – perang ibinabayad ng nagdiborsyong magulang upang tumulong na magbayad sa pagpapalaki ng kanilang anak. Ang pera ay karaniwang ibinabayad sa kabilang magulang.

**Mga paglilitis sa hukuman** – ang mga pormal na aktibidad ng isang demanda o kaso kapag dinidinig ito sa hukuman.

**Dibisyon** – isang mas maliit na grupo sa loob ng isang mas malaking organisasyon. Halimbawa, ang hiring division ay maaaring bahagi ng Human Resources department sa isang kompanya.

**Mga kasunduan sa pagiging magulang** – isang kasunduan sa pagitan ng mga magulang na nagdiborsyo. Ang mga kasunduan ay maaaring tungkol sa kung gaano katagal mamamalagi ang isang bata kasama ng bawat magulang, kung kailan maaaring makita ng bawat magulang ang bata, at kung babayaran ng isang magulang angkabilang magulang para sa mga gastos sa pagpapalaki ng kanilang anak.

**Mga protection order** – ang utos ng isang huwes upang tulungang protektahan ang isang tao mula sa isa pang tao na maaari siyang saktan.

**Paglabag** – pagsuway sa mga patakaran. Karaniwan itong ginagamit upang ilarawan ang paglabag sa mga batas o regulasyon.







## Ang ligal na sistema sa Canada

May 3 pangunahing antas ng pamaalaan sa Canada. Ang bawat antas ng pamahalaan ay nagpapatibay ng mga batas. Ang pamahalaan ng (pederal) ng Canadat ang nagpapatibay ng mga batas para sa buong bansa. Ang mga panlalawigan at territorial na pamahalaan ang nagpapatibay ng mga batas para sa kanilang lalawigan o teritoryo (tulad ng British Columbia). Ang mga munisipal na pamahalaan ang nagpapatibay ng mga batas para sa kanilang bayan o lungsod (tulad ng Vancouver o Victoria). Ang Canadian citizens ay may karapatang bumoto para sa lahat ng mga antas ng pamahalaan.

Ang mga taong kinakasuhan ng paglabag sa batas ay maaaring kailanganing pumunta sa hukuman. Ang hukuman ang magpapasiya kung nagkasala sila. Kung natuklasang nagkasala ang isang tao, ang mga hukuman ang magpapasiya ng parusa. Ang sistema ng hukuman ng Canada ay hiwalay sa pamahalaan.

Ang mga batas sa Canada ay maaaring naiiba sa dati mong bansa. Ang isa sa mga pinakamahalagang batas sa Canada ay ang *Charter of Rights and Freedoms*. Ayon sa Charter, ang lahat ng Canadians ay may karapatang magsalita nang malaya, makaroon ng kanilang sariling relihiyon, manirahan at magtrabaho saan man sa Canada, at lumahok sa mga mapayapang politikal na aktibidad. [Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “Guide charter rights freedoms”

## Human rights (Mga karapatang pantao)

Ang mga batas sa mga karapatang pantao ay nagpoprotekta sa mga tao mula sa diskriminasyon. Nagkakaroon ng diskriminasyon kapag iba ang pagtatrato sa iyo ng isang tao dahil sa:

- iyong lahi, kulay ng iyong balat, kung saan ka ipinanganak, o iyong mga ninuno
- iyong edad, maging ito man ay dahil sa ikaw ay matanda o dahil ikaw ay bata
- iyong kasarian, kung ikaw man ay itinalagang lalaki, babae, o intersex (hindi ganap na lalaki o babae) pagkapanganak
- iyong sekswal na oryentasyon, kung ikaw man ay nagkakagusto sa mga tao na kapareho mo ng kasarian, iba ang kasarian sa kasarian mo, hindi itinuturing ang sarili bilang lalaki o babae, o mga tao na mahigit 1 ang kasarian
- iyong kinikilalang kasarian (kung ikaw man ay isang babae, isang lalaki, non-binary, o Two-Spirit)
- iyong ikinikilos na kasarian, o kung paano mo ipinepresenta o ipinapakita ang iyong kasarian, kabilang ang iyong pangalan, ang mga damit na isinusuot mo, o mga aktibidad na gusto mo
- sitwasyon ng iyong pamilya (halimbawa, kung ikaw ay may asawa, diborsyado o diborsyada, single, nagpapalaki ng mga anak, buntis, o kayang mabuntis)
- iyong relihiyon, kabilang kung paano ka manamit sa publiko, sa tahanan, at sa mga lugar ng pagsamba
- iyong mga politikal na paniniwala, kabilang kung sino ang ibinoto mo at ang mga pagbabagong gusto mo
- kung ikaw man ay may pampisikal o pangkaisipang kapansanan

Kung iba ang pagtatrato sa iyo ng isang tao dahil sa alinman sa mga dahilang ito (halimbawa, kung ayaw kang paupahin ng isang landlord sa isang tahanan, o kung ayaw kang pagsilbihan ng isang tao sa restaurant o tindahan), ito ay diskriminasyon.

Mayroong mga ilang eksepsiyon. Halimbawa, ang ilang mga rental home o mga condominium building ay para lang sa mga senior (mga taong mahigit sa 55 taong



gulang). Maaari silang tumanggap paupahin ang mga taong mas bata sa 55 taong gulang. Ang mga pampublikong gusali ay maaaring magkaroon ng mga hiwalay na banyo para sa mga lalaki at babae.

Maaari kang makakuha ng tulong kung mayroon kang problema na nauugnay sa diskriminasyon. Ang BC Human Rights Clinic ay pinapatakbo ng Community Legal Assistance Society. Tinutulungan nito ang mga tao na maunawaan at maprotektahan ang kanilang mga karapatan. Nagbibigay rin ito ng mga libreng ligal na serbisyo. Makakatulong ito sa mga taong may mga reklamo sa mga karapatang pantao sa lalawigan.

BC Human Rights Clinic  
Libreng-tawag: 1 855 685-6222  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

Ang BC Human Rights Tribunal ay tumutulong sa mga taong may mga reklamo sa mga karapatang pantao sa lalawigan. Kung nakakaranas ka ng diskriminasyon mula sa isang provincial government department o agency, isang landlord, o isang local business,

dapat mong kontakin ang BC Human Rights Tribunal. Maaari ka nilang matulunganna mag-file ng reklamo.

BC Human Rights Tribunal  
Libreng-tawag: 1 888 440-8844  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Ang pamahalaan ng B.C. ay may karagdagang impormasyon tungkol sa mga karapatang pantao sa online.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/human-rights)

Manood ng mga video tungkol sa mga karapatang pantao sa B.C. sa Ingles, Mandarin, at Punjabi.

