

برنامه پناهندگی با مساعدت دولت اسکان مجدد پناهندگان در کانادا معلومات مهم

شما میخواهید به کانادا بیايید و درخواست شما توسط مامورین دولتی کانادا مرحله مرور ابتدایی را طی نموده است. حالا شما میخواهید بدانید که مرحله بعدی چیست. انتخاب نمودن شما به مثابه پناهنده واجد شرایط یک قدم مهم در پروسه اسکان مجدد است. اما این قدم آخری نیست. این معلومات در مورد مراحل بعدی در این پروسه، و در باره کانادا است.



© جلالٲ ماآب ملكةٲ كانادا، كه توسط وزير مهاجرت، پناهندي و تابعيت از آن نمايندي صورت ميگيرد، سال ۲۰۱۹

Ci44-20/2019Per2-PDF
978-0-660-32872-0
2627-11-2019

شما می‌توانید تحت برنامه پناهندگی با مساعدت دولت در کانادا اسکان مجدد یابید. این امر بدین معنیست که شما توسط اداره مهاجرین ملل متحد (UNHCR) یا سازمان رجوع کننده دیگر به دولت کانادا معرفی شده اید.

در صورتی که درخواست شما منظور شود، دولت کانادا یا ولایت کبک شما را در طی سال اول اقامت تان در کانادا از نظر مالی حمایت میکند. حمایت تمویل شده دولتی توسط سازمان ها نیز ارائه میشوند که خدمات خود را برای تازه واردین در کانادا فراهم میکنند که سازمان های فراهم کننده خدمات نامیده میشوند. این سازمان ها شما را کمک میکنند تا به زندگی در کانادا تطابق یابید.

پروسه درخواست - مراحل بعدی:

- شما و اعضای خانواده تان باید معاینه صحتی را قبل از ورود به کانادا تکمیل کنید.
- مصارف مربوط به معاینات صحتی همراه با خدمات دیگر طبی که قبل از خروج شما اجراء میشوند توسط دولت کانادا پرداخته میشود.
- بعد از مصاحبه با شما چندین ماه را شاید دربر بگیرد قبل از این که تا از شما تقاضا شود که برای معاینات صحتی بروید. سازمان جهانی برای مهاجرت یا یک دفتر مهاجرت، وزارت پناهندگان و تابعیت کانادا در صورتی که معاینات شما قبلاً اجراء نشده باشد با تفصیلات بیشتر با شما تماس میگیرد.
- شما همچنان باید تحقیقات جنایی و امنیتی را تکمیل کنید. این تحقیقات تأمین میکند که شما در گذشته مرتکب جنایات جدی نشده اید، و شما برای کانادا خطر امنیتی ایجاد نمیکنید.
- مامورین امیگریشن کانادایی درخواست شما را مرور میکنند تا تصمیم بگیرند که اگر شما معاینات طبی، تحقیقات امنیتی و جنایی را طی کنید. تا زمانیکه از شما خواسته نشود ضرور نیست که معلومات بیشتر را ارائه کنید.
- اگر معاینات طبی و تحقیقات امنیتی و جنایی را موفقانه تکمیل نکنید، ممکن است شما برای اسکان مجدد به کانادا انتخاب نشوید.
- در صورتی که شما معاینات طبی و تحقیقات امنیتی و جنایی را موفقانه تکمیل کنید، کانادا از سازمان بین المللی مهاجرت یا سازمان دیگر تقاضا میکند تا شما را برای سفر به کانادا آماده کند.
- در بعضی از کشور ها، از شما دعوت میشود تا به نشست آشناسازی مجانی قبل از ترک نمودن تان اشتراک کنید. این نشست های مجانی، که "آشناسازی کانادایی در خارج از کشور" نامیده میشود، توسط دولت کانادا تمویل شده و توسط سازمان بین المللی مهاجرت ارائه میشود. در این نشست، شما در مورد کانادا و خدمات که برای کمک شما بعد از رسیدن در آنجا قابل دسترس است می آموزید.





- بعد از تکمیل موفقانه تمام معاینات و تحقیقات و آماده شدن اسنادتان، سفر شما به کانادا ترتیب میشود.
- در بعضی از کشورها برای دولت کشور زندگی تان قبل از ترک کردن هزینه بیرون رفت را باید بپردازید. درحالیکه این هزینه را شما باید خودتان بپردازید، سازمان بین المللی مهاجرت میتواند شما را در این پروسه کمک کند.
- اگر شما پاسپورت یا سند دیگر مدار اعتبار برای سفر ندارید، دولت کانادا برای تان یک سند میدهد تا بتوانید به کانادا سفر کنید.

