## SECTION 3 HOME & FAMILY

## धारा ३ - घर और परिवार

### A. Personal Finances

**1. I lost my job. What now?**

### A व्यक्तिगत आय

**1)मेरी नौकरी चली गई. अब में क्या करुं?**

नौकरी खोना कठिन और चुनौतीपूर्ण समय है। यह कई अच्छे लोगों के साथ विभिन्न कारणों से होता है। नौकरी के खोने की कई वजह हो सकती है जैसे की काम की कमी, कंपनी का छोटा होना, बदलते समय, कमज़ोर प्रदर्शन और कई अन्य कारण ।

**विच्छेद धनराशि**

यदि आप एक स्थायी कर्मचारी के रूप में लंबे समय तक एक कंपनी के लिए काम करते हैं या एक संघीकृत पद में थे, तो आप एक विच्छेद या अवस्थापन धनराशि के लिए पात्र हो सकते हैं। इसमें आमतौर पर भुगतान शामिल होता है और / या आजीविका खोज के साधन होंगे जिससे आपको नई नौकरी ढूंढ़ने में सहायता मिलेगी । इस मामले में सलाह लेना महत्वपूर्ण है।

अपने विच्छेद और / या अवस्थापन धनराशि को तुरंत स्वीकार करने के दबाव में न आएं। आपके पास उपलब्ध विकल्पों के बारे में सोचें और बातचीत करने से न डरें। आप सलाह के लिए एक कानूनी प्रतिनिधि या एक यूनियन प्रतिनिधि से भी संपर्क कर सकते हैं।

**रोजगार का रिकॉर्ड (ROE) / रोजगार बीमा**

- रोजगार के रिकॉर्ड (रिकॉर्ड ऑफ़ एम्प्लॉयमेंट) के लिए अनुरोध करें (आर. ओ. इ (R.O.E))
- एक आर. ओ. इ आपको रोजगार बीमा राशि प्राप्त करने में मदद करेगा। यदि आपको अपने नियोक्ता से अपने अंतिम वेतन के चौदह (14) दिनों के भीतर अपना आर. ओ. इ नहीं मिला है, तो अपने निकटतम सेवा कनाडा केंद्र से संपर्क करें
- रोजगार बीमा (ई.आई) के लिए आवेदन करें। बेरोजगारी के दौरान यह आपको अल्पकालिक सहायता प्रदान करेगा।

- आप अपने रोजगार बीमा दावे का आवेदन ऑनलाइन या व्यक्तिगत रूप से अपने निकटतम सेवा कनाडा केंद्र में कर सकते हैं ।

**संदर्भ पत्र**

• अपने पूर्व नियोक्ता से संदर्भ पत्र के लिए अनुरोध करें। उनसे यह भी पूछें कि क्या वह भविष्य की नौकरियों के लिए आपके रेफरी बनने के लिए सहमत हैं। नई नौकरी की तलाश में यह आपके लिए फायदेमंद होगा।

**वित्तीय नियोजन**

वित्तीय योजना में भाग लेना फायदेमंद होता है।

• अपने एकाउंटेंट, बैंकर या वित्तीय सलाहकार से वित्तीय सलाह लेने में संकोच न करें।

• आपको वित्तीय शिक्षा अप्रवासी शिक्षा सोसायटी से मिल सकती है । ज़्यादा जानकारी के लिए नीचे दी गयी लिंक पे जाए: https://www.immigrant-education.ca/programs/settlement/financial-empowerment-literacy/money-smart-financial-literacy

**आमदनी सहायता**

आप आमदनी सहायता के लिए अल्बर्टा समुदाय और सामाजिक सेवाओं द्वारा आवेदन कर सकते हैं यदि:

• आपको एक विच्छेद पैकेज नहीं मिला है।

• आप रोजगार बीमा प्राप्त करने के योग्य नहीं हैं ।

• आपके पास आमदनी का कोई और जरिया नहीं है जैसे कि परिवार का सहयोग, निवेश या कोई बचत ।

•अल्बर्टा समुदाय और सामाजिक सेवाओं से संपर्क करने के लिए, रेफरल या मार्गदर्शन के लिए TIES मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों से संपर्क करें। हमारा फोन नंबर है: 587-392-4180, 587-393-3414. या इस वेबसाइट पर "प्रश्न" अनुभाग पर अपना प्रश्न और संपर्क जानकारी छोड़ दें: www.Healthy-minds.ca

**नौकरी की खोज के लिए वेबसाइट**

नौकरी ढूढ़ने के लिए कई वेबसाइट है ।

अक्सर इस्तेमाल की जाने वाली वेबसाइटों में शामिल हैं:

- Acuspire
- Indeed
- Jobs.ca
- Monster
- New Canadian Jobs
- Glassdoor
- FlexJobs
- LinkedIn
- Workpolis

हम एक रोजगार संसाधन केंद्र या आप्रवासी सेवारत एजेंसी से संपर्क करने की सलाह देते हैं जो नौकरी की खोज करने में आपकी सहायता करेंगे, जैसे कि नीचे दी गई एजेंसियां:

• द इमिग्रेंट एजुकेशनल सोसाइटी (टी आई इ स)
https://www.immigrant-education.ca/programs/employment/

• एम. सी. जी करियर्स
https://www.mcgcareers.com/

• कैलगरी करियर हब
https://www.calgarycareerhub.com/

• इमिग्रेंट सर्विसेज कैलगरी
https://settlementcalgary.com/employment/

अधिक जानकारी और संसाधनों के लिए अल्बर्टा सरकार की निम्नलिखित लिंक देखें:

- https://alis.alberta.ca/look-for-work/job-loss/dealing-with-job-loss/
- https://alis.alberta.ca/look-for-work/

**सरकारी सहायता**

• न्यू कनाडा रिकवरी लाभ जानकारी - आउटरीच कार्यक्रम - कनाडा रेवेनुए एजेंसी

• यदि आप CERB (कनाडा इमरजेंसी रिस्पांस बेनिफिट) प्राप्त कर रहे थे, तो आपको नया रिकवरी लाभ भी प्राप्त हो सकता है । इस रिकवरी लाभ को आप २७ सितम्बर से प्राप्त कर सकते है। यह लाभ २५ सितम्बर २०२१ तक उपलब्ध होगा ।

तीन नए लाभ हैं:

1) **कनाडा रिकवरी बेनिफिट (CRB)** - आवेदन 12 अक्टूबर, 2020 से खुले हैँ। यदि आप CERB प्राप्त कर रहे थे, तो आप 27 सितंबर, 2020 से नए रिकवरी लाभों को प्राप्त कर सकते हैं। यह लाभ 25 सितंबर, 2021 तक उपलब्ध होगा।
2) **कनाडा रिकवरी केयरगिविंग बेनिफिट (CRCB)** - आवेदन 12 अक्टूबर, 2020 से खुले हैँ। कनाडा रिकवरी केयरगिविंग बेनिफिट (CRCB) 26 सप्ताह के लिए प्रति सप्ताह $500 (कर योग्य, स्रोत पर कर कटौती) प्रदान करेगा उन घर के सदस्यों को जो जो विभिन कारणों से सप्ताह में कम से कम 50% काम करने में असमर्थ हैं । विभिन्न कारण जैसे कि वे 12 वर्ष से कम उम्र के बच्चे की या परिवार के सदस्य देखभाल कर रहे हैं क्योंकि कोविड १९ (COVID-19) के कारण स्कूल, डे-केयर या देखभाल सुविधाएं बंद हैं, या क्योंकि बच्चा या परिवार का कोई सदस्य बीमार है, और या उसे संगरोध की आवश्यकता है, या कोविड १९ (COVID-19) के कारण गंभीर स्वास्थ्य प्रभाव के उच्च जोखिम में है। इस लाभ का भुगतान एक सप्ताह की अवधि में किया जाएगा।
3) **कनाडा रिकवरी सिकनेस बेनिफिट (CSRB)** - आवेदन 12 अक्टूबर, 2020 से खुले हैँ। कनाडा रिकवरी सिकनेस बेनिफिट २ सप्ताह की अवधि के लिए $500 प्रति सप्ताह (कर योग्य, स्रोत पर काटा गया कर) प्रदान करेगा। यह लाभ उन कर्मचारियों के लिए है जो सप्ताह में कम से कम 50% काम करने में असमर्थ हैं क्योंकि उन्हें कोविड हुआ है, कोविद १९ से संबंधित कारणों की वजह से अलगाव में है, या उन्हें कोई अन्य बीमारियां है जो एक डॉक्टर, नर्स व्यवसायी, प्राधिकरण में व्यक्ति, सरकार या सार्वजनिक स्वास्थ्य प्राधिकरण के अनुसार जिसकी वजह से उन्हें कोविड १९ (COVID-19) होने की संवेदनशीलता दूसरों से अधिक है। इस लाभ का भुगतान एक सप्ताह की अवधि में किया जाएगा।

**कनाडा इमरजेंसी रिस्पांस बेनिफिट (CERB)** - कनाडा इमरजेंसी रिस्पांस बेनिफिट (CERB) तब समाप्त होता है, जब आपको २८ (28) सप्ताह का लाभ मिल चूका है या