[justiceeducation.ca/legal-help/rights/human-rights/human-rights](http://justiceeducation.ca/legal-help/rights/human-rights/human-rights)

Ang Canadian Human Rights Commission ay tumutulong sa mga reklamo sa mga karapatang pantao sa pederal na anatas. Kung nakakaranas ka ng diskriminasyon mula sa isang departamento ng pederal na pamahalaan, bangko, telecommunications company (telepono, internet, TV, o radyo), o kompanya ng transportasyon (airline, bus,





o tren), dapat mong kontakin ang Canadian Human Rights Commission. Maaari ka nilang matulungan na mag-file ng reklamo.

Canadian Human Rights Commission  
Libreng-tawag: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.gc.ca](http://chrc-ccdp.gc.ca)

## Freedom of Information and Protection of Privacy Act

Ang B.C. ay may mga batas upang protektahan ang iyong pagkapribado. Hindi maaaring kunin o gamitin ng mga tao at mga negosyo ang iyong personal na impormasyon (halimbawa, ang iyong pangalan, address, petsa ng kapanganakan, o Social Insurance Number) nang walang pahintulot mo. Ang batas ay nagbibigay sa iyo ng karapatang makita ang impormasyon tungkol sa iyong sarili (halimbawa, ang iyong medical records). Mayroon ka ring karapatang makita ang anumang mga report tungkol sa iyo (halimbawa, mga report ng mga guro, mga tagapag-empleyo, o ng pulis).

Maaari mong hilingin na makita ang mga rekord at personal na impormasyon tungkol sa iyong sarili. Ito'y tinatawag na "freedom of information request". Maaari ka ring humingi ng impormasyon tungkol sa isang tao na ikaw ang may pananagutan, tulad ng isang anak.  
[gov.bc.ca/freedomofinformation](http://gov.bc.ca/freedomofinformation)

## Kinikilalang kasarian

Ang kinikilalang kasarian ay ang iyong personal na pagtuturing sa sarili bilang isang lalaki, babae, non-binary, o Two-Spirit. Ang hugis ng iyong katawan, ang itsura mo, at ang kasariang itinalaga sa iyo noong ipinanganak ka ay maaaring hindi ang iyong kinikilalang kasarian.

Maraming iba't ibang paraan upang ilarawan at pag-usapan ang kasarian.

- **Ang mga Cisgender** na tao ay may kinikilalang kasarian na tumutugma sa kasarian na itinalaga sa kanila pagkapanganak.
- **Ang mga Transgender** na tao ay may kinikilalang kasarian na hindi tumutugma sa kasarian na itinalaga sa kanila pagkapanganak.
- **Ang Ikinikilos na kasarian** ay kung paano mo ipinepresenta o ipinapakita ang iyong kasarian, kabilang ang pangalan na ginagamit mo, ang mga damit na isinusuot mo, mga aktibidad na gusto mo, at ang tunog ng iyong boses. Ito rin ang mga panghalip (he, she, they) na ginagamit ng mga tao upang tukuyin ang mga sarili nila. Sa Canada, mas gusto ng ilang mga tao na tukuyin bilang "they" sa halip na "he" o "she".
- **Ang LGBTQ2S+** ay maikling paraan ng pagtukoy sa mga tao na iba't iba ang mga kinikilalang kasarian at sekswalidad. Ang ibig sabihin ng mga letra ay lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, at Two-Spirit. Ang + sign ay nagpapakitang mas marami pang pagkakakilanlan at komunidad bukod sa mga nakalista rito.
- **Ang Sekswal na oryentasyon** ay tungkol sa kasarian ng mga taong nagugustuhan mo, sa sekswal o romantikong paraan, ang kasarian ng iyong partner, at ang uri ng mga relasyon na mayroon ka sa mga tao na mayroong iba't iba ang mga kasarian. Ang ilang mga tao ay nagkakagusto lamang sa mga tao na may kaparehong kasarian. Ang iba ay naakit sa mga tao na may ibang kasarian. Ang ilang mga tao ay nagkakagusto sa parehong mga kasarian.
- **Ang Non-binary** ay tumutukoy sa mga taong hindi nakikita ang mga sarili nila bilang isang lalaki o isang babae. Maraming iba't ibang non-binary na kinikilalang kasarian.
- **Ang Two-Spirit** ay isang terminong ginawa ng mga Katutubong tao upang pag-usapan ang iba't ibang kasarian at sekswalidad.



Sa Canada, labag sa batas ang pandidiskrimina sa mga tao dahil sa kanilang sekswal na oryentasyon o kanilang kinikilalang kasarian. Kinikilala rin ng batas sa Canada ang mga pagpapakasal ng mga tao, anuman ang kasarian, at sinusupportahan nito ang lahat ng mga uri ng pamilya na mag-ampon ng mga bata. Ang mga tao sa Canada ay may karapatan na kilalanin at ipahayag ang kanilang kasarian sa sarili nilang paraan. Ang ilang mga tao ay nagkaroon ng pagpapagamot o operasyon upang baguhin ang itsura nila.

Ang pamahalaan ng B.C. ay may gender-equity office. Bisitahin ang website para sa karagdagang impormasyon.  
[gov.bc.ca](http://gov.bc.ca) – I-search ang “gender equity”

Ang pamahalaan ng Canada ay may Secretariat (department) na kumikilos upang paunlarin ang pagkakapantay-pantay para sa mga LGBTQ2S+ na komunidad. Bisitahin ang website para sa karagdagang impormasyon.  
[Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “LGBTQ2S+”

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga ahensiya at LGBTQ2S+ groups, tingnan ang pahina 110.

## Hate crimes

Labag sa batas ang saktan ka ng iba, o ang sabihin nila sa iyo na sasaktan ka nila, para sa anuman sa mga dahilang ito:

- iyong lahi
- kulay ng balat
- relihiyon
- bansa o etnikong pinagmulan
- wika
- edad
- pangkaisipan o pampisikal na kapansanan
- kasarian
- sekswal na oryentasyon
- kinikilala o ipinapahayag na kasarian

Kung makakaranas ka ng hate crime, humingi ng tulong. Tumawag sa 9-1-1 o iyong local police office.

Ang pamahalaan ng B.C. ay may website ng impormasyon tungkol sa hate crimes.  
[hatecrimebc.ca](http://hatecrimebc.ca)

## Tulong para sa mga biktima ng krimen

Ang taong nasaktan sa isang krimen ay tinatawag na biktima ng krimen.