- دولت کانادا برای پوشش مصارف سفر تان به کانادا برای تان پول قرضه میدهد.
- این پول قرضه بوده، که بدین معنیست که شما باید تمام آن را به دولت طی 3 الی 8 سال، نظر به مقدار پول قرضه، واپس بپردازید.
- شما پرداخت اقساط این قرضه را باید طی 1 سال رسیدن تان در کانادا شروع کنید.
- برای رسیدن به میدان هوایی و معامله با مأمورین امیگریشن هنگام ترک کردن با شما کمک میشود.
- سفر کردن به منزل آخرتان در کانادا میتواند یک سفر طولانی باشد. شما میتوانید همراهی خود غذا های خوراک مختصر بیاورید چون ممکن است در طیاره یا میدان هوایی شما از جیب خود برای غذا پول بپردازید.

رسیدن به کانادا:

- هنگام رسیدن در کانادا، کارمندان سازمان ارائه کننده خدمات، به شمول ترجمان در صورت ضرورت، از شما بعد از خارج شده از طیاره پذیرایی میکنند و در مراحل امیگریشن شما را کمک میکنند.
- اگر شما پرواز های پیوسته داشته باشید، آنها شما را برای رسیدن به منزل نهایی تان رهنمایی میکنند. آنها همچنان برای تان غذا و جای برای خواب را در صورت فراهم میکنند که اگر شما برای پرواز پیوسته تان دیر منتظر بمانید.
- اگر شما در منزلتان قبلاً رسیده باشید، آنها شما را برای ملاقات با کارمندان سازمان ارائه کننده خدمات میبرند که آنها در میدان هوایی منتظر شما خواهند بود.
- این کارمندان جای برای زندگی، مانند آپارتمان، خانه یا هتل برای تان فراهم میکنند.
- در بعضی از موارد امکان دارد برای شما محل اقامت موقت برای چند روز یا چند هفته تا زمانیکه شما به محل اقامت دائمی تان انتقال شوید فراهم شود.
- کارمندان سازمان ارائه کننده خدمات همچنان با شما جهت خریداری غذا و پوشاک با حمایت مالی فراهم شده توسط دولت کمک میکنند. برای شما پوشاک زمستان نیز ممکن فراهم شود.
- کارمندان سازمان ارائه کننده خدمات با شما در موارد ذیل کمک میکنند:

- درخواست برای بیمه صحتی ولایتی؛
- پیدا کردن داکتر فامیلی و داکتر دندان؛
- فراهم نمودن معلومات در مورد سیستم مکتب و ثبت نام اطفال شما در مکتب؛
- تکمیل فرمها و درخواستها؛
- پیدا کردن ترجمان شفاهی و کتبی؛
- آشنایی با مردمان دیگر با علاقمندی های مشابه به شما؛
- استفاده از خدمات بانکی، ترانسپورتی، و غیره؛
- ارزیابی از ضروریات شما و معرفی شما و خانواده تان برای خدمات خصوصی در جامعه؛ و
- ترویج مهارت های لسانی شما، آمادگی برای کار و پیدا کردن آن، و سایر مطالب دیگر.

دولت کانادا برای شروع کردن زندگی تان در کانادا برای تان در نخست کمک میکند. اما مهم است تا شما توقعات واقع بینانه داشته باشید.

شما باید آماده باشید تا برای داشتن زندگی خوب در کانادا زحمت بکشید. حمایت مالی از طرف دولت برای مدت 1 سال بعد از تاریخ رسیدن شما، یا تا زمانیکه شما خودکفا شوید - هرکدام آن که



شما و همسر تان، اطفال واجب نفقه تان و اطفال واجب نفقه تان از اطفال واجب نفقه می‌توانید در حین فورمه امیگریشن درخواست کنید و یکجا به کانادا بیایید.



اگر در حالت مدنی شما هر نوع تغییر بمیان آید (طور مثال، شما ازدواج یا طلاق میکنید)، یا اگر طفل نو پیدا میشود قبل از سفر تان به کانادا، شما باید برای UNHCR و مامورین کانادایی اطلاع دهید. این بخاطر شامل نمودن عضو جدید خانواده تا در درخواست امیگریشن لازم است.