3 अक्टूबर, 2020 को, जो भी पहले आता है। जिन लोगों ने कनाडा रेवेनुए एजेंसी के माध्यम से आवेदन किया था उनके लिए सीईआरबी (CERB) के अंतिम चार सप्ताह की अवधि 30 अगस्त, 2020 से 26 सितम्बर, 2020 तक थी। हालाँकि, आप अभी भी CERA के माध्यम से CERB के लिए पूर्वव्यापी रूप से आवेदन कर सकते हैं।

अधिक जानकारी के लिए: After CERB: Transitioning to new benefits - Canada.ca

**मैं अपने गृह ऋण (मॉर्गेज) का भुगतान कैसे कर सकता हूं?**
आर्थिक कठिनाइयों का सामना करने वाले घर के मालिक 6 महीने के लिए अपने मॉर्गेज भुगतान को स्थगित कर सकते हैं। संक्षेप में, मॉर्गेज डेफेरल आपके और ऋणदाता के बीच मॉर्गेज स्थगित करने का समझौता है । मॉर्गेज डेफेरल कि अवधि पूरी होने पर आप अपने मॉर्गेज कि निर्धारित किस्ते फिर से भरना शुरू करेंगे । यह जानने के लिए कि क्या आप मॉर्गेज डेफेर्राल के लिए योग्य है या नहीं कृपया अपनी बैंक अथवा मॉर्गेज सलाहकार से संपर्क करे । अधिक जानकारी के लिए नीचे गए लिंक पर जाए:

- https://www.canada.ca/en/department-finance/economic-response-plan.html
- https://www.cmhc-schl.gc.ca/en/finance-and-investing/mortgage-loan-insurance/the-resource/covid19-understanding-mortgage-payment-deferral

B. देखभाल करने वाले लोग (केयरगिवर)

**१. यदि मैं कोविड १९ (COVID-19) प्रभावित रोगियों की देखभाल कर रहा हूं तो मैं अपने परिवार की सुरक्षा कैसे कर सकता हूं?**
अधिक जानकारी के लिए नीचे लिखे गए लिंक पर जाए:
https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/diseases-conditions/how-to-care-for-person-with-covid-19-at-home-advice-for-caregivers.html

तत्काल दिशानिर्देश:
- आपको अपने संपर्क को संक्षिप्त रखना चाहिए!
- केवल एक स्वस्थ व्यक्ति को ही देखभाल करनी चाहिए।
- बीमार व्यक्ति के साथ व्यक्तिगत वस्तुए ना बाटे ।

• बीमार व्यक्ति से अलग शौचालय का उपयोग करें।
• बीमार व्यक्ति से अलग बाथरूम का उपयोग करें। यदि यह संभव ना हो तो बीमार व्यक्ति को फ्लश करने से पहले शौचालय के ढक्कन को नीचे रखना चाहिए।
• जब आप बीमार के साथ एक ही कमरे में हो तब मास्क, डिस्पोजेबल दस्ताने और आखों की सुरक्षा के लिए चश्मे का प्रयोग करें ।
• कुछ लोग कोविड-१९(COVID-19) के लक्षण ना दिखते हुए भी उसका संचरण कर सकते है ।
• अपने हाथों को अक्सर साबुन और पानी से धोएं।
• अल्कोहल आधारित सैनिटाइज़र (कम से कम 60% अल्कोहल) का उपयोग करें।

२. **मैं शिफ्ट काम करता हूं, शाम को और सप्ताहांत में मेरे बच्चों की देखभाल कौन करेगा?**
उन स्थितियों में जहां आप शिफ्ट में काम करते हैं और आप अपने बच्चे की देखभाल करने या उसकी देखरेख करने में असमर्थ हैं, आप चाइल्डकैअर सेवाओं (जैसे की डे केयर) का उपयोग कर सकते हैं।
सुझाव पाने के लिए कृपया इस लिंक को देखें:
https://www.verywellfamily.com/finding-child-care-when-you-dont-work-9-to-5-616858

ये कुछ संसाधन हैं:
• क्लेवर डेकेयर, 3131 45 एवेन्यू एस डब्ल्यू, कैलगरी, अल्बर्टा; फोन: 403- 474-4157

• समिट स्टार्ट, समिट किड्स; फोन: 587-977-2541
https://www.care.com/en-ca/profiles/child-care/weekend-child-care

• चिल्ड्रेन्स कॉटेज सोसाइटी, 845 मैकडॉगल रोड, नार्थ ईस्ट। बच्चों की आपातकालीन सेवा के लिए फोन करे: 403-233-2273 (२४ घंटे)
http://childrenscottage.ab.ca

• क्राइसिस नर्सरी; फोन: 403-233-2273

क्राइसिस नर्सरी परिवार के संकट या आपातकालीन स्थितियों के समय में बच्चों के लिए 24-घंटे का देखभाल (नवजात शिशु से 8 ८ वर्ष के आयु के बच्चो तक) प्रदान करता है। अधिकतम तीन

दिन का प्रवास। जरूरत पड़ने पर फॉलो-इन, इन-होम, पारिवारिक कोचिंग सहायता भी उपलब्ध है। आगे की देख भल , घर पर और पारिवारिक कोचिंग सहायता भी उपलब्ध है।

• वालंटियर डे केयर; फोन: 403-233-2273

संकट या आपातकालीन स्थितियों में परिवारों के लिए सामुदायिक बाल देखभाल केंद्रों में ५ वर्ष से कम आयु के बच्चों के लिए दिन राहत।

• इन होम इन्फेंट रेस्पिट केयर (इन-होम शिशु देखभाल); फोन: 403-233-2273

बच्चों के लिए घर में चाइल्डकैअर (नवजात शिशु से ६ महीने की आयु के बच्चो तक) उन कम आय वाले माता-पिता के लिए है, जिनके पास कोई अन्य चाइल्डकैअर का समर्थन नहीं है।

**C. वरिष्ठ नागरिक**

मुझे आर्थिक सहायता की आवश्यकता है

कनाडा सरकार द्वारा प्रदान की जाने वाली गारंटीकृत आय अनुपूरक (Guaranteed Income Supplement) और वृद्धावस्था सुरक्षा (Old Age Security) वरिष्ठ नागरिकों (65 वर्ष या उससे अधिक) के लिए मुख्य आय होती है। इन कार्यक्रमों के पूरक के लिए अल्बर्टा सरकार निम्नलिखित समर्थन और सेवाएं प्रदान करती है:

Alberta Seniors Benefit (अल्बर्टा सीनियर्स बेनिफिट - अल्बर्टा वरिष्ठ नागरिकों के लिए लाभ)

अल्बर्टा सीनियर्स बेनिफिट दैनिक खर्चों में सहायता के लिए कम आय वाले पात्र वरिष्ठों को मासिक लाभ प्रदान करता है।

Supplementary Accommodation Benefit

अनुपूरक आवास लाभ (सप्लीमेंट्री अकोमोडेशन बेनिफिट) कम आय वाले पात्र वरिष्ठों को आर्थिक सहायता प्रदान करते हैं जो एक निर्दिष्ट सहायक जीवन (डेज़िगनेटेड सपोर्टिव लिविग) या दीर्घकालिक देखभाल (लाङ्ग टर्म केयर) में रहते हैं।

Special Needs Assistance for Seniors

स्पेशल नीड्स असिस्टेंस फॉर सीनियर्स (वरिष्ठों के लिए विशेष सहायता सेवा) - कम आय और विषेश आवश्यकताओं वाले उपयुक्त वरिष्ठ नागरिकों को वित्तीय सहायता प्रदान करती है। यह राशि कुछ उपकरणों और विशिष्ट स्वास्थ्य और व्यक्तिगत सहायता के लिए है।

Dental and Optical Assistance for Seniors

डेंटल एंड ऑप्टिकल असिस्टेंस फॉर सीनियर्स - "वरिष्ठ नागरिकों के लिए दंत चिकित्सा और द्रिष्टि सम्बन्धी सहायता" बुनियादी दंत और द्रिष्टि सम्बन्धी सेवाओं के लिए निम्न से मध्यम आय वाले योग्य वरिष्ठों को आर्थिक सहायता प्रदान करता है।

Coverage for Seniors

कवरेज फॉर सीनियर्स - 'वरिष्ठ नागरिकों के लिए कवरेज' चिकित्सीय जरूरतों के लिए कवरेज प्रदान करता है, जैसे कि निर्धारित (प्रिस्क्रिप्शन) की दवाएं, डायबिटीज की आपूर्ति, एम्बुलेंस सेवाएं, होम नर्सिंग देखभाल, कायरोप्रैक्टिक सेवाएं और मनोवैज्ञानिक सेवाएं।

Seniors Property Tax Deferral Program

सीनियर्स प्रॉपर्टी टैक्स डिफरल प्रोग्राम: पात्र गृहस्वामी को कम ब्याज वाले घर इक्विटी ऋण के माध्यम से अपने सभी या कुछ वार्षिक आवासीय संपत्ति करों में देरी से भुगतान करने की अनुमति देता है।

Seniors Home Adaptation and Repair Program

सीनियर्स होम अडॉप्टेशन एंड रिपेयर प्रोग्राम - वरिष्ठों का गृह अनुकूलन और मरम्मत कार्यक्रम: योग्य वरिष्ठ नागरिकों को घर की मरम्मत, अनुकूलन और नवीकरण में मदद करता है। यह एक कम-ब्याज वाले होम इक्विटी ऋण के माध्यम से किया जाता है।

अधिक जानकारी के लिए, हर एक कार्यक्रमों के पन्नो को देखे या नीचे दिए गए लिंक पे जाएँ: Seniors Financial Assistance information booklet.