Ang VictimLinkBC ay may impormasyon at suporta para sa lahat ng mga biktima ng krimen. Tutulongan ka nitong maghanap ng resources sa iyong komunidad. Nagbibigay rin ito ng agarang suporta sa krisis sa mga biktima ng karahasan sa pamilya at sekswal na karahasan, kabilang ang mga biktima ng human trafficking na pinagsamantalahan para sa pagtatrabaho o mga sekswal na serbisyo. Ang serbisyo ay libre, kumpidensiyal, at makukuha sa maraming wika. Ang VictimLinkBC ay pinopondohan ng pamahalaan ng B.C. Matatawagan ito 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo. Libreng-tawag: 1 800 563-0808  
Email: [VictimLinkBC@bc211.ca](mailto:VictimLinkBC@bc211.ca)

Kung ikaw ay isang biktima ng krimen, bisitahin ang mga website na ito para sa impormasyon at gabay.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime)

[gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/bcs-criminal-justice-system/if-you-are-a-victim-of-a-crime/victim-of-crime/victim-services-directory)



## Ang pulis

Sa Canada, ang pulis ay hiwalay sa pamahalaan at sa army. Ang pulis ay bahagi ng komunidad at trabaho nilang protektahan ang mga tao dito.

Ang karamihan ng mga komunidad sa B.C. ay pinagsisilbihan ng Royal Canadian Mounted Police (RCMP). Ang RCMP ay ang pambansang organisasyon ng pulis sa Canada. Ang ilang mas malalaking lungsod ay mayroong kanilang sariling lokal na pulis sa halip na ang RCMP.

### Pagtawag ng pulis

Maraming mga lungsod at mga bayan ang may 2 numero ng telepono para sa pulis. Ang isang numero ay para lamang sa mga emergency – halimbawa, kapag may sunog o pagnanakaw. Ang isa pang numero ay para sa mga hindi pang-emergency – halimbawa, kung may maingay na party ang kapitbahay o may nagnakaw ng iyong bisikleta. Sa karamihan ng mga komunidad, ang numero ng emergency ay 9-1-1. Sa ilang mga napakaliit na komunidad, ang numero ay hindi 9-1-1. Tanungin ang iyong settlement agency o mag-search online para sa emergency number sa iyong lugar. [ecomm911.ca/911-dispatch/how-9-1-1-works](http://ecomm911.ca/911-dispatch/how-9-1-1-works)

Dapat mong tawagan ang numero ng emergency:

- kung nasa panganib ka
- kung may nakikita kang ibang tao na nasa panganib
- kung may nangyaring malalang krimen

Maaari kang humingi ng tulong sa iyong sariling wika. Sabihin sa tao ang pangalan ng iyong wika. Maghahanap sila ng taong magsasalin.

Dapat mong tawagan ang numerong hindi pang--emergency:

- kung walang taong nasa panganib
- kung lumipas na ang panahon mula noong nangyari ang krimen

Upang hanapin ang hindi pang-emergency na numero ng telepono ng iyong komunidad, bisitahin ang [ecomm911.ca](http://ecomm911.ca).

Kung ikaw ay hindi sigurado kung aling numero ang tatawagan, tawagan ang emergency number. Sabihin sa pulis kung ano ang nangyayari. Tutulungan ka nila. Maaari kang tumawag sa pulis kahit kailan, umaga man o gabi.

Ang website ng E-Comm ay naglilista ng mga emergency phone number. Mayroon itong impormasyon sa iba't ibang mga wika. [ecomm911.ca](http://ecomm911.ca) – I-search ang “interpretation services.”

### Mga pag-aresto ng pulis

Sinisiguro ng pulis na sumusunod ang mga tao sa batas. Maaaring arestuhin ng pulis ang mga taong lumalabag sa batas.

Ang pulis ay dapat ding sumunod sa ilang mga takdang batas. Kapag inaaresto nila ang mga tao, dapat sabihin ng mga opisyal ng pulis kung sino sila. Dapat nilang ipakita ang kanilang pagkakakilanlan. Dapat nilang ipaliwanag kung bakit ka nila inaaresto. Dapat din nilang sabihin sa iyo ang iyong mga karapatan.

Kung inaresto ka, maaaring hingin ng pulis ang iyong pangalan at address. Dapat mo itong sabihin sa kanila. Pero hindi mo na kailangang magsabi ng anumang higit pa hanggang sa makausap mo ang isang abogado. Mayroon kang karapatang makipag-usap sa isang abogado. Kung inaresto ka ng pulis o tinanong ka nila tungkol sa isang krimen, dapat ka nilang pahintulutan na tumawag kaagad ng isang abogado. Dapat ka nilang hayaang makipag-usap sa abogado nang mag-isa.

Kung wala kang kilalang abogado, o hindi mo kayang magbayad para isang abogado, kontakin ang Brydges Line. Ito ay pinapatakbo ng Legal Aid BC at matatawagan ito 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo.

Libreng-tawag: 1 866 458-5500  
[lss.bc.ca/legal\\_aid/brydgesLine](http://lss.bc.ca/legal_aid/brydgesLine)



Maaari mo ring hilingin sa pulis ang numero ng telepono ng legal aid. Dapat ibigay sa iyo ng pulis ang numero at pahintulutan kang tawagan ito. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga abogado at legal aid, tingnan ang pahina 161.

Kung ikaw ay inaresto, dapat kang dalhin ng pulis sa hukuman o dapat ka nilang i-release (pakawalan) sa loob ng 24 oras.

### Mga reklamo laban sa pulis

Kung mayroon kang reklamo laban sa municipal na pulis, mayroon kang karapatang sabihin kung ano ang nangyari. Maaari mong kontakin ang Office of the Police Complaint Commissioner.

Libreng-tawag: 1 877 999-8707  
[opcc.bc.ca](http://opcc.bc.ca)

Kung mayroon kang reklamo tungkol sa RCMP, maaari mong kontakin ang Civilian Review and Complaints Commission for the RCMP.

Libreng-tawag: 1 800 665-6878  
[crcc-ccetp.gc.ca](http://crcc-ccetp.gc.ca)

### Pagiging isang saksi

Ang saksi ay isang taong nakakita kung ano ang nangyari, tulad ng bangaan o isang krimen. Ang mga saksi ay maaaring makapagbigay ng impormasyon sa pulis. Maaari silang makatulong sa pulis na mahanap ang isang kriminal o maunawaan kung sino ang sanhing isang aksidente. Ang mga saksi ay napakahalaga sa batas ng Canada. Kung may nasaksihan kang isang krimen o aksidente, dapat mo itong sabihin sa pulis. Kung hiniling nila sa iyong tumestigo (magpunta sa hukuman at sabihin kung ano ang nakita mo), dapat kang magpunta.