بسیار مهم است تا مامورین کانادایی را بگویند که شما به مثابه یک خانواده میخواهید اسکان مجدد پیدا کنید. شما باید تمام اعضای خانواده تان را در درخواست تان لست کنید. اگر شما برای کارمند امیگریشن کانادا در مورد همسر یا طفل تان قبل از سفر به کانادا معلومات ندهید، شما در آینده نمیتوانید تا آنها را برای آمدن به کانادا اسپانسر کنید.



اگر شما عقارب یا دوستان نزدیک دارید که قبلاً در کانادا هستند، و اگر شما خواهش زندگی در نزدیکی آنها دارید، شما باید کارمندان UNHCR و امیگریشن کانادا را مطلع سازید. تا حد امکان، کانادا سعی میکند تا پناهندگان را در اجتماع جابجا کند که در آنجا آنها حمایت مردم را که می شناسند داشته باشند.

شما ممکن است در درخواست تان اعضای خانواده واجب نفقه "غیر-همراه" را شناسایی کرده باشید. بعد از جابجا شدن در کانادا، شما ممکن بتوانید این اعضای خانواده تان را به کانادا تحت یک پروگرام که "یک سال برای فرصت" نامیده میشود بیاورید. در جریان سال اول تان بعد از رسیدن به کانادا شما میتوانید درخواست دهید تا همسر، همسر عرفی، طفل واجب نفقه، یا طفل واجب نفقه از طفل واجب نفقه تان به کانادا با شما اسکان مجدد یابند، اما باید آنها در درخواست شما قبل از رفتن تان به کانادا لست شده باشند.

اعضای دیگر خانواده، مانند والدین، مادر کلان و پدر کلان، یا برادران و خواهران باید از طرف خود درخواست دهند تا برای اسکان مجدد مد نظر گرفته شوند. بعد از رسیدن به کانادا، در صورت که شما واجد یک عده از شرایط باشید ممکن است شما اعضای خانواده تان را اسپانسر کنید تا به کانادا مهاجرت کنند. به هر صورت، پروسه آوردن این اعضای خانواده به کانادا میتواند مدت زیاد طول بکشد و شما ممکن است اعضای خانواده تان را برای چندین سال دیده نتوانید.

وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا برای حیوانات خانگی ترتیبات سفری را فراهم نمیکند به استثنای این که چنین حیوان به مقصد کمک معلولیت مورد استفاده باشد که دلایل مشروع برای سفر آن به کانادا وجود داشته باشد. پناهندگان باید خود شان برای حیوانات خانگی شان ترتیبات سفری را به عهده بگیرند.

وضعیت امیگریشن شما

هنگام رسیدن شما به کانادا سند بنام تائید اقامت دائمی برای تان داده میشود که در آن ذکر شده که شما در اینجا به طور دائمی به صفت ساکن دائمی زندگی کنید. این بدین معنیست که شما قانوناً میتوانید در کانادا برای بقیه حیات تان زندگی کنید. شما میتوانید کار و تحصیل کنید.

مقررات مشخص برای طول زندگی، و واقعاً موجود بودن در کانادا قبل از درخواست برای تابعیت کانادا وجود دارد. بعد از این که شما واجد تمام مقررات باشید، شما میتوانید تبعه کانادایی شوید.

معلومات بیشتر در <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/canadian-citizenship/become-canadian-citizen.html> قابل دسترس است.

در کدام قسمت کانادا زندگی خواهید کرد

کانادا دوم بزرگترین کشور در جهان است که در آنجا شهرها و قصبه‌ها زیاد وجود دارد اما مناطق زیاد نیز دارد که در آن تعداد کم مردم یا هیچ کسی زندگی نمیکند. بسیار از شهرهای بزرگ در حصه جنوب کانادا موقعیت دارد که در نزدیکی سرحد با ایالات متحده است.



بسیار از مناطق که مردم در آنجا زندگی میکنند از مناطق دیگر بسیار فاصله دارند و مدت طولانی را دربر میگیرند، حتی از طریق سفر هوایی، که در آنجا سفر شود. طور مثال، فاصله بین دو بزرگترین شهرهای کانادا، تورانتو و وانکوور بیشتر از 4300 کیلومتر یا تقریباً 3 روز توسط بس مسافربری میباشد.