**पात्रता:**

आपको अपने 65 वें जन्मदिन से छह महीने पहले पोस्ट में एक वरिष्ठ वित्तीय सहायता आवेदन पैकेज मिलेगा। यदि आपको यह पैकेज नहीं मिला, तो 1-877-644-9992 पर अल्बर्टा सपोर्ट्स संपर्क केंद्र को कॉल करें।

पात्र होने के लिए आपको:
• 65 वर्ष या उससे अधिक आयु का हो
• आवेदन करने से तुरंत पहले कम से कम 3 महीने अल्बर्टा में रहे हो
• एक कनाडाई नागरिक हो, या कनाडा के स्थायी निवासी हो

यदि आप और / या आपके पति / पत्नी ने ओल्ड एज सिक्योरिटी की प्राप्ति को स्थगित या विलंब करने के लिए चुना है, तो आप निम्नलिखित वरिष्ठ आर्थिक सहायता कार्यक्रमों के लिए पात्र नहीं होंगे:
• अलबर्टा सीनियर्स लाभ (अल्बर्टा सीनियर्स बेनिफिट)
• वरिष्ठों के लिए विशेष आवश्यकता सहायता (स्पेशल नीड्स असिस्टेंस फॉर सीनियर्स)
• वरिष्ठ लिए दंत चिकित्सा और द्रिष्टि सम्बन्धी सहायता (डेंटल एंड ऑप्टिकल असिस्टेंस फॉर सीनियर्स)

आप आवेदन कैसे कर सकते हैं:
अल्बर्टा सीनियर्स बेनिफिट, स्पेशल नीड्स असिस्टेंस फॉर सीनियर्स, डेंटल एंड ऑप्टिकल असिस्टेंस फॉर सीनियर्स और कवरेज फॉर सीनियर्स कार्यक्रम के लिए नामांकन करने के लिए कृपया वरिष्ठ आर्थिक सहायता आवेदन पत्र को भरें।

लाभ प्राप्त करने में देरी से बचने के लिए, हम आपको आवेदन प्राप्त होते ही पूरा करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। आप अपने 65 वें जन्मदिन से एक साल पहले तक आवेदन कर सकते हैं। आपको केवल एक बार आवेदन करना होगा।

**चरण 1:** सूचना पुस्तिका को पढ़ें
Seniors Financial Assistance Programs Information Booklet

**चरण 2:** आवेदन पैकेज को भरे
वरिष्ठ वित्तीय सहायता आवेदन (सीनियर्स फाइनेंसियल असिस्टेंस एप्लीकेशन) को भरे:

Seniors Financial Assistance application form
सीनियर्स फाइनेंसियल असिस्टेंस एप्लीकेशन फॉर्म - वैकल्पिक आय प्रपत्र आपके आवेदन को पूरा करने में आपकी सहायता के लिए उपलब्ध हैं:

Income estimate form -
आय अनुमान फॉर्म (इनकम एस्टीमेट फॉर्म) - इस फॉर्म का उपयोग अल्बर्टा सीनियर्स बेनिफिट प्रोग्राम तक सीमित है। फॉर्म भरें यदि आपने अपने हाल के कर रिटर्न की तुलना में आय में कमी का अनुभव किया है और आप पहली बार कार्यक्रम के लिए आवेदन कर रहे हैं, या पहले आवेदन कर चुके हैं, लेकिन आपको कभी लाभ नहीं मिला है। अधिक जानकारी के लिए, यह देखने के लिए कि आपका लाभ कैसे निर्धारित किया जाता है - कृपया अल्बर्टा वरिष्ठ लाभ पृष्ठ (Alberta Seniors Benefit )पर पहली बार अपवाद अनुभाग को देखें।

Income information form - आय सूचना फॉर्म (इनकम इनफार्मेशन फॉर्म)- यदि आपने पिछले कैलेंडर वर्ष के लिए अपना आयकर रिटर्न जमा नहीं किया है तो इस फॉर्म को भरें।

आपके आवेदन को पूरा करने में मदद के लिए वैकल्पिक फॉर्म्स उपलब्ध हैं:
Direct deposit request (डायरेक्ट डिपौज़िट रिक्वेस्ट - प्रत्यक्ष जमा अनुरोध)
Undertaking to Administer Benefits and Certificate of Incapability (अंडरटेकिंग टू एडमिनिस्टर बेनिफिट्स एंड सर्टिफिकेट ऑफ़ इंकपैबिलिटी - लाभ देने के लिए उपक्रम और अक्षमता का प्रमाण पत्र)
Authorization of Representative - (ऑथॉराइज़ेशन ऑफ़ रिप्रेज़ेन्टेटिव - प्रतिनिधि का प्राधिकार)

**चरण 3**: आवेदन करें
अपने भरे हुए आवेदन और सहायक दस्तावेजों को भेजने के लिए निम्नलिखित विकल्पों में से एक का उपयोग करें:

इस लिंक का उपयोग करके अपने दस्तावेज़ ऑनलाइन जमा करें
Submit documents online

Fax to 780-422-5954 (780-422-5954 पर फैक्स करें)

Mail to the address below:
Alberta Seniors and Housing
Seniors Financial Assistance
PO Box 3100
Edmonton, Alberta , T5J 4W3
नीचे दिए गए पते पर पोस्ट करें:
अलबर्टा सीनियर्स एंड हाउसिंग
वरिष्ठ वित्तीय सहायता
पीओ बॉक्स 3100
एडमोंटन, अल्बर्टा, T5J 4W3

यदि आपको किसी एप्लिकेशन को भरने में सहायता की आवश्यकता है, तो एक अल्बर्टा सपोर्ट सेंटर (Alberta Supports Centre) पर जाएं।

आवेदन करने के बाद:
कुछ कार्यक्रम आय आधारित होते है, इसलिए आपको शायद सभी कार्यक्रमों का लाभ न मिले।

एक वरिष्ठ वित्तीय सहायता आवेदन के लिए सामान्य प्रसंस्करण समय एक आवेदन प्राप्त होने की तारीख से 16 सप्ताह है। यदि आपकी फ़ाइल की समीक्षा पूरी करने के लिए अधिक जानकारी की आवश्यकता है, तो अल्बर्टा सीनियर्स और हाउसिंग स्टाफ आपसे संपर्क करेंगे। आपके आवेदन की समीक्षा के बाद आपको अपने लाभ की पात्रता बताते हुए एक पत्र प्राप्त होगा।

**वार्षिक समीक्षा:**

आपको केवल एक बार सीनियर्स को वित्तीय सहायता आवेदन भरना होगा। वार्षिक आय सीमा की समीक्षा और समायोजन यह सुनिश्चित करने के लिए किया जाता है कि संघीय पेंशन राशि

में परिवर्तन के कारण लाभों में कोई कमी न हो।

प्रत्येक वर्ष 1 जुलाई को विभाग आपके पिछले वर्ष के आयकर रिटर्न के आधार पर लाभ के लिए आपकी पात्रता की समीक्षा करेगा। यदि आप लाभ के पात्र हैं तो आपको जुलाई में पत्र भेजा जाएगा।

लाभ कैसे निर्धारित किए जाते हैं और आय सीमा की समीक्षा करने के बारे में अधिक जानकारी के लिए, व्यक्तिगत कार्यक्रम पृष्ठ देखें - individual program pages

**अपनी जानकारी अपडेट करें:**

आपकी जानकारी को अद्यतित रखने से यह सुनिश्चित होगा कि आपको अपने लाभ प्राप्त हों।

यदि निम्न में से कोई भी जानकारी बदलती है, तो 1-877-644-9992 पर अल्बर्टा सपोर्ट सेंटर से संपर्क करें। (कॉल करते समय कृपया अपना पर्सनल हेल्थ केयर कार्ड अपने पास रखें):

- नाम
- वैवाहिक स्थिति
- डाक या निवास का पता
- बैंकिंग की जानकारी

direct deposit form (डायरेक्ट डिपाजिट फॉर्म)

आपको अल्बर्टा सीनियर्स और हाउसिंग को सूचित करना चाहिए:

- यदि आप एक महीने से अधिक समय तक प्रांत से बाहर रहने वाले हैं
- यदि आप अल्बर्टा छोड़ देते हैं
- यदि आप अपनी ओर से कार्य करने के लिए ट्रस्टी / पावर ऑफ अटॉर्नी नियुक्त करते हैं
- प्राप्तकर्ता की मृत्यु

आप विभाग को लिखित सूचना भी दे सकते हैं। कृपया अपना पूरा नाम (कृपया बड़े अक्षरों में लिखे), पता, टेलीफोन नंबर और पर्सनल हेल्थ केयर नंबर स्पष्ट रूप से अपने दस्तावेज़ पर अंकित करें।

अपने दस्तावेज़ जमा करने के लिए निम्नलिखित विकल्पों में से एक का इस्तेमाल करें:

- ऑनलाइन दस्तावेज जमा करें (Submit documents online)
- 780-422-5954 पर फैक्स करें
- नीचे दिए गए पते पर पोस्ट करें:

अल्बर्टा सीनियर्स एंड हाउसिंग सीनियर्स फाइनेंसियल असिस्टेंस
पीओ बॉक्स 3100, एडमोंटन, अल्बर्टा T5J 4W3

अन्य संसाधन:
https://www.alberta.ca/seniors-financial-assistance.aspx

**मनी स्मार्ट: आर्थिक सशक्तीकरण - आप्रवासी शिक्षा सोसायटी (दी इमिग्रेंट एजुकेशन सोसाइटी टी आई इ स)**

मनी स्मार्ट फाइनेंशियल लिटरेसी प्रोजेक्ट का उद्देश्य कनाडा में नए आए लोग, जिनकी कम आय है और वे लोग जो आर्थिक कठिनाई में है, उन लोगों को धन सेवा के बारे में बताना है। हम पूरे वर्ष कम आय वालो के लिए कर क्लीनिक प्रदान करते हैं।
https://www.immigrant-education.ca/programs/settlement/financial-empowerment-literacy/money-smart-financial-literacy/

**मुझे अपनी भाषा में समर्थन की आवश्यकता है**

संसाधन:
कैलगरी अप्रवासी महिला संघ (कैलगरी इमिग्रेंट विमेंस एसोसिएशन - CIWA):
https://www.ciwa-online.com/business-services/interpretation-and-translation.html

कैलगरी कैथोलिक आप्रवासी सेवा (कैलगरी कैथोलिक इमिग्रेंट सर्विस - CCIS):
http://www.ccisinterpretation.ca/
https://www.ccisab.ca/community/interpretation-translation-service.html

आप्रवासी सेवा कैलगरी (इमिग्रेंट सर्विसेज कैलगरी - ISC):
https://www.immigrantservicescalgary.ca/our-services/translation-interpretation-services

एडमॉन्टन आप्रवासी सेवा संघ (एडमॉन्टन इमिग्रेंट सर्विसेज एसोसिएशन EISA): https://www.eisa-edmonton.org/services-and-programs/language-bank-2/

सभी सहायता सेवाएँ **केवल अपॉइंटमेंट** द्वारा प्रदान की जाती हैं। अपॉइंटमेंट बुक करने के लिए यहां क्लिक करें - here

**में अकेलापन महसूस कर रहा / रही हूँ**

सभी उम्र के लोगों के लिए यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है कि जरूरत पड़ने पर उनके और उनके प्रियजनों के लिए स्वास्थ्य और सामाजिक समर्थन उपलब्ध हो। समय रहते चयन करने से अल्बर्टा निवासियो को उनकी स्वतंत्रता, जीवन की गुणवत्ता और गरिमा पर अधिक नियंत्रण देगा।

अपने समुदाय में व्रद्धावस्था पर विचार करते समय, अपने जीवन के निम्नलिखित क्षेत्रों पर विचार करना महत्वपूर्ण है:

- स्वास्थ्य
- घर
- परिवहन
- वित्त
- सम्बन्ध
- सुरक्षा
- समर्थन और सेवाएँ
- समुदाय
- जीवनसाथी (पार्टनर /पति /पत्नी)

अल्बर्टा सरकार समुदाय में व्रद्धावस्था का समर्थन करने के लिए अन्य संसाधन, कार्यक्रम और सेवाएं भी प्रदान करती है। उनमे शामिल है:

- Seniors Financial Assistance programs (वरिष्ठ वित्तीय सहायता कार्यक्रम)
- Affordable housing programs (किफायती आवास कार्यक्रम)
- Transportation toolkit for municipalities and organizations (नगर पालिकाओं और संगठनों के लिए परिवहन टूलकिट)

योजनाए और सुझाव उपलब्ध हैं जो आपको अपने प्रियजनों की देखभाल करने में मदद कर सकते हैं।

नीचे उपलब्ध संसाधनों का संग्रह आपकी सहायता करेगा:

• समझने मे कि दूसरो का देखभाल करने से आप कैसे प्रभावित हो सकते हैं

• दूसरे व्यक्ति की जरूरतों और इच्छाओं का समर्थन करने में अपनी भूमिका को समझें

• उनकी स्वास्थ्य की देखभाल में अपनी भूमिका को समझें

• उनके जीवन स्तर को सुधारना सीखें

• अपने स्वास्थ्य और सुख-शान्ति को बनाए रखना सीखें

• ऐसे नुस्ख़े प्राप्त करें जो आपको एक देखभालकर्ता के रूप में आपकी भूमिका के बारे में आपके नियोक्ता से बात करने में मदद करें

• समझें कि आपके नियोक्ता कैसे देखभाल और काम को संतुलित करने में आपकी मदद कर सकते है

निम्नलिखित संसाधन निम्न संस्थान द्वारा तैयार किए गए थे: केंद्रीय, प्रांतीय और प्रादेशिक मंत्रियो की संगोष्ठी जिनके पास वरिष्ठों की ज़िम्मेदारी है
Forum of Federal, Provincial and Territorial Ministers Responsible for Seniors

**मुझे अकेले रहने के लिए सहायता की आवश्यकता है**

जिन वरिष्ठों को अकेले रहने में कठिनाई हो रही है, वे कई विकल्पों में से चुन सकते हैं। वे परिवार के साथ रह सकते हैं या सेवानिवृत्ति समुदाय (रिटायरमेंट कम्युनिटी) या सहायता प्राप्त रहने वाले केंद्रों (असिस्टेड लिविंग सेंटर्स) में स्थानांतरित हो सकते हैं। इन केंद्रों में अक्सर भोजन तैयारियों से लेकर स्वास्थ्य कर्मचारियों की नियमित देख रेख तक, वरिष्ठों को सहायता के विभिन्न स्तर प्रदान करने के लिए कर्मचारी होते हैं।

https://lp.unitedactiveliving.com/garrison-green/assisted-living/?utm_source=google_c&utm_medium=adwords&utm_campaign=1136956318

4_g&utm_term=assisted%20living_p&utm_content=110222876134&ad_id=472973230017&ad_pos=&gclid=Cj0KCQiA48j9BRC-ARIsAMQu3WTin1SqLzsrraRzaa8i3yG3bC2oIeo8hyQK7u2Joq0U1avwL-gXeHcaAgwIEALw_wcB

जो लोग घर पर रहते हैं, उनके लिए होम केयरगिवर सहायता सबसे अच्छा विकल्प हो सकता है। होमकेयर सहयोगी घर पर जा सकते है और व्यक्तिगत स्वच्छता की जरूरतों, कामों, साधारण घरेलू कार्यों, या भोजन की तैयारी जैसे कामो मे वरिष्ठों की मदद कर सकता है। https://seniorhomecarecalgary.com/services-home-care/

**मुझे परिवहन की आवश्यकता है**

**'आराम रखने वाले' (कम्फर्ट कीपर्स)** आपकी किसी भी परिवहन आवश्यकता के लिए आपकी सहायता करेंगे।

“एक टैक्सी के विपरीत हम आपको लेने और छोड़ने के अलावा बहुत कुछ करते है।

'कम्फर्ट कीपर्स सीनियर ट्रांसपोर्टेशन सर्विसेज' आपकी अपॉइंटमेंट के लिए तैयार होने में आपकी मदद करेंगे, आपके अपॉइंटमेंट के लिए आपके साथ जाएंगे, आपके परिवार को सूचित करने के लिए नोट्स लिखेंगे, तब तक आपके साथ रहेंगे जब तक आप निकलने के लिए तैयार नहीं होते, और फिर आपको वापस घर ले आएंगे। हमारे होम केयर प्रोवाइडर्स आपके साथ तब तक रहेंगे जब तक आप घर पर आरामपूर्वक नहीं होते और आपके परिवार या पूर्णकालिक देखभालकर्ता नहीं आ जाते, या आप सुरक्षित रूप से आपके दिन को जारी रखने के लिए तैयार नहीं होते।

यदि आपको उनकी सहायता की आवश्यकता है, तो 403-879-8030 पर कॉल करें https://www.comfortkeepers.ca/calgary/care-services/transportation-services/

**कैलगरी ट्रांजिट**

वरिष्ठ नागरिक कम कीमतों पर वार्षिक बस पास प्राप्त कर सकते है। शुल्क $ 145 प्रति वर्ष है जो आपको कैलगरी ट्रांजिट पर पूर्ण प्रवेश देता है। कम आय वाले सीनियर कम शुल्क के पात्र हो सकते हैं।

**6. मुझे किराने की खरीदारी करने की आवश्यकता है**

कम्फर्ट कीपर्स
उनकी सहायता के लिए, 403-879-8030 पर कॉल करें
https://www.comfortkeepers.ca/calgary/care-services/transportation-services/

इंस्टाकार्ट
आप अपने किराने का सामान घर पर मंगवा सकते हैं। ऑनलाइन ऑर्डर करें और उन्हें उसी दिन प्राप्त करें
https://www.instacart.ca/

वालमार्ट
आप अपने किराने का सामान घर सुपुर्दी या पिक-अप के लिए भी निर्देश दे सकते हैं
https://www.walmart.ca/en/grocery/N-117?cmpid=og-sem_google_en_text_none_10101564230_104496312914_None&gclsrc=aw.ds&&ds_a_cid=94172959&gclid=Cj0KCQiA48j9BRC-ARIsAMQu3WTcjfzMmZxn5wFvSIFKXKi8rYOLsgJa90GA9TKGQqAhGaztceqGWmMaAq77EALw_wcB&gclsrc=aw.ds