Kung nakakita ka ng bangaan, maaari mong ibigay sa driver ang iyong pangalan at numero ng telepono. Maaaring kailangain nilang sabihin mo sa pulis kung ano ang nakita mo. Maaaring kailanganin rin nilang sabihin mo ito sa insurance company o sa hukuman.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kung ano ang dapat gawin sa isang bangaan, tingnan ang pahina 121.

Ang pang-aabuso sa bata ay isang malalang krimen. Ayon sa batas, dapat i-report ng mga saksi ang pang-aabuso sa bata. Kung may nasaksihan kang batang sinasaktan, inaabuso o pinapabayaan, dapat mo itong i-report. [gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/reporting-child-abuse](http://gov.bc.ca/gov/content/safety/public-safety/protecting-children/reporting-child-abuse)

### Ang mga hukuman

May iba't ibang mga hukuman para sa iba't ibang mga uri ng mga ligal na problema. Ang mga pangunahing hukuman sa B.C. ay:

- Ang BC Court of Appeal
- Ang BC Supreme Court
- Ang Provincial Court of British Columbia, na may 5 dibisyon:
  - Hinahawakan ng criminal division ang mga kaso sa criminal law. Hawak ng BC Supreme Court ang mga pinakamalalang krimen.
  - Hinahawakan ng traffic, ticket, and bylaw division ang traffic tickets. Hinahawakan rin nito ang mga ticket para sa federal offences at municipal bylaw violations.
  - Hinahawakan ng family division ang suporta sa pamilya, mga pagpapasiya sa parenting, at mga protection order.
  - Hinahawakan ng youth court division ang mga taong mula 12 hanggang 17 taong gulang na kinasuhan ng krimen.
  - Hinahawakan ng small claims court division ang mga 'di-pagkakasundo tungkol sa negosyo at pera mula sa halagang \$5,001 hanggang \$35,000. [gov.bc.ca/gov/content/justice/courthouse-services/small-claims/how-to-guides/what-is-small-claims](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/courthouse-services/small-claims/how-to-guides/what-is-small-claims)



Para sa karagdagang impormasyon, bisitahin ang website ng Provincial Court of British Columbia.

[provinciacourt.bc.ca/types-of-cases](http://provinciacourt.bc.ca/types-of-cases)

### **Civil Resolution Tribunal**

Ang Civil Resolution Tribunal ay lumulutas ng small claims na hanggang \$5,000. Mayroon din itong hurisdiksiyon na lutasin ang ilang accident claims na hanggang \$50,000.

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

### **Pagpunta sa hukuman**

Ang mga hukuman sa British Columbia ay gumagamit ng Ingles, at Pranses para sa ilang mga usapin. Maaari kang humingi ng interpreter upang tulungan kang makipag-usap. Magbibigay ang hukuman ng mga interpreter para sa:

- lahat ng criminal proceedings
- family proceedings sa Provincial Court
- traffic court
- mga kaso sa municipal bylaw

Makakakuha ka lang ng interpreter kung hihingi ka nito.

Para sa isang criminal trial, maaaring hilingin ng mga taong nagsasalita ng Pranses na gawin ang buong trial sa Pranses. Dapat mo itong gawin bago magsimula ang trial.

### **Ang mga kabataan at ang batas**

Minsan lumalabag sa batas ang mga kabataan. Sa Canada, may tanging batas para sa mga batang 12 hanggang 17 taong gulang. Ito'y tinatawag na Youth Criminal Justice Act.

Ang mga kabataan ay hindi nagpupunta sa parehong hukuman na pinupuntahan ng mga adult. Sila'y nagpupunta sa isang youth court. Ito rin ay pareho para sa i isang adult na wala pang 18 taong gulang noong nangyari ang krimen. Sisiguraduhin ng huwes sa youth court na ang bata ay makakakuha ng abogado.

Ayon sa batas sa Canada, ang mga taong 18 taong gulang o mas matanda ay mga adult. Kung lumabag sa batas ang mga taong mas matanda sa 18 taong gulang, dapat silang magpunta sa adult court.

Ang mga pamilyang may mga anak na lumabag sa batas ay makakahingi ng payo. Ang mga pampamahalaang programa ay may workers na maaaring kumausap sa mga pamilya. Ang mga programang ito ay may iba't ibang mga pangalan sa iba't ibang mga lugar. Kung ikaw o ang iyong pamilya ay nangangailangan ng ligal na payo, kontakin ang iyong local immigrant settlement agency. Matutulungan ka nilang makahanap ng mga serbisyong ito. Maghanap ng settlement agency na malapit sa iyo.

[cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)

### **Paghihiwalay at diborsyo**

Minsan, ang mga mag-asawang may mga anak ay naghihiwalay o nagdidiborsyo. Kailangan nilang magpasiya kung paano aalagaan ang kanilang mga anak. Minsan, tinutulungan ng hukuman ang mga magulang na magpasiya sa kung paano aalagaan ang mga bata.

Ang pagkuha ng isang diborsyo ay isang proseso ng hukuman, ngunit hindi laging kailangang pumunta ng mga magulang sa hukuman. Maaari silang makakuha ng tulong mula sa Family Justice Centres. Ang mga taong nagtatrabaho sa Family Justice Centres ay may espesyal na kasanayan batas ng pamilya. Matutulungan nila ang mga mag-asawa na magkasundo tungkol sa pagiging magulang (kung saan titira ang mga bata at kung gaano katagal silang mamamalagina kasama ang bawat magulang). Matutulungan rin nila ang mga magulang na magpasiya tungkol sa kung magkano ang ibabayad nila upang suportahan ang mga anak nila, at marahil, sa isa't isa. Ang Family Justice Centres ay libre at kumpidensiyal.



Maghanap ng Family Justice Centre na malapit sa iyo.

[clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019](http://clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019)

Ang Justice Access Centres ay nagbibigay ng tulong sa mga isyu sa pamilya at sibil na batas na nakakaapekto sa pang-araw-araw na pamumuhay.

[gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac)

Maaari ka ring tumawag sa Service BC upang maghanap ng Family Justice Centre.

Greater Vancouver: 604 660-2421

Victoria: 250 387-6121

Libreng-tawag: 1 800 663-7867

Ang mga tao ay maaaring makakuha ng impormasyon at kumuha ng libreng online course tungkol sa pagiging magulang pagkatapos ng paghihiwalay at diborsyo.

[gov.bc.ca/parentingafterseparation](http://gov.bc.ca/parentingafterseparation)

Ang Ligal Aid BC ay mayroon ding impormasyon, resources, at mga workshop para sa mga magulang at mga pamilya.

[familylaw.lss.bc.ca](http://familylaw.lss.bc.ca)

Kung mababa ang iyong kita, maaari kang makakuha ng libreng ligal na payo mula sa isang family lawyer sa telepono. Ang mga abogado sa Family LawLINE ay nagbibigay ng payo tungkol sa mga isyu sa batas ng pamilya.