شما در یکی از شهرهای متعدد کانادا ممکن است جابجا شوید. اگر در کانادا شناخته یا خانواده دارید، ما کوشش میکنیم تا شما و خانواده تان را در یک شهر یا قصبه جابجا کنیم که تا حد امکان نزدیک آنها باشد. اما منزل نهایی شما وابسته به عوامل گوناگون است که شامل خدمات لازمه تخصصی، موجودیت خانه، خدمات اجتماعی و تعداد اعضای خانواده تان است.

اگر عقارب یا شناخته‌های شما در شهر دیگر کانادا انتقال کنند، لطفاً وزارت را هرچه عاجل تر اطلاع دهید.

در حالیکه شما آزاد هستید که در جای دیگر در کانادا بروید، ما تشویق میکنیم تا شما در حین جای برای مدت حد اقل یک سال باشید. این برای شما اجازه میدهد تا از خدمات طرح ریزی شده برای تان بهره بگیرید.



در کانادا مرد و زن مساوی هستند. آنها دارای حقوق یکسان هستند و به اندازه یکسان احترام با آنها رویه میشود. مردان و زنان از تمام سطوح اجتماعی، فرهنگ ها، نسل ها و مذاهب با یک دیگر مناسبات دارند و با مساوات با آنها رویه میشود.



شما آزاد میباشید تا نظر خود را در کانادا اظهار کنید، اما باید احترام قابل باشید که دیگران نیز حق آن را دارند.

گروه ها و اتحادیه های اجتماعی متعدد برای مردان، زنان و اطفال وجود دارند که شما میتوانید در آنها اشتراک کنید. شما میتوانید در فعالیت های ورزشی مانند فوتبال یا آب بازی اشتراک کنید و سرگرمی های زیاد وجود دارد که شما به شکل فامیلی میتوانید در آنها سهم بگیرید. بعضی از آنها مجانی هستند و سایر آنها هزینه دارند.

ممکن است شما عادت داشته باشید تا تمام خانواده شما در نزدیکی تان برای کمک و حمایت شما وجود داشته اند. بعد از رسیدن در کانادا شما ممکن است تنها احساس کنید اما شما تنها نمی باشید. اگر نگرانی دارید، شما میتوانید با یکی از سازمان های ارائه کننده خدمات تماس بگیرید یا با کسی در جامعه تان صحبت کنید. مردمان در اینجا هستند که میتوانند شما را در حصة عیار نمودنی زندگی تان در کانادا کمک کنند.

اگر نشست های برای تازه واردین در منطقه شما وجود دارد، کوشش کنید که در آنها اشتراک کنید. این کمک میکند تا در جامعه تان دوستان پیدا کنید و کمک میکند تا با خدمات در منطقه تان آشنا شوید.

قوانین کانادایی

قوانین کانادایی از حقوق و آزادی های اساسی برای همه، به شمول آزادی و مساوات شناسایی و حفاظت میکند. منشور حقوق و آزادی های کانادایی (Canadian Charter of Rights and Freedoms) یک بخش قانون اساسی کانادا را تشکیل میدهد. این قانون شما را از لحظه رسیدن در کانادا به بعد حفاظت میکند.



آگاه باشید که بعضی کارها در کانادا خلاف قانون است که امکان دارد همین کارها در کشور زندگی شما خلاف قانون نباشد. دست بالا کردن بالای یک زن یا طفل، رها کردن اطفال بدون سرپرستی یک فرد بالغ، راندن وسایط بدون بیمه یا جواز، یا سفر اطفال کوچک در موتر بدون چوکی حفاظتی خلاف قانون بوده و جرم میباشد. همچنان خلاف قانون است اگر کسی در ساحة عمومی ادرار یا مدفع به عمل می آورد، چون تسهیلات تشناب های مجانی در بسیاری از جاها وجود دارد.

معلومات بیشتر در مورد قوانین و سیستم قضایی کانادا در [صفحه انترنتی](#) دولت کانادا قابل دسترس است.

کانادا دو لسان رسمی دارد: انگلیسی و فرانسوی. مهارت های لسانی انگلیسی یا فرانسوی برای جابجا شدن تان در کانادا بسیار مهم است.



انگلیسی معمول ترین لسان در بیشتر از ولایات و قلمروهاست. لسان فرانسوی در ولایت کبک لسان عمومی بوده، البته جوامع فرانسوی زبان در تمام ولایات و قلمروهای کانادا وجود دارند. همچنان، یک جامعه بزرگ اقلیت ساکنین در ولایت کبک وجود دارد که انگلیسی زبان هستند.