कई किराना स्टोर पिक-अप सेवाएं प्रदान करते हैं, ताकि आपको अपनी कार से बाहर आने की आवश्यकता न हो और ऑनलाइन ऑर्डर कर सकें।

**7. मैं चाहता हूं कि मेरी दवा मेरे घर पर पहुंचा दिया जाए**
कई फ़ार्मेसी डिलीवरी सेवा प्रदान करती हैं। वितरण (डिलीवरी) विकल्पों के लिए अपनी स्थानीय फ़ार्मेसी से संपर्क करें।

## D. बच्चो वाला परिवार

### 1. मुझे चाइल्डकैअर की जरूरत है

चाइल्ड केयर के विभिन प्रकार

अल्बर्टा में विभिन प्रकार के चाइल्ड केयर कार्यक्रम संचालित है:

• स्कूल-बाहर देखभाल कार्यक्रम (आउट ऑफ़ स्कूल केयर प्रोग्राम) स्कूल के पहले और बाद में, दोपहर के भोजन के समय और कभी-कभी स्कूल बंद होने पर काम करते हैं। ये कार्यक्रम स्कूल जाने वाले बच्चों की देखभाल करते हैं।

• डेकेयर कार्यक्रम सुविधा आधारित कार्यक्रम हैं जो शिशुओं, बच्चों और पूर्वस्कूली आयु वर्ग के बच्चों की सेवा करते हैं। आमतौर पर डेकेयर सुबह से शाम तक देखभाल करते हैं।

• पूर्वस्कूली कार्यक्रम पूर्वस्कूली उम्र के बच्चों के लिए प्रति दिन 4 या उससे कम घंटे के लिए बच्चे की देखभाल करते हैं।

• अनुमोदित परिवार डे होम्स (Approved family day homes) एक व्यक्ति के निजी आवास में देखभाल प्रदान करते हैं और 6 या उससे कम बच्चों की देखभाल कर सकते हैं, जिसमें देखभाल करने वाले के स्वयं के बच्चे भी शामिल हैं। सभी उम्र के बच्चे अनुमोदित परिवार डे होम्स में में शामिल हो सकते है।

• समूह परिवार बाल देखभाल कार्यक्रम एक निजी निवास में देखभाल प्रदान करते हैं। आमतौर पर 7 और 10 बच्चों के बीच 2 देखभालकर्ता होते हैं। सभी उम्र के बच्चे समूह परिवार बाल देखभाल कार्यक्रमों का हिस्सा बन सकते हैं।

• निजी चाइल्डकैअर प्रदाता बाल देखभाल सेवाएँ प्रदान करते हैं। उनको पास प्रांत द्वारा लाइसेंस नहीं मिला होता और प्रांतीय परिवार डे होम्स श्रेणी के तहत संचालित करने के लिए अनुमोदित नहीं होती।निजी बाल देखभाल प्रदाता, किसी भी समय, अपने बच्चों को छोड़कर, 6 बच्चों की देखभाल कर सकते हैं। अलबर्टा की सरकार निजी बाल देखभाल व्यवस्था और कार्यक्रमों की निगरानी नहीं करती है।

अल्बर्टा में चाइल्ड केयर ढूंढने के लिए देखिये Find quality child care

**माता-पिता के लिए आर्थिक सहायता**

निम्न-मध्यम-आय वाले परिवारों में बच्चे देखभाल सब्सिडी के लिए आवेदन कर सकते हैं यदि उनका बच्चा निम्नलिखित में नामांकित है:

• लाइसेंस प्राप्त डेकेयर केंद्र
• लाइसेंस प्राप्त समूह परिवार बाल देखभाल
• स्वीकृत परिवार डे होम्स

• लाइसेंस प्राप्त आउट ऑफ़ स्कूल केयर देखभाल केंद्र

**आप कैसे आवेदन कर सकते हैं:**

आप कंप्यूटर, टैबलेट या मोबाइल फोन के माध्यम से ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं:
Child Care Subsidy Application

**सब्सिडी स्टेप मॉडल**

चित्र D.1.1 और चित्र D.1.2 पारिवारिक आय के आधार पर कीमतों को दर्शाता है

चित्र D.1.1 अधिकतम डेकेयर और स्कूल देखभाल दरों से बाहर आउट ऑफ़ स्कूल कि कीमत

| शिशुओं / प्री-स्कूलर्स के लिए 100+ घंटे और स्कूल उम्र के बच्चों के लिए 50+ घंटे की उपस्थिति कि कीमत | | | |
|---|---|---|---|
| आमदनी | शिशु (१८ महीने और उससे कम) | प्रीस्कूल बच्चा (१९ महीने से ग्रेड 1 तक) | विद्यालय आयु (ग्रेड १ से ग्रेड ६ तक) |
| $0 से $४९९९९ | $७४१ | $६४४ | $३६६ |
| $५0,000 से $५४,९९९ | $७०४ | $६१२ | $३४८ |
| $५५,000 से $ ५९,९९९ | $६३० | $५४७ | $३११ |
| $६0,000 से $५४,९९९ | $५५६ | $४८३ | $२७५ |
| $६५,000 से $६९,९९९ | $४८२ | $४१९ | $२३८ |
| $ ७0,000 से $७४,९९९ | $४०८ | $३५४ | $२०१ |

चित्र D.1.2 अधिकतम पारिवारिक डे होम्स और समूह परिवार देखभाल केंद्र कि कीमत

| Rates reflect attendance of 100+ hours for infants/pre-schoolers and 50+ hours for school age children | | | |
|---|---|---|---|
| आमदनी | शिशु<br>(१८ महीने और उससे कम) | प्रीस्कूल बच्चा<br>(१९ महीने से ग्रेड 1 तक) | विद्यालय आयु<br>(ग्रेड १ से ग्रेड ६ तक) |
| $0 से $४९९९९ | $६१४ | $५१६ | $३६६ |
| $५0,000 से $५४,९९९ | $५८३ | $४९० | $३४८ |
| $५५,000 से $ ५९,९९९ | $५२२ | $४३९ | $३११ |
| $६0,000 से $५४,९९९ | $४६१ | $३८७ | $२७५ |
| $६५,000 से $६९,९९९ | $३९९ | $३३५ | $२३८ |
| $ ७0,000 से $७४,९९९ | $३३८ | $२८४ | $२०१ |

**आवेदन करने के बाद:**

• यदि आप कुछ शर्तों को पूरा करते हैं, तो आपको अपना मूल्यांकन पूरा करने के बाद अपना आवेदन जमा करने के बाद सशर्त 2 महीने की सब्सिडी प्राप्त होगी। यदि आप सशर्त स्वीकृति आवश्यकताओं को पूरा नहीं करते हैं, तो आपका आवेदन स्वीकृत होने के बाद आपको सब्सिडी मिलेगी।

• आवेदन के विवरण के आधार पर, आपको अपने आवेदन को पूरा करने के लिए और भी दस्तावेज प्रदान करने की आवश्यकता हो सकती है। मूल्यांकन प्रक्रिया के अंत मे हम आपको सूचित करेंगे कि कौन से दस्तावेजों की आवश्यकता हैं।
• प्रत्येक सब्सिडी उस महीने की शुरुआत में शुरू होती है जब आपका पूरा किया गया आवेदन प्राप्त होता है। आप अपने बच्चे की बाल देखभाल शुरू करने से एक महीने पहले से आवेदन कर सकते हैं।उदाहरण के लिए, यदि आपके बच्चे की शुरुआत की तारीख 1 सितंबर है, तो आप पहली अगस्त को आवेदन कर सकते हैं।

**स्वीकृत आवेदन:**
यदि आपका आवेदन किसी सब्सिडी के लिए स्वीकृत है, तो आपको सब्सिडी शुरू और समाप्ति की तारीख बताते हुए एक पत्र प्राप्त होगा और आपके बच्चे की देखभाल कार्यक्रम को आपकी ओर से राशि मिलेगी।

**सहायक दस्तावेज़:**
यदि आपने आवेदन करते समय सभी सहायक दस्तावेज जमा नहीं किए हैं, तो आपको उन्हें जमा करने के लिए 2 महीने की सशर्त स्वीकृति अवधि दी जाएगी। एक बार जब सभी आवश्यक दस्तावेज प्राप्त हो जाते हैं और अनुमोदित हो जाते हैं, तो अधिकतम 12 महीनों के लिए सब्सिडी दी जा सकती है। यदि निर्दिष्ट समय-अवधि के भीतर सभी दस्तावेज प्रस्तुत नहीं किए जाते हैं, तो आप तो आपको भुगतान ये गए धन को लौटना होगा।

**जिन आवेदनो को अनुमोदित नहीं किया गया है:**
यदि आपका आवेदन स्वीकृत नहीं हुआ है, तो आपको यह बताते हुए एक पत्र प्राप्त होगा कि किन कारणों से सब्सिडी के आवेदन को मंजूरी नहीं मिली। आप निर्णय की तारीख से 30 दिनों के भीतर प्रशासनिक समीक्षा अनुरोध फ़ॉर्म (Administrative Review Request form) जमा करके सब्सिडी के निर्णय की समीक्षा का अनुरोध कर सकते हैं।

बाल देखभाल सब्सिडी के बारे में सामान्य पूछताछ के लिए संपर्क करें:
अलबर्टा सपोर्ट सेंटर से संपर्क करें:
घंटे: सुबह 7:30 से शाम 8:00 (यह सोमवार से शुक्रवार तक खुला रहता है, और वैधानिक छुट्टियों पर बंद)
फोन: 780-644-9992 (एडमोंटन में)
टोल फ्री: 1-877-644-9992

https://www.alberta.ca/about-child-care-in-alberta.aspx#toc-0
https://www.alberta.ca/child-care-subsidy.aspx

**2.** क्या स्कूल मेरे बच्चे के लिए एक सुरक्षित जगह है**?**
अल्बर्टा में छात्र 2020/21 के स्कूली वर्ष के लिए अधिक स्वास्थ्य और सुरक्षा उपायों के साथ कक्षा में वापस आए।
**स्कूल स्वास्थ्य उपाय:**
स्कूल की पुन: प्रवेश योजना (2020-21 स्कूल वर्ष) छात्र और स्कूल कर्मचारियों की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए स्कूलों और अभिभावकों को छात्रो की प  की तैयारी करने देती है।

The school re-entry plan (2020-21 school year) allows schools and parents to prepare for learning while putting student and staff safety first.