Upang makakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa Family LawLINE, tawagan ang Legal Aid BC.

Vancouver area: 604 408-2172

Libreng-tawag: 1 866 577-2525

[familylaw.lss.bc.ca/call/family-lawline](http://familylaw.lss.bc.ca/call/family-lawline)

### **Pagkuha ng abogado**

Kung mayroon kang ligal na problema, maaaring kailangan mo ng isang abogado. Minsan, matutulungan ka ng abogado na lutasin ang isang problema bago ka magpunta sa hukuman.





## Paano maghanap ng isang abogado

- Kontakin ang Lawyer Referral Service. Ang serbisyong ito ay magbibigay sa iyo ng pangalan ng isang abogado. Maaari kang tumawag at magpa-appointment. Kakausapin ka ng abogado nang hanggang 30 minuto nang libre. Libreng-tawag: 1 800 663-1919 [accessprobono.ca/lawyer-referral-service](http://accessprobono.ca/lawyer-referral-service)
- Kontakin ang iyong local immigrant settlement agency. Matutulungan ka nilang makahanap ng mga serbisyong ito. Maghanap ng settlement agency malapit sa iyo.
  - Mga permanent resident, kabilang ang mga refugee [cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp](http://cic.gc.ca/english/newcomers/services/index.asp)
  - Mga temporary resident, kabilang ang mga refugee claimant, mga temporary foreign worker, at mga post-secondary international student [welcomebc.ca/temporaryresidents](http://welcomebc.ca/temporaryresidents)

## Tulong kung hindi mo kayang magbayad para sa isang abogado

Ang legal aid ay isang libreng serbisyo para sa mga taong hindi kayang mag-hire ng isang abogado. Maaaring makatulong ang legal aid sa ilang mga uri ng mga problema sa criminal law, family law, at immigration law. Kung hindi mo kayang magbayad para sa isang abogado, kontakin ang Legal Aid BC upang malaman kung ikaw ay eligible. Greater Vancouver: 604 408-2172 Libreng-tawag: 1 866 577-2525 [lss.bc.ca](http://lss.bc.ca)

## Pamahalaan

Ang Canada ay may 3antas ng pamahalaan:

- pederal
- panlalawigan o pangteritoryal
- munisipal o lokal

Ang mga pamahalaang ito ay inihalal ng mga Canadian.

## Pamahalaan ng Canada

Ang pamahalaang pederal ay nasa Ottawa. Ito ay responsable para sa mga usapin na nakakaapekto sa lahat ng mga Canadian. Kabilang dito ang imigrasyon, national defence, foreign affairs, employment insurance, pagbabangko, postal services, shipping, railways, mga telepono, pipelines, at criminal law.

Makakakuha ka ng impormasyon tungkol sa pamahalaang pederal mula sa Service Canada. Ang lahat ng impormasyon ay makukuha sa Pranses at Ingles.

Service Canada

Libreng-tawag: 1 800 622-6232

(1 800 O-Canada)

[Canada.ca](http://Canada.ca) – I-search ang “Service Canada”

Maghanap ng lokasyon ng Service Canada na malapit sa iyo.

[servicecanada.gc.ca/tbsc-fsco/sc-hme.jsp](http://servicecanada.gc.ca/tbsc-fsco/sc-hme.jsp)

Ang bawat lalawigan at teritoryo sa Canada ay may mga federal riding (election districts). Ang bawat riding ay naghahalal ng 1 Miyembro ng Parlamento (MP) sa Pamahalaan ng Canada. May 42 mga federal riding sa British Columbia. Ang MP para sa bawat riding ay may opisina sa komunidad. Ito ay tinatawag na constituency office.



## **i** Para sa karagdagang ligal na impormasyon

Ang **Immigration and Refugee Legal Clinic** ay nagbibigay ng libreng ligal na representasyon at payo sa mga refugee claimant na maliit ang kinikita, mga imigrante, at mga tao na walang ligal na estado. Kabilang sa mga serbisyo ang komplikadong refugee claims, time-sensitive na refugee claims, at mga apela.  
Vancouver area: 778 372-6583  
Email: [info@irlc.ca](mailto:info@irlc.ca)  
[irlc.ca](http://irlc.ca)

Ang **Seniors First BC** ay nagbibigay ng libreng ligal na tulong para sa mga taong 55 taong gulang at mas matanda. Ang Seniors Abuse and Information Line (SAIL) ay nagbibigay ng impormasyon at mga referral sa seniors.  
Vancouver area: 604 437-1940  
Libreng-tawag: 1 866 437-1940  
[seniorsfirstbc.ca](http://seniorsfirstbc.ca)

Ang **Clicklaw** ay isang website ng ligal na impormasyon. Ito'y nagbibigay ng ligal na impormasyon at edukasyon sa mga tao sa B.C. Ito ay may impormasyon mula sa mahigit sa 40 organisasyon.  
[clicklaw.bc.ca](http://clicklaw.bc.ca)

Ang **Justice Education Society of BC** ay nagbibigay ng impormasyon tungkol sa kung paano gumagana ang B.C. court system.  
Lugar ng Vancouver: 604 660-9870  
[justiceeducation.ca](http://justiceeducation.ca)

Ang **People's Law School** ay tumutulong sa mga tao na lutasin ang mga pang-araw-araw na ligal na problema. Nagbibigay ito ng impormasyon at suporta upang makahanap ka ng tamang ligal na tulong. Hindi ito nagbibigay ng ligal na payo tungkol sa mga indibidwal na ligal na problema. Kung kailangan mo ng ligal na tulong, maaari kang i-refer ng People's Law School sa mga ligal na serbisyo.

Maraming kapaki-pakinabang na mga mapagkukunan ang website.  
Vancouver area: 604 331-5400  
Email: [info@peopleslawschool.ca](mailto:info@peopleslawschool.ca)  
[peopleslawschool.ca](http://peopleslawschool.ca)

Ang **PovNet** ay may impormasyon tungkol sa mga problema ukol sa kahirapan at sa batas.  
[povnet.org](http://povnet.org)

Ang website ng **Dial-A-Law** ay may libreng ligal na impormasyon. Maaari mong basahin o pakinggan ang impormasyon sa online. Maaari mo ring pakinggan ang impormasyon sa telepono.  
Libreng-tawag: 1 800 565-5297  
[dialalaw.peopleslawschool.ca](http://dialalaw.peopleslawschool.ca)

Ang **BC Human Rights Clinic** ay tumutulong sa mga taong may mga reklamo sa mga karapatang pantao sa lalawigan. Nagbibigay rin sila ng mga libreng ligal na serbisyo.  
Vancouver area: 604 622-1100  
Libreng-tawag: 1 855 685-6222  
[bchrc.net](http://bchrc.net)

Ang **BC Human Rights Tribunal** ang nangangasiwa sa mga reklamo sa mga karapatang pantao sa B.C.  
Vancouver na lugar: 604 775-2000  
Libreng-tawag: 1 888 440-8844  
[bchrt.bc.ca](http://bchrt.bc.ca)

Pinoprotektahan ng **Canadian Human Rights Commission** ang mga karapatang pantao sa Canada.  
Libreng-tawag: 1 888 214-1090  
[chrc-ccdp.gc.ca](http://chrc-ccdp.gc.ca)

Ang **Justice Access Centres** ay nagbibigay ng tulong sa mga isyu sa family at civil na batas na nakakaapekto sa pang-araw-araw na pamumuhay. Kabilang sa mga ito ang paghihiwalay o diborsyo, seguridad ng kita, pagtatrabaho, pabahay, at utang.



[gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac](http://gov.bc.ca/gov/content/justice/about-bcs-justice-system/jac)

Ang **Family Justice Centres** ay nagbibigay ng mga serbisyo sa mga British Columbian na dumadaan sa paghihiwalay o pagdidiborsyo. Maghanap ng Family Justice Centre na malapit sa iyo.

[clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019](http://clicklaw.bc.ca/helpmap/service/1019)

Ang **Access Pro Bono** ay isang non-profit society. Tinutulungan nito ang mga taong maliit ang kinikita na maghanap ng mga volunteer na abogado. Ang mga serbisyo nito ay libre.

Libreng-tawag: 1 877 762-6664

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

Gamitin ang iyong postal code (bahagi ng iyong mailing address) upang hanapin ang iyong MP sa website na ito.

[ourcommons.ca/en/members](http://ourcommons.ca/en/members)

Para sa impormasyon tungkol sa pagboto sa halalan sa Canada, bisitahin ang Elections Canada.

[Elections.ca](http://Elections.ca) – I-search ang “My voter’s guide”

## Pamahalaang panlalawigan

Ang Canada ay may 10 mga lalawigan at 3 mga teritoryo. Ang bawat isa ay may kapangyarihang palitan ang mga sarili nitong batas at pamahalaan ang mga sarili nitong lupa. Ang mga pamahalaang panlalawigan at pangteritoryal ay responsable para sa edukasyon, pangangalagang pangkalusugan, ilang mga natural resource, at mga regulasyon sa daan. Minsan, magkahati ang mga pederal at panlalawigang pamahalaan sa awtoridad. Halimbawa, ang pederal at panlalawigang pamahalaan ay nagpapatibay ng mga batas tungkol sa agrikultura, natural resources, at imigrasyon.

Makakakuha ka ng impormasyon tungkol sa pamahalaan ng British Columbia mula sa Service BC.

Service BC

Vancouver area: 604 660-2421

Victoria: 250 387-6121

Libreng-tawag: 1 800 663-7867

[servicebc.gov.bc.ca](http://servicebc.gov.bc.ca)

May 87 mga provincial riding sa British Columbia. Ang bawat riding ay naghahalal ng 1 Member ng Legislative Assembly (MLA) na kumakatawan sa kanila. Ang MLA ay may opisina sa komunidad. Ito ay tinatawag na constituency office.

Mahamanap mo ang iyong MLA online.

[leg.bc.ca/learn-about-us/members](http://leg.bc.ca/learn-about-us/members)

Para sa impormasyon tungkol sa halalan sa British Columbia, bisitahin ang Elections BC.

[Elections.bc.ca](http://Elections.bc.ca)

## Lokal na pamahalaan

Ang mga lokal na pamahalaan ay para sa mga lungsod, mga bayan, villages (mga munisipalidad), at mga regional district. Ang mga lokal na pamahalaan ang karaniwang nagbibigay ng serbisyo ng pulis, proteksyon laban sa sunog, pagkolekta ng basura, iniinom na tubig, sewers, at recreation (parks at community centres).

Ang bawat lokal na pamahalaan ay may opisina kung saan magagawa mong magtanong, pag-usapan ang mga problema, bayaran ang mga property tax, at kumuha ng business licence. Ang mga ito ay karaniwang tinatawag na “city hall”. Ang mga opisina at mga website ng lokal na pamahalaan ay may impormasyon tungkol sa komunidad, mga serbisyo, parks, recreation, at iba pang mga programa para sa residents.



Hanapin ang iyong munisipalidad o regional district.

[civicinfo.bc.ca/directories](http://civicinfo.bc.ca/directories)

Para sa impormasyon tungkol sa pagboto sa halalan sa lokal na pamahalaan, bisitahin ang Elections BC.

[Elections.bc.ca](http://Elections.bc.ca)

## Imigrasyon at citizenship

Ang Pamahalaan ng Canada ang responsable para sa imigrasyon at citizenship. Para sa impormasyon tungkol sa imigrasyon, bisitahin ang website ng Immigration, Refugees and Citizenship Canada.

[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada.html)

Makakuha ng impormasyon upang malaman kung paano maging isang Canadian citizen.

[canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/canadian-citizenship.html](http://canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/canadian-citizenship.html)

Bawat taon, tumatanggap ang B.C. ng mga bagong imigrante sa province. May provincial at federal immigration programs upang tulungan ang foreign workers, international students, at experienced entrepreneurs at ang kanilang mga pamilya na mag-immigrate sa B.C. upang magtrabaho at magsimula ng mga negosyo.

Kung ang mga tagapag-empleyo sa B.C. ay hindi makahanap ng mga kwalipikadong lokal na manggagawa, maaari silang gumamit ng immigration programs tulad ng BC Provincial Nominee Program (BC PNP) upang mag-recruit ng mga tao mula sa iba't ibang panig ng mundo.