مهارت های قوی لسان انگلیسی یا فرانسوی در حصة پیدا کردن کار، تحصیلات، دستیابی به خدمات و پیدا کردن دوست و رفیق بسیار کمک میکند. در صورت امکان، کوشش کنید تا مهارت لسان فرانسوی یا انگلیسی خود را قبل از آمدن به کانادا تقویه کنید.

بعد از رسیدن به کانادا، شما میتوانید در کورس های لسان تمویل شده دولتی بدون هزینه اشتراک کنید. سازمان های ارائه کننده خدمات میتوانند شما را در حصة ارزیابی سطح مهارت لسانی تان و ثبت نام شما در برنامه های آموزش لسان کمک کنند.

کاریابی

در حالیکه شما و خانواده تان کمک مالی در سال اول تان در کانادا حاصل میکنید، خوب خواهد بود تا برای پیدا کردن یک کار آماده شوید تا بتوانید برای خود و خانواده تان عاید داشته باشید.

هر قدر خوب تر در انگلیسی یا فرانسوی صحبت کرده بتوانید، به همان اندازه پیدا کردن کار برای تان آسان خواهد بود. بسیار از کارها و حرفه های تنظیم شده نیاز دارند تا شما:

- در لسان انگلیسی یا فرانسوی روان صحبت کرده بتوانید،
- دانش قوی از تمام لسان مربوط به کار داشته باشید، و
- عبارات و اصطلاحات را درک کنید که معمولاً استفاده میشوند که بعضی از آنها تنها در کانادا مروج هستند.



اگر بتوانید، کوشش کنید در مورد مقررات لسانی که در رشته کاری شما ضرورت است معلومات پیدا کنید. بعد از رسیدن در کانادا، ارائه کننده گان خدمات نشست های معلوماتی مجانی و خدمات انفرادی را برای پیدا کردن کار برای تان و ثبت نام شما در صنوف لسان کمک ارائه میکنند.

اگر شما درجه تحصیل پوهنتون، دیپلوم کالج یا تصدیق نامه حرفوی دارید، ممکن است که در کانادا قبول نشود. این کار مربوط به دولت ولایتی یا نهاد تنظیم کننده در جای که شما زندگی میکند بوده تا تعیین کند که درجه/تصدیق نامه یا مدارک تحصیلی شما را بشناسند. ارائه کننده گان خدمات همچنان میتوانند شما را در حصة این پروسه با راهنمایی کمک کنند.

کارهای داوطلبانه نیز یک طریق خوب برای کسب تجربه کار کانادایی است. در حالیکه در کارهای داوطلبانه شما پول حاصل نمیکند، این میتواند شما را در حصة ارتفاع دادن مهارت های لسانی شما کمک کند و تجربه و مهارت های لازم برای درخواست دادن جهت کاریابی را کسب کرده میتوانید. این همچنان یک طریق خوب برای پیدا کردن دوست و دیدن از مردم در جامعه تان است.



خدمات اسکان مجدد توسط وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا (و توسط Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion در ولایت کبک) تمویل شده و برای تمام ساکنین دایمی کانادایی، به شمول پناهندگان جابجا شده، قابل دسترس است. این خدمات مجانی بوده و شما را کمک کرده میتواند تا برای عیار نمودن زندگی در کانادا بهتر آمادگی بگیرید.

خدمات متعدد قبل از رسیدن روی اینترنت در [صفحه انترنتی وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا](#) برای آماه سازی جهت زندگی در کانادا وجود دارد. شما این خدمات را میتوانید بعد از گرفتن تصدیق قبول درخواست تان حاصل کنید.

بعد از رسیدن به کانادا، مامورین مسلکی برای اسکان خدمات مجانی گوناگون را برای عیار نمودن زندگی در کانادا فراهم میکنند. این ها شامل کمک در حصه کاریابی، آموزش لسان، آموزش مشخص به کار، خدمات برای جوانان و بزرگسالان و غیره میباشد.

لست کامل خدمات اسکان که توسط وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا تمویل شده [آنلاین](#) است.

مصارف

برای 12 ماه سر از روز رسیدن در کانادا یا تا وقتی که خودکفا شوید - هر کدام آن که اول واقع شود، شما حمایت مالی از طرف دولت کانادا (یا ولایت کبک) دارید.

بعد از ختم این حمایت، شما مسولیت پرداخت برای تمام مصارف به شمول غذا، کراه خانه، بل برق، بل آب، پوشاک و مالیه را به عهده دارید. مهم است تا بیاموزید که چطور پول تان را در یک بودجه طرح کنید.