यह योजना कई कार्य संबंधी मुद्दों पर मार्गदर्शन प्रदान करती है। इसमें छात्रों और कर्मचारियों के लिए मास्क, स्वच्छता और स्वास्थ्य आवश्यकताएं, छात्र की , परिवहन, डिप्लोमा परीक्षा और मानसिक स्वास्थ्य और मनोवैज्ञानिक सहायता शामिल हैं।

**स्व-स्क्रीनिंग प्रश्नावलि**
माता-पिता, छात्रों और स्कूल के कर्मचारियों को स्कूल जाने से पहले प्रत्येक दिन स्व-स्क्रीनिंग प्रश्नावलि की समीक्षा करनी चाहिए। आगंतुकों को इस प्रश्नावलि का उपयोग यह निर्धारित करने के लिए करना चाहिए कि क्या वे एक स्कूल में प्रवेश कर सकते हैं।

स्व-स्क्रीनिंग प्रश्नावली (पीडीएफ)
English | French | Arabic | Traditional Chinese | Simplified Chinese | Punjabi | Hindi | Spanish | Tagalog | Urdu | Vietnamese
(अंग्रेजी | फ्रेंच | अरबी | पारंपरिक चीनी | सरलीकृत चीनी | पंजाबी | हिंदी | स्पैनिश | तागालोग | उर्दू | वियतनामी)

**वे लोग जिन्हे चिकित्सा सम्बन्धित परेशानी है**
पहले से मौजूद चिकित्सीय सम्बन्धित परेशानियों या जोखिम कारकों वाले छात्रों के लिए, माता-पिता को स्वास्थ्य के जोखिमों पर विचार करने और स्कूल लौटने के बारे में निर्णय लेने के लिए

अपने बच्चे के चिकित्सक से परामर्श करना चाहिए। ऐसा निर्णय लें ताकि आपके बच्चे को सबसे अच्छा सहायता मिले। उपलब्ध विकल्पों और समर्थन पर चर्चा करने के लिए अपने बच्चे के स्कूल से संपर्क करें।

**बीमारी के बाद स्कूल लौटना**

वह छात्र जिसे लक्षणों (बुखार, खांसी, सांस की तकलीफ, बहती नाक या गले में खराश) या कोविड १९ (COVID-19) होने के कारण अलगाव में रहने की आवश्यकता होती है, वे लक्षण शुरू होने के कम से कम 10 दिनों के बाद या लक्षणों के समाधान के बाद, जो भी लंबा हो, स्कूल में लौट सकते है।

वह छात्र जिसे लक्षणों के कारण अलगाव करना आवश्यक है, यदि वे कोविड १९ (COVID-19) के लिए नकारात्मक परीक्षण करते हैं, तो वे स्कूल लौट सकते हैं, अगर वे कोविड १९ (COVID-19) के मरीज़ से करीबी संपर्क वाले व्यक्ति के रूप में चिन्हित ना हुए हो।

**ऐसे छात्र जिनमे पहले से ही ऐसे स्वास्थ्य समस्या है, जिनके लक्षण कोविड १९ (COVID-19) से मिलते जुलते हो**

पहली बार जब आपके बच्चे में कोई भी लक्षण हो जो कोविड १९ (COVID-19) के कारण हो सकता है या पहले से मौजूद स्वास्थ्य समस्या के कारण हो सकता है (जैसे दमे / अस्थमा से जुड़ी खांसी), तो अपने बच्चे को घर पर रखें और अपने बच्चे का कोविड १९ (COVID-19) की जांच करवाएं।

आपके बच्चे को स्कूल लौटने से पहले, यह सुनिश्चित करने के लिए कि उसके लक्षण कोविड १९ (COVID-19) के कारण नहीं हैं, आपको अपने बच्चे का कोविड १९ (COVID-19) परीक्षण कराना चाहिए। इसे आपके बच्चे का आधारभूत स्वास्थ्य माना जाएगा। आपका बच्चा तब तक स्कूल जाना जारी रख सकते हैं जब तक यह लक्षण समान रहता है और उसमे कोई नए लक्षण नहीं आते।

**अगर स्कूल में कोविड १९ (COVID-19) का केस होता है**

सभी अभिभावकों को सूचित किया जाएगा जब:

• एक कोविड १९ (COVID-19) का केस जिसकी पुष्टि की गई हो और वह व्यकित स्कूल में था जब वह संक्रामक था।

• एक प्रकोप घोषित किया जाता है जब:

कोविड १९ (COVID-19) स्कूल स्थिति नक्शा आपको अल्बर्टा के K-12 स्कूलों में COVID-19 की वर्तमान स्थिति दिखाता है। 2 या अधिक पुष्ट मामलों (केस) वाले स्कूल (14 दिनों की अवधि के भीतर और जहां बीमारी का अधिग्रहण या या संचारण स्कूल में हुआ हो) को नक़्शे पर दिखाया जाएगा।

यदि एक स्कूल में एक सकारात्मक मामला है, तो अल्बर्टा हेल्थ सर्विसेज पब्लिक हेल्थ, स्कूल अधिकारियों के साथ मिलकर जल्दी काम करेगा:

• लक्षण कब विकसित हुए, यह पहचान करने के लिए

• उन लोगों की पहचान करना और उनसे संपर्क करना, जिनका कोविड १९ (COVID-19) ग्रस्त व्यक्ति के साथ निकट संपर्क था। इन लोगों को परीक्षण की सलाह दी जाएगी और संगरोध आवश्यकताओं (क्वारंटाइन) के बारे में सूचित किया जाएगा

लोगों को 14 दिनों के लिए अलगाव / संगरोध करने की आवश्यकता होती है यदि वे उस व्यक्ति के साथ रहते हैं या या उनके निकट संप्रग में रहे है, जिनके जांच में कोविड १९ (COVID-19) पाया गया हो ।

• कोविड १९ (COVID-19) के पुष्ट मामले (केस) के केवल करीबी संपर्कों को संगरोध करने की आवश्यकता है। निकट संपर्कों के संपर्कों को संगरोध करने की आवश्यकता नहीं है।

प्रत्येक स्कूल:

• स्कूल में किसी मामले की पुष्टि होने पर कर्मचारियों और अभिभावकों को सूचित करेगा।

• छात्रों और कर्मचारियों को घर पर सीखने और काम करने के लिए समर्थन करेगें यदि उन्हें अलगाव या संगरोध करने की आवश्यकता होती है।

• अगर किसी स्कूल में 2 या अधिक मामले (केस) हैं, जो संक्रामक होने पर स्कूल में थे और / या उनका स्कूल में किसी COVID-19 केस से संपर्क होने की संभावना थी:

• यह माना जायेगा की स्कूल में प्रकोप है।

• अल्बर्टा स्वास्थ्य सेवा चिकित्सा अधिकारी यह निर्धारित करेंगे कि क्या यह कई ग्रेड और क्षेत्रों में छात्रों और कर्मचारियों को प्रभावित करता है, या एक पुष्टि किए गए मामले (केस) के करीबी संपर्कों में सीमित है। वे उसके बाद विशिष्ट सिफारिशें प्रदान करेंगे।

• एक प्रकोप अपने आप स्कूल बंद का कारण नहीं होगा।

https://www.alberta.ca/k-to-12-school-re-entry-2020-21-school-year.aspx

**3. मुझे लगता है कि मेरा बच्चा बीमार है और मुझे समझ नहीं आ रहा है कि मैं क्या करूं?**

**• यदि कोई बच्चा लक्षण दिखाता है:**

यदि कोई छात्र लक्षण दिखाता है, तो आवश्यक और अनुशंसित कार्यों को खोजने के लिए नीचे दिए गए चार्ट (चित्र D.3.1) का उपयोग करें।

• यदि किसी छात्र के जांच में कोविड १९ (COVID-19) पाया जाता है, तो उन्हें कम से कम 10 दिनों के लिए अलगाव में रहना चाहिए। अधिक विस्तृत जानकारी के लिए अलगाव आवश्यकताओं (Isolation requirements) को देखें।