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



# MGA ACRONYM AT MGA ABBREVIATION

Sa Canada, maraming gumagamit ng mga maiikling anyo na binubuo ng mga unang letra ng mga salita sa isang grupo ng mga salita. Minsan, binibigkas natin ang bawat letra ng mga ito. Halimbawa, sinasabi natin ang “E-S-L” para sa English as a second language. Binibigkas ang bawat letra sa mga abbreviation na ito:

|                 |   |
|-----------------|---|
| <b>ABE</b>      | Adult Basic Education   |
| <b>ATM</b>      | Automated Teller Machine  |
| <b>B.C.</b>     | British Columbia  |
| <b>BCEA</b>     | British Columbia Employment and Assistance                              |
| <b>CCRR</b>     | Child Care Resource and Referral Centre                                 |
| <b>CPP</b>      | Canada Pension Plan   |
| <b>EI</b>       | Employment Insurance  |
| <b>ESL</b>      | English as a Second Language  |
| <b>GIC</b>      | Guaranteed Investment Certificate                                       |
| <b>GIS</b>      | Guaranteed Income Supplement  |
| <b>ICBC</b>     | Insurance Corporation of British Columbia                               |
| <b>ID</b>       | Identification  |
| <b>LGBTQ2S+</b> | Lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, at Two-Spirit               |
| <b>LINC</b>     | Language Instruction for Newcomers to Canada                            |
| <b>MOSAIC</b>   | Multi-Lingual Orientation Service Association for Immigrant Communities |
| <b>MSP</b>      | Medical Services Plan   |
| <b>OAS</b>      | Old Age Security  |
| <b>RCMP</b>     | Royal Canadian Mounted Police   |
| <b>SPCA</b>     | Society for the Prevention of Cruelty to Animals                        |
| <b>STD</b>      | Sexually transmitted disease  |
| <b>STI</b>      | Sexually transmitted infection  |
| <b>TV</b>       | Television  |
| <b>UPCC</b>     | Urgent and Primary Care Centre  |
| <b>WAVAW</b>    | Women Against Violence Against Women                                    |

Minsan, binibigkas natin ang mga maiikling anyo na ito bilang isang salita. Halimbawa, sinasabi natin ang salitang PIN para sa Personal Identification Number. Ang mga acronym na ito ay binibigkas bilang mga salita:

|              |   |
|--------------|---|
| <b>ICES</b>  | International Credential Evaluation Service |
| <b>PIN</b>   | Personal Identification Number              |
| <b>SAFER</b> | Shelter Aid for Elderly Renters             |
| <b>SIN</b>   | Social Insurance Number                     |

# INDISA

## Symbols

8-1-1 71  
9-1-1 24, 25, 74, 157

## A

Abogado 160  
Addiction 81, 102  
Alak at iba pang mga droga 18, 77, 102, 120  
Mga problema sa 102  
Ambulansiya 24  
Apartment 41  
Assault 96

## B

Basura at recycling 46  
Bata  
Mga car seat 118  
Pangangalaga (daycare) 107  
BC211 9, 95  
BC Early Childhood Tax Benefit 107  
B.C. Employment and Assistance Program 103  
BC Family Bonus Program 107  
BC Provincial Nominee Program 10, 164  
BC Services Card 70  
Benefits para sa mga pamilya na may mga anak 107

## C

Canada Child Benefit 64  
Canada Pension Plan (CPP) 139  
Canadian citizenship 164  
Cannabis 18, 102  
Career profiles, WorkBC 133  
Cash 57  
Charter of Rights and Freedoms 153  
Compassionate care 143  
Continuing education 91  
COVID-19 79

## D

Dentista 75  
Diskriminasyon  
Pabahy 42  
Trabaho 147

Distributed (distance) learning at homeschooling 88  
Driver's licence 116

## E

Early years programs 86  
Edukasyon  
Post-secondary 89  
Secondary 86  
Employment Insurance (EI) 146  
Mga pagbabawas 139  
Employment Standards 137  
English language learning para sa mga bata 87  
ESL classes para sa adults 91  
Eviction o pagpapaalis 48

## F

Foreign qualifications recognition (FQR) 136  
Francophone settlement services 6  
Freedom of Information and Protection of Privacy Act 155  
French education programs 87

## G

Gamot  
Mga botika 74  
Mga reseta 74  
Pagbili 74  
Goods and Services Tax (GST) 58  
Graduated Licensing Program 117  
Guaranteed Income Supplement (GIS) 65

## H

Human rights (Mga karapatang pantao) 153

## I

Imigrasyon at citizenship 164  
Immigration, Refugees and Citizenship Canada (IRCC) 10, 98, 164  
Income tax 63  
Ingles 91  
Institutes (pang-edukasyon) 89

- Insurance
  - Bahay 52
  - Kotse 115, 122
  - Medikal 71
- Interim Federal Health Program (IFHP) 7, 70
- Internet
  - Online na pandaraya at mga panloloko 23
  - Pagbabangko sa pamamagitan ng Internet 61
  - Paggamit ng Internet 9
  - Pagkuha ng serbisyo sa Internet 45
- K**
- Mga kabataan
  - Ang mga kabataan at ang batas 159
  - Tulong para sa 99
- Kaligtasan
  - Online 23
  - Personal 22
  - Trabaho 147
- Kalusugan
  - Health insurance 69
  - HealthLink BC 71
  - Interim Federal Health Program (IFHP) 8, 70
  - Pagiging malusog at pananatiling malusog 78
- Kapag nawalan ka ng trabaho 144
- Karahasan, pang-aabuso, at pagpapabaya 96
- Kawalan ng Tirahan 104
- Kinikilalang kasarian 155
- L**
- Landlord 41–48
- LGBTQ2S+ (lesbian, gay, bisexual, transgender, queer, at Two-Spirit) 112, 155
- Ligal
  - Impormasyon 162
  - Sistema 153
- Lokal na pamahalaan 163
- Low-cost housing 49
- M**
- Mail 33
  - Pagpapadala at pagtanggap 33
- Maternity at parental leave 142
- Medical Insurance 71
- Medical Services Plan (MSP)
  - Coverage 69
  - Fees at tulong 69
  - Magparehistro 69
  - Supplementary Benefits 70
- Medikal
  - Insurance 71
  - Mga emergency 73
- Metric at imperial measure 59
- Mga acronym at mga abbreviation 165
- Mga ahensiya na makakatulong sa mga bagong dating 5
- Mga airlines 32
- Mga bakasyon 141
- Mga bata
  - At trabaho 141
  - Suporta para sa 106
- Mga batas
  - Pagtatrabaho 137
  - Trapiko 118
- Mga batas sa trapiko 118
- Mga biktima ng krimen 156
- Mga bisikleta 30
- Mga bus 32
  - BC Transit 27
  - handyDART 28
  - HandyDART 28
  - TransLink 26, 28
- Mga credit card 60
- Mga crisis centre 95
- Mga debit card 60
- Mga de-resetang gamot 74
- Mga doktor 72
  - Paghahanap ng isang family doctor o nurse practitioner 72
- Mga emergency 24
  - Mga medical emergency 73
  - Pagtawag ng pulis 157
- Mga emergency shelter 104
- Mga eye exam at mga salamin sa mata 75
- Mga ferries 32
- Mga food bank 105
- Mga gamot
  - Mga problema sa 102–103
  - Reseta 74
- Mga hate crime 156