در صورت که بعد از 12 ماه کار پیدا کرده نتوانید و برای حمایت از خانواده تان به کمک ضرورت داشته باشید، خدمات اجتماعی گوناگون مانند بانک های غذایی و سازمان های خیریه وجود دارند که برای کسانی که به مساعدت ضرورت دارند همکاری میکنند. همچنان برنامه های حمایت مالی فراهم شده توسط دولت برای مردم نیازمند وجود دارد، اما شما باید با شرایط آن بخاطر بهربرداری از این برنامه های مطابقت داشته باشید.

شما همچنان میتوانید برای خانواده تان در کشور تان پول ارسال کنید. در این کار شما آزاد هستید، اما بسیار مردم مشکل دارند تا از خود حمایت کنند و بعد از آن هم پول داشته باشند تا به خانواده خود ارسال کنند. بسیاری از چیز ها در کانادا قیمت زیادتیر دارد نسبت به این که شما به قیمت ارزان آن عادت دارید. بخاطر داشته باشید که برای عیار شدن زندگی تان در کانادا مدت زمان را در بر میگیرد.





لازم نیست شما برای رفتن طفل تان به مکتب ابتدایی یا ثانوی پول بپردازید. تمام اطفال بین سنین 6 و 16 باید به مکتب بروند. این قانون است. بیشتر از شاگردان به مکتب ثانوی تا اخذ دیپلوم فراغت (تقریباً سن 18 سالگی) شامل میباشند.

بعد از تکمیل مکتب ثانوی، اطفال شما میتوانند در پوهنتون یا کالج بروند. کالج و پوهنتون از خود هزینه پولی دارند، اما کالج یا پوهنتون ممکن است منابع برای کمک آنها جهت اخذ اسکالرشپ، کمک مالی یا قرضه محصلین داشته باشد.

صحت و مراقبت دندان

به صفت ساکن دائمی کانادا، لازم نیست تا شما برای خدمات صحی، به شمول رفتن به شفاخانه یا دیدن داکتر پول بپردازید.

هنگام رسیدن به کانادا، برای شما پوشش بیمه صحی تحت برنامه موقت فدرالی صحت (که مخفف آن IFHP است) فراهم میشود. پوشش بیمه IFHP مراقبت صحی اساسی (به شمول رفتن به داکتر یا شفاخانه) را تا زمانیکه شما واجد شرایط برای اخذ پوشش بیمه صحی ولایتی یا منطوقی شوید فراهم میکند، که معمولاً طی 3 ماه واقع میشود. در جریان این زمان، شما باید از ولایت یا قلمروها که در آنجا شما زندگی میکنید برای بیمه صحی درخواست دهید.



مهم است تا سند واجد بودن شرایط تان را برای فراهم کننده خدمات صحی تان در هر بازدید نشان دهید. شما خدمات صحی را در هر حصه کانادا از هر فراهم کننده خدمات صحی که راجستر شده باشد دریافت کرده میتوانید. لست فراهم کننده گان خدمات راجستر شده [آنلاین](#) تحت لست "Search IFHP Providers" (جستجو برای فراهم کننده گان راجستر شده) قابل دسترس است.

بیمه IFHP همچنان پوشش ادویه توصیه شده و پوشش کمک برای رسیدگی به یک عده از نیازمندی های عاجل خدمات صحی اولیه (طول مثال، خدمات صحی عقلی و عصبی، خدمات محدود برای بینایی و خدمات عاجل برای مراقبت دندان جهت تسکین درد و عفونت) فراهم میکند. پوشش کمک و ادویه توصیه شده تا زمان فراهم میشود که شما از برنامه کمکی اسکان مجدد (Resettlement Assistance Program) یا مشابه آن در ولایت کبک) عاید حاصل میکنید.

خلاصه از امتیازات و خدمات IFHP در [صفحه انترنت وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا](#) قابل دسترس است.

فراهم کننده گان خدمات میتوانند شما را برای انتخاب داکتر فامیلی، پیدا کردن داکتر دندان و ایجاد رابطه با خدمات مشورتی صحت عقلی و تراما هنگام ضرورت کمک کنند.

هر ولایت و قلمرو برنامه بیمه صحی از خود دارد. مطمئن باشید که بدانید که برنامه صحی شما کدام موارد را تحت پوشش میگیرد. فراهم کننده گان خدمات همچنان شما را برای ارائه درخواست برای اسناد لازمه بعد از رسیدن به کانادا کمک میکنند.