चित्र D.3.1

| | | |
|---|---|---|
| 'माय हेल्थ रिकार्ड्स' (MyHealthRecords) के माध्यम से ऑनलाइन COVID-19 परीक्षा परिणाम प्राप्त करें<br>देखें: COVID-19 लक्षणों पर चर्चा करते हुए डॉ। हिंसाव (Watch: Dr. Hinshaw discuss COVID-19 symptoms) | | |
| यदि किसी में ये लक्षण हैं | उन्हें ऐसा करना आवश्यक है | हम यही भी सलाह देते हैं |
| बुखार<br>खांसी<br>सांस की तकलीफ या सांस लेने में कठिनाई<br>बहती नाक<br>गले में खरास | अलगाव में रहे लक्षण आने के काम से कम दस दिन तक या जब तक लक्षण हल नहीं होते , जो भी अवधि लम्बी हो | COVID-19 की जांच करवाएं (Get tested for COVID-19)<br>यदि परीक्षण में कोविड १९ (COVID-19) नहीं पाया जाता और COVID -19 के लिए कोई ज्ञात जोखिम नहीं है, तो तब तक घर पर रहें जब तक लक्षण दूर न हो जाएं।<br>यदि परीक्षण में कोविड १९ (COVID-19) पाया जाता हैं, तो अल्बर्टा हेल्थ सर्विसेज पब्लिक हेल्थ के निर्देशों का पालन करें। |

| | | |
|---|---|---|
| ठंड लगना<br>निगलते समय दर्द<br>बंद नाक<br>सरदर्द<br>मांसपेशियों या जोड़ों का दर्द<br>बेचैनी, या गंभीर थकावट महसूस होना<br>गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल लक्षण (मतली, उल्टी, दस्त या बिना कारण भूख न लगना)<br>गंध या स्वाद न महसूस करना<br>गुलाबी आँख (कंजंक्टिवाइटिस) | इन लक्षणों के लिए अलगाव करने की कोई अनिवार्य आवश्यकता नहीं है, हालांकि, लक्षणों को हल होने तक घर पर रहने की सलाह दी जाती है। | COVID-19 की जांच करवाएं (Get tested for COVID-19)<br>यदि परीक्षण में कोविड १९ (COVID-19) नहीं पाया जाता और COVID -19 के लिए कोई ज्ञात जोखिम नहीं है, तो तब तक घर पर रहें जब तक लक्षण दूर न हो जाएं।<br>यदि परीक्षण में कोविड १९ (COVID-19) पाया जाता हैं, तो अल्बर्टा हेल्थ सर्विसेज पब्लिक हेल्थ के निर्देशों का पालन करें। |

• यदि लक्षण स्कूल में विकसित होते हैं
छात्र को एक साधारण मास्क पहनने और एक अलग कमरे में रहने या दूसरों से कम से कम 2 मीटर दूर रखने के लिए कहा जाएगा।

बच्चे को तुरंत लेने के लिए माता-पिता से संपर्क किया जाएगा (यह सुनिश्चित करें कि आपके स्कूल को आपकी नवीनतम संपर्क जानकारी है)।
https://www.alberta.ca/k-to-12-school-re-entry-2020-21-school-year.aspx

**4. क्या मुझे अपने बच्चे को वापस स्कूल भेजना चाहिए या नहीं?**
अल्बर्टा हेल्थ सर्विसेज स्कूल में सुरक्षित और स्वस्थ वापसी का समर्थन करने के लिए प्रांतीय भागीदारों के साथ मिलकर काम कर रही है।
माता-पिता और परिवारों के लिए संसाधन:

• आपका बच्चा स्कूल जाना जारी रख सकता है, यदि वे ठीक हैं, जब तक कि आपको अल्बर्टा हेल्थ सर्विसेज द्वारा सूचित नहीं किया जाता है कि वे COVID -19 की पुष्टि के केस के निकट संपर्क आए हैं या COVID -19 या फ्लू जैसे लक्षणों का अनुभव कर रहे हैं।

• अगर आपके बच्चे के स्कूल में COVID-19 की पुष्टि की गई है, तो आपके बच्चे का स्कूल आपसे संपर्क करेगा। अल्बर्टा हेल्थ सर्विसेज निकट संपर्कों की पहचान करने, और उनके माता-पिता को सूचित करने के लिए स्कूल के साथ मिलकर काम करेगा।

• यदि आपके बच्चे के स्वास्थ्य के बारे में आपके कोई प्रश्न हैं, तो 811 पर स्वास्थ्य लिंक पर कॉल करें।

• यदि आपको अपने विद्यालय में विशिष्ट स्वास्थ्य उपायों, या स्कूल पुनः प्रवेश योजना के बारे में प्रश्न पूछना चाहते है, तो अपने बच्चे के शिक्षक या स्कूल प्रशासक से बात करें।

सामान्य प्रश्नों के उत्तर के लिए, बैक टू स्कूल कोविद -19 के दौरान देखें: Back to School During Covid-19: FAQ

**E. निम्न-आय वाले परिवार, छोटे व्यवसाय और स्व-रोजगार वाले**

**1. मुझे आर्थिक सहायता की आवश्यकता है**

**आपातकालीन आर्थिक सहायता:**

यदि आप एक अप्रत्याशित आपातकाल का सामना कर रहे हैं, तो आप आपातकालीन आर्थिक सहायता के लिए आवेदन कर सकते हैं।

आप मदद प्राप्त कर सकते हैं जब:

• कोई स्थिति आपके नियंत्रण से परे अप्रत्याशित परिस्थितियों के कारण होती है, और यह एक गंभीर स्वास्थ्य जोखिम प्रस्तुत करती है,

और

• आप अन्य संसाधनों का उपयोग नहीं कर सकते हैं या अपने अगले वेतन या आय समर्थन चेक का इंतजार नहीं कर सकते हैं।

क्या शामिल है?

इस रकम से आप इन ज़रूरतों को पूरा कर सकते है:

- खाना
- कपड़े

- बच्चे की देखभाल
- परिवहन
- क्षति जमा
- अस्थायी आवास
- उपयोगिता बकाया राशि: यदि आपको एक से अधिक बार उपयोगिता बकाया राशि चुकाने में सहायता की आवश्यकता हो तो आपको यह धनराशि वापस चुकाना होगा।
- बेदखली भुगतान: यदि आपको एक से अधिक बार बेदखली भुगतान राशि चुकाने में सहायता की आवश्यकता हो तो आपको यह धनराशि वापस चुकाना होगा।

वित्तीय लाभ सारांश के पृष्ठ दो पर आपातकालीन आवश्यकता भत्ते का निर्धारण छापा गया हैं [Financial Benefits Summary]

जिन लागतों को चुकाया जा सकता है, लेकिन उन्हें वापस चुकाना आवश्यक है:
- आवश्यक घर की मरम्मत
- आवश्यक उपकरण मरम्मत
- आवश्यकता का प्रमाण

आपको आवश्यकता का प्रमाण देना होगा, जैसे:
- एक बकाया बयान या निष्कासन नोटिस
- उपयोगिता देय धन के लिए एक उपयोगिता बिल या स्टेटमेंट
- एक विश्वसनीय स्रोत से सबूत कि वस्तु आवश्यक है, उदाहरण के लिए अग्निशमन विभाग से एक असुरक्षित वायरिंग नोटिस

योग्यता:
आप **इमरजेंसी नीड्स अलाउंस** के लिए आवेदन कर सकते हैं:
- आप एक वर्तमान आय सहायता के प्रापक हैं
- आप एक अल्बर्टन है जो आय अर्जित कर रहे हैं, लेकिन आपके पास इस एक समय की ज़रूरत को पूरा करने के लिए पर्याप्त पैसा नहीं है, यह अल्पकालिक आपातकालीन स्थिति है जो एक महीने से अधिक नहीं चलेगी

• आप आय सहायता कार्यक्रम योग्यता आवश्यकताओं को पूरा करते हैं

आवेदन कैसे करें:

सामान्य जानकारी
अल्बर्टा सुप्पोर्टस कांटेक्ट सेंटर को कॉल करे:
• घंटे: सुबह 7:30 से शाम 8:00 (सोमवार से शुक्रवार, वैधानिक छुट्टियों पर बंद)
• टोल फ्री: 1-877-644-9992
• ईमेल: css.ascc@gov.ab.ca

इनकम सपोर्ट क्लाइंट - अपने इनकम सपोर्ट वर्कर से संपर्क करें
• यदि कोई आपातकाल नियमित समय के बाहर होता है, तो आप 24 घंटे के संपर्क केंद्र को 1-866-644-5135 पर मुफ्त में कॉल कर सकते हैं। उन वस्तुओं के लिए नीचे देखें जिन्हें 24-घंटे आय समर्थन संपर्क केंद्र द्वारा जारी किया जा सकता है।

**24-घंटे की आय सहायता संपर्क केंद्र कुछ सुविधाओं के लिए फोन पर सहायता कर सकता है - नीचे विवरण देखें।**

**यदि आपको निम्नलिखित के लिए आपातकालीन आवश्यकता है:**
• खाना
• दवाई
• कपड़े
• अस्थायी आश्रय
• आपातकालीन साधारण दंत चिकित्सा देखभाल