## INDISA

- Mga hukuman 158
- Mga immigrant settlement agency 5
- Mga job interview 132
- Mga Katutubong tao 13
- Mga kolehiyo 89
  - Continuing education 91
  - Distributed (distance) learning 90
  - Mga klase sa Ingles 91
  - Post-secondary na edukasyon 89
- Mga kotse 31
  - Mga banggaan 122
  - Pagbabahagi ng sakay kasama ng iba 29
  - Pagbili 123
  - Pagmamaneho 116
  - Rentals 126
- Mga kredensiyal 133
- Mga kwalipikasyon 133
- Mga library 34
- Mga loan
  - Estudyante 89
  - Foreign qualifications recognition (FQR) 136
  - Kotse 125
  - Property tax deferment 65
- Mga Mapa
  - British Columbia h
  - Rehiyon ng Vancouver 171
- Mga oras ng trabaho 138
- Mga paaralan
  - Independent (pribado) 86
  - Mga pampublikong paaralan 85
  - Post-secondary 89
- Mga pagbabawas 139
- Mga pamilya
  - Benefits 107
  - Mga panlipunang kaugalian 17
  - Tulong para sa 106
- Mga panlipunang kaugalian 17
- Mga piyesta opisyal 141
- Mga property tax 64
- Mga public health unit 76
- Mga refugee
  - Interim Federal Health Program (IFHP) 8, 70
  - Mga refugee claimant 7
  - Mga refugee na pribadong inisponsoran 7
  - Mga refugee na tinutulungan ng pamahalaan 6
- Mga refugee na tinutulungan ng pamahalaan 6
- Mga resumé (biodata) 131
- Mga sasakyan
  - Mula sa labas ng B.C. 125
  - Pagbili at pagbebenta 123
- Mga seatbelt 118
- Mga sentrong pangkomunidad, panlibangan at pangmatanda 36
- Mga serbisyo sa interpretasyon at pagsasalin-wika 6
- Mga serbisyo sa pagsasalin-wika at interpretasyon 6
- Mga settlement agency 5
- Mga Matatanda
  - Mga sentrong pangkomunidad, panlibangan at pangmatanda 36
  - Pinansiyal na tulong 65
  - Seniors' programs at benefits 109
  - Senior's Supplement 65
- Mga taong may mga kapansanan 111
  - Property tax deferment para sa 65
  - Property tax deferral 65
  - Subsidized na pabahay 49
  - Subsidized na pabahay para sa 49
  - Transportasyon 28
  - Transportasyon para sa 28
- Mga tax 63
  - Pagbabayad ng mga tax 63
- Mga taxable benefit 140
- Mga taxi 29
- Mga Telepono 20
  - Long-distance calls 21
  - Mga mobile phone 20
  - Pagbabangko sa pamamagitan ng telepono 61
- Mga tren 33
- Mga tseke 60
- Mga unibersidad
  - Continuing education 91
  - Distributed (distance) learning 88
  - Post-secondary na edukasyon 89
- Mga unyon
  - Pagsali sa unyon 137
  - Union dues 140
- Mga walk-in clinic 72
- Minimum wage 140
- Mortgage 52



- N**
- Negosyo
    - Mga pribadong kompanya, pakikipagnegosyo sa 62
    - Pagsisimula ng iyong sariling 149
  - Nursing services (8-1-1) 71
- O**
- Old Age Security Pension (OAS) 65
  - Ombudsperson, Opisina ng 112
  - Optometrists 75
  - Ospital 73
- P**
- Pabahy
    - Emergency housing 104
    - Mga uri ng pabahay 41
    - Pagbili ng isang tahanan 52
    - Pag-upa ng pabahay 41
    - Subsidized na pabahay 49
    - Tulong 49
  - Pagbabangko 59
    - Mga machine 61
    - Sa pamamagitan ng telepono 61
  - Pagbiyahe
    - Sa mga komunidad 32
  - Pagboboluntaryo 37
  - Pag-inom at Pagmamaneho (Nagmamaneho nang nakainom) 120
  - Paglalakad 29
  - Pagmamaneho 116
    - Distracted 120
    - Mga paaralan 118
  - Pagsusugal 102
    - Mga problema sa 102
  - Pagtatrabaho 137
    - Diskriminasyon at panliligalig 147
    - Kapag nasaktan 147
    - Leave 142
    - Mga batas ukol sa 137
    - Pagiging sertipikado na magtatrabaho sa B.C. 133
  - Pag-upa 41
  - Pag-utang ng pera 62
  - Pamahalaan 161
  - Pamahalaang pederal 161
  - Pamimili 57
  - Pandaraya at mga panloloko 22
  - Pang-aabuso 96-100
  - Panggagahasa, sexual assault 96
  - Pangkaisipang kalusugan 77
    - Alak at iba pang mga droga 77
  - Panliligalig 147
  - Parental leave 142
  - Gabay ng Bagong Dating sa BC
    - Mga app 4
    - Paggamit 3
    - Pag-order d
  - Pensiyon 65
  - Pera 57
    - Pagbabangko 59
    - Paghiram at pag-utang ng pera 62
    - Pag-invest 66
    - Pagpapadala ng pera 61
  - PharmaCare at Fair PharmaCare 74
  - Pharmacist 74
  - Post office 33
  - Post-secondary na edukasyon 89
  - Pribadong health insurance 71
  - Pulis 157
    - Mga batas sa trapiko 118
    - Mga pag-aresto 157
    - Mga reklamo laban sa pulis 158
    - Pag-uulat ng mga banggaan 122
- R**
- Recreation 36
  - Registered Education Savings Plan (RESP) 90
  - Residential Tenancy Agreement 44
- S**
- Saksi 158
  - Service BC 10
  - Service Canada 10
  - Settlement Workers in Schools (SWIS) 86
  - Sistema ng edukasyon 85
  - Social Insurance Number (SIN) 129
  - Special needs (mga bata sa paaralan) 87
  - Sponsorship
    - Breakdown 103
    - Mga refugee 7
  - Subsidized na pabahay 49
  - Supplementary Benefits 70

## **INDISA**

### **T**

#### Trabaho

- Kapag nasaktan sa trabaho 147
- Kapag nawalan ng trabaho 144
- Paano mag-apply ng trabaho 130
- Paghahanap ng trabaho 129
- Pagiging sertipikado na magtrabaho sa B.C. 133

Trabaho at tulong sa kita (welfare) 103

Transportasyon 26

#### Tulong

- Mga biktima ng krimen 156
- Mga pamilya 106
- Mga Matatanda 109
- Pabahy 49

Tulong para sa mga kabataan 99

Tulong sa kita 103, 147

### **U**

Upgrading 135

Utilities 45

### **W**

Welfare (tulong sa kita) 103, 147

Wika, tulong 74–81

WorkSafeBC 147

# Rehiyon ng Vancouver