پناهندگان که در کانادا تازه وارد هستند معمولاً تنها و بی کس احساس میکنند، و ممکن است که تشویش دوامدار نسبت به صدمات در ماضی داشته باشند. خدمات مجانی زیاد و افراد آموزش دیده برای صحبت کردن وجود دارند که آنها برای شفایابی این زخم ها کمک میتوانند. اگر شما به کمک نیاز دارید، از یک سازمان ارائه کننده خدمات در مورد صحت عقلی و خدمات مشورتی قابل دسترس به شما تقاضا کنید.

واکسین

واکسین شدن علیه یک مرض یکی از بیخطر ترین و موثرترین طرق برای جلوگیری از مرض، مشکلات طبی و مرگ قبل از وقت میباشد.

واکسین با کمک کردن وجودتان جهت تقویت سیستم دفاعی آن کار میکند. مانند تمام ادویه، واکسین یک پروسه کامل تائیدی و قبولی را قبل از این که به شکل عمومی قابل دسترس قرار بگیرد طی نموده است.

یک داکتر دارای جواز میتواند برای شما واکسین ارائه کند تا وضعیت دفاع وجودتان را در جریان معاینات صحی امیگریشن، قبل از رسیدن به کانادا تجدید کند. این خدمات به داوطلبانه فراهم میشود. اگر شما انتخاب کنید تا بیرون از کشور واکسین شوید، شما باید اسناد واکسین شدن را با خود به کانادا بیاورید.

بعد از رسیدن به کانادا، بسیاری از واکسین ها تحت طرح بیمه صحی ولایتی یا منطقوی شما زیر پوشش میباشد. شما و خانواده تان ممکن در معرض خطر امراض قرار داشته باشید که واکسین ها میتوانند از آنها جلوگیری کنند، خصوصاً اگر شما در گذشته واکسین نشده باشید. کودکان و اطفال کوچک خصوصاً در معرض خطر به امراض قابل جلوگیری قرار دارند، و در بعضی قسمت های کانادا، اطفال باید تمام واکسین های خود را قبل از شروع کردن مکتب یا کودکتان تکمیل کرده باشند.

فراهم کننده گان خدمات، داکتران یا یک کلینیک صحی میتوانند در مورد چگونگی تجدید وضعیت دفاعی تان معلومات بیشتر ارائه کنند.

واکسین شدن شما و/یا اعضای خانواده تان یک تصمیم شخصی است. اما به یاد داشته باشید: هنگام که واکسین میشوید، شما خود و دیگران را از امراض مشخص حفاظت میکنید و برای توقف دادن سرایت مرض به کسانی که بیشتر در معرض خطر قرار دارند کمک میکنید.

غذا و آب

در کانادا آب برای بوسیدن بی خطر است. در هر حانه جریان آب داغ و سرد وجود دارد. میوایی هر زمان در روز یا شب آب داشته باشید.

انواع غذا که برای خریدن قابل دسترس است وابسته به اجتماع شما میشود. بسیار از غذا های که شما معمولاً استفاده میکنید در شهر های بزرگ و متنوع کانادایی پیدا میشود اما جوامع کوچک تر ممکن است تنوع کم تر داشته باشد.



مردم از گروه های مختلف نژادی در کانادا زندگی میکنند، که بدین معنیست که تنوع بزرگ غذا از فرهنگ های مختلف وجود دارد، و شما میتوانید دکان های مخصوص برای محصولات غذایی مشخص پیدا کنید. بعضی از غذا ها ممکن است نسبت اقلیم کانادا و نیاز به وارد نمودن بعضی مواد غذایی نسبت به قیمت های که شما با آن عادت دارید قیمت تر باشد.



مذاهب زیاد در کانادا وجود دارند. میتوانید آزادانه مذهب تان را پیروی کنید. طبق قانون کانادایی شما باید به کسانی که از مذاهب مختلف پیروی میکنند احترام قابل شوید. کسی از شما تقاضا نمیتواند یا شما مجبور نمیشاید تا مذهب تان را تغییر دهید. آزادی دین یکی از حقوق اساس کانادا است.

در حالیکه بیشتر از سازمان های ارائه کننده خدمات با گروه های مبنی بر دین وابسته اند، شما میتوانید به شکل آزاد از مذهب خود پیروی و عمل کنید. این مردم میخواهند شما را برای آمدن به کانادا و ادغام موفقانه، بدون کدام مکلفیت، کمک کنند.

آب و هوا

چهار فصل مختلف در کانادا وجود دارد: بهار، تابستان، خزان و زمستان. کانادا یک کشور بسیار بزرگ است و آب و هوا در هر فصل میتواند نسبت به قسمت های دیگر کشور متفاوت باشد.



بهار (ماه های مارچ، اپریل و می) یک فصل بارانی در بیشتر قسمت های کانادا است، و آب و هوا میتواند سرد باشد. در تابستان (ماه های جون، جولای و آگست)، در بیشتر قسمت های کشور آب و هوا بسیار گرم است. از طرف روز درجه حرارت معمولاً به بلند تر از 20 درجه سانتی گراد است و اکثراً بیشتر از 30 درجه سانتی گراد میرسد.



در فصل خزان (ماه های سپتمبر، اکتوبر و نومبر)، آب و هوا سرد میشود و میتواند بسیار بارانی باشد. در جریان ماه های زمستانی (دسمبر، جنوری و فبروری) در اکثر جاها بسیار سرد بوده، درجه حرارت معمولاً پائین تر از 0 درجه میباشد. از ماه دسمبر تا مارچ یا اپریل زمین ها زیر پوشش برف هستند. در مناطق جنوب غرب و لایت برتش کولامبیا (مناطق وکتوریا و وانکوور)، در فصل زمستان نسبت به برف اضافه تر باران معمول است.

شما در جریان اولین زمستان تان در کانادا توسط خنک و برف ممکن بسیار حیرت کنید که این تعلق به تفاوت با اقلیم کشور شما دارد. با پوشاک درست، شما آماده خواهید بود تا از زیبایی بی مثال زمستان کانادایی لذت ببرید. برای شما ممکن پوشاک زمستانی هنگام رسیدن دادن شود که تعلق به زمان رسیدن تان در کانادا دارد. فراهم کننده گان خدمات نیزمیتوانند شما را در حصة خریداری کلاه، بوت ها، دستکش و بالاپوش های زمستانی برای خانواده تان کمک کنند.

آغاز یک زندگی جدید در کانادا پر از هیجان و دارای فرصت های جدید است. اما مشکلات نیز وجود خواهد داشت. بعضی مردم در حصة انطباق مشکل دارند. یک مدت را در بر میگیرد، کوشش کنید حوصله داشته باشید. بخاطر داشته باشید که تعداد زیاد از تازه واردین مانند شما انطباق نموده اند و کاملاً در جامعه کانادایی ادغام شده اند.

مردم و خدمات برای کمک شما وجود دارند. فراهم کننده خدمات برای جواب دادن نگرانی ها یا سوال های شما قابل دسترس هستند. آنها برای منافع شما سعی دارند. شما همچنان میتوانید با دفتر وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/contact-ircc/offices/international-visa-offices.html> برای سوالات در مورد درخواست تان به تماس شوید.

منابع دیگر احتمالی میتواند شامل گروه های اجتماعی، مذهبی و خدمات مشورتی شود. همه این گروه ها در حصة کمک با تازه واردین جهت ادغام از طرق مختلف تجربه دارند. از مطرح نمودن سوال های تان دریغ نکنید.

اگر در هر زمان شما یقین داشته باشید که کسی با شما درست رویه نمی کند یا از شما سو استفاده میکند، لطفاً فوراً با وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا به آدرس PPPRRI.IRCC@cic.gc.ca-IRCC.INPSR از طریق ایمیل به تماس شوید.

با تماس گرفتن با وزارت مهاجرت، پناهندگان و تابعیت کانادا خطر از دست دادن اقامت تان وجود ندارد.

در اخیر، صفحات اینترنتی با معلومات بسیار زیاد وجود دارند تا شما را برای آمادگی گرفتن تان کمک کند. صفحات اینترنتی دولت های ولایتی معلومات زیات مفید، به شمول سوالات که بسیار مطرح میشوند، لنک ها، اخبار و واقعات اجتماعی میباشند.

صفحة اینترنتی دولت کانادا شامل تفصیلات بیشتر در مورد زندگی در کانادا، یک لست و نقشه سازمان های خدمات اسکان در سراسر کشور، معلومات در مورد خدمات ارزیابی و آموزش لسان، و منابع اضافی برای آماده نمودن شما بخاطر سفر به کانادا است.

www.canada.ca/immigration