24 घंटे के आपातकालीन आय सहायता संपर्क केंद्र (24/7 उपलब्ध) को कॉल करें:
• टोल फ्री: 1-866-644-5135
• टी टी व्हाई  टोल फ्री: 1-800-232-7215 (अल्बर्टा सपोर्ट्स से बात करने के लिए कहें)
• फैक्स: 780-422-9681
• ई-मेल: hs.iscc@gov.ab.ca (जवाब को १ -३ कार्य दिवस लग सकते है)

**इनकम सपोर्ट कांटेक्ट सेंटर**

अब आप इंटरैक ई-ट्रांसफर के माध्यम से आपातकालीन खाद्य लाभ प्राप्त करने के लिए इनकम सपोर्ट कांटेक्ट सेंटर को ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। एक बार जब आप आवश्यक जानकारी प्रदान कर देते हैं, तो आपको अपनी योग्यता की पुष्टि करने के लिए आय इनकम सपोर्ट कांटेक्ट सेंटर को कॉल करने के लिए कहा जाएगा।

ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया शुरू करने के लिए माय अल्बर्टा इमरजेंसी बेनिफिट पर आवेदन करें।
https://www.alberta.ca/emergency-financial-assistance.aspx

आय समर्थन

आय सहायता आपको और आपके परिवार को साधारण जीवन लागत और अन्य आवश्यकताओं के लिए मदद कर सकती है। अपनी आवश्यकताओं और स्थिति के आधार पर आप अल्बर्टा के आय सहायता कार्यक्रम (अल्बर्टा इनकम सपोर्ट प्रोग्राम) के माध्यम से सहायता प्राप्त करने के योग्य हो सकते हैं।

सभी आय सहायता संबंधित प्रश्नों के लिए अपने आय सहायता कार्यकर्ता से संपर्क करें। यदि आप नहीं जानते कि अपने कार्यकर्ता से कैसे संपर्क करें, तो अपने स्थानीय अल्बर्टा सपोर्ट्स या अल्बर्टा वर्क्स सेंटर से संपर्क करें Alberta Supports or Alberta Works Centre.

अल्बर्टा सुप्पोर्टस कांटेक्ट सेंटर

मुख्य अलबर्टा सपोर्ट सेंटर से संपर्क करने के लिए:

घंटे: सुबह 7:30 से शाम 8 (सोमवार से शुक्रवार तक खुला, वैधानिक छुट्टियों पर बंद)

टोल फ्री: 1-877-644-9992

ई-मेल: css.ascc@gov.ab.ca

24 घंटे की आपातकालीन आय सहायता केंद्र से संपर्क करें

आश्रय, भोजन, वस्त्र और परिवहन जैसी साधारण आवश्यकताओं की सहायता के लिए आपातकालीन आर्थिक सहायता (emergency financial assistance) प्राप्त करें।

- घंटे: 24/7
- टोल फ्री: 1-866-644-5135
- फैक्स: 780-422-9681
- ईमेल: css.iscc@gov.ab.ca

आपकी जरूरतों, काम करने की क्षमता और आपके परिवार के आकार के आधार पर आपको इसके लिए पैसे मिल सकते हैं:

- भोजन, कपड़े और आश्रय जैसे साधारण खर्च
- childcare (बच्चे की देखभाल के लिए)
- special diets (विशेष आहार)
- utility connection fees (उपयोगिता कनेक्शन शुल्क)
- work-related expenses (काम से संबंधित खर्च)
- unexpected emergencies (अप्रत्याशित आपात स्थिति)
- costs to leave family violence (पारिवारिक हिंसा छोड़ने के लिए लागत)
- school expenses for children (बच्चों के लिए स्कूल का खर्च)

आर्थिक लाभ सारांश (Financial Benefits Summary) उपलब्ध आय समर्थन भत्तों का अधिक विस्तृत जानकारी प्रदान करता है।

आय समर्थन प्राप्तकर्ताओं को स्वास्थ्य लाभ प्राप्त होते हैं और:

- रोजगार सेवाएं (employment services)
- बाल पोषण भत्ता प्राप्त करने में मदद (help receiving child support)

• यदि आपको अपने विद्यालय में विशिष्ट स्वास्थ्य उपायों, या स्कूल पुनः प्रवेश योजना के बारे में प्रश्न पूछना चाहते है, तो अपने बच्चे के शिक्षक या स्कूल प्रशासक से बात करें। सामान्य प्रश्नों के उत्तर के लिए, बैक टू स्कूल कोविद -19 के दौरान देखें: Back to School During Covid-19: FAQ

**E. निम्न-आय वाले परिवार, छोटे व्यवसाय और स्व-रोजगार वाले**

**1. मुझे आर्थिक सहायता की आवश्यकता है**

**आपातकालीन आर्थिक सहायता:**

यदि आप एक अप्रत्याशित आपातकाल का सामना कर रहे हैं, तो आप आपातकालीन आर्थिक सहायता के लिए आवेदन कर सकते हैं।

आप मदद प्राप्त कर सकते हैं जब:

• कोई स्थिति आपके नियंत्रण से परे अप्रत्याशित परिस्थितियों के कारण होती है, और यह एक गंभीर स्वास्थ्य जोखिम प्रस्तुत करती है,
और
• आप अन्य संसाधनों का उपयोग नहीं कर सकते हैं या अपने अगले वेतन या आय समर्थन चेक का इंतजार नहीं कर सकते हैं।

क्या शामिल है?

इस रकम से आप इन ज़रूरतों को पूरा कर सकते है:

- खाना
- कपड़े
- बच्चे की देखभाल
- परिवहन
- क्षति जमा
- अस्थायी आवास
- उपयोगिता बकाया राशि: यदि आपको एक से अधिक बार उपयोगिता बकाया राशि चुकाने में सहायता की आवश्यकता हो तो आपको यह धनराशि वापस चुकाना होगा।
- बेदखली भुगतान: यदि आपको एक से अधिक बार बेदखली भुगतान राशि चुकाने में सहायता की आवश्यकता हो तो आपको यह धनराशि वापस चुकाना होगा।

वित्तीय लाभ सारांश के पृष्ठ दो पर आपातकालीन आवश्यकता भत्ते का निर्धारण छापा गया हैं Financial Benefits Summary

जिन लागतों को चुकाया जा सकता है, लेकिन उन्हें वापस चुकाना आवश्यक है:
• आवश्यक घर की मरम्मत
• आवश्यक उपकरण मरम्मत
• आवश्यकता का प्रमाण

आपको आवश्यकता का प्रमाण देना होगा, जैसे:
- एक बकाया बयान या निष्कासन नोटिस
- उपयोगिता देय धन के लिए एक उपयोगिता बिल या स्टेटमेंट
- एक विश्वसनीय स्रोत से सबूत कि वस्तु आवश्यक है, उदाहरण के लिए अग्निशमन विभाग से एक असुरक्षित वायरिंग नोटिस

योग्यता:
आप **इमरजेंसी नीड्स अलाउंस** के लिए आवेदन कर सकते हैं:
- आप एक वर्तमान आय सहायता के प्रापक हैं
- आप एक अल्बर्टन है जो आय अर्जित कर रहे हैं, लेकिन आपके पास इस एक समय की ज़रूरत को पूरा करने के लिए पर्याप्त पैसा नहीं है, यह अल्पकालिक आपातकालीन स्थिति है जो एक महीने से अधिक नहीं चलेगी
- आप आय सहायता कार्यक्रम योग्यता आवश्यकताओं को पूरा करते हैं

आवेदन कैसे करें:

सामान्य जानकारी
अल्बर्टा सुप्पोर्टस कांटेक्ट सेंटर को कॉल करे:
- घंटे: सुबह 7:30 से शाम 8:00 (सोमवार से शुक्रवार, वैधानिक छुट्टियों पर बंद)
- टोल फ्री: 1-877-644-9992
- ईमेल: css.ascc@gov.ab.ca

इनकम सपोर्ट क्लाइंट - अपने इनकम सपोर्ट वर्कर से संपर्क करें
- यदि कोई आपातकाल नियमित समय के बाहर होता है, तो आप 24 घंटे के संपर्क केंद्र को 1-866-644-5135 पर मुफ्त में कॉल कर सकते हैं। उन वस्तुओं के लिए नीचे देखें जिन्हें 24-घंटे आय समर्थन संपर्क केंद्र द्वारा जारी किया जा सकता है।

**24-घंटे की आय सहायता संपर्क केंद्र कुछ सुविधाओं के लिए फोन पर सहायता कर सकता है - नीचे विवरण देखें।**

**यदि आपको निम्नलिखित के लिए आपातकालीन आवश्यकता है:**
- खाना
- दवाई
- कपड़े
- अस्थायी आश्रय
- आपातकालीन साधारण दंत चिकित्सा देखभाल

24 घंटे के आपातकालीन आय सहायता संपर्क केंद्र (24/7 उपलब्ध) को कॉल करें:
- टोल फ्री: 1-866-644-5135
- टी टी व्हाई  टोल फ्री: 1-800-232-7215 (अल्बर्टा सपोर्ट्स से बात करने के लिए कहें)
- फैक्स: 780-422-9681
- ई-मेल: hs.iscc@gov.ab.ca (जवाब को १ -३ कार्य दिवस लग सकते है)

**इनकम सपोर्ट कांटेक्ट सेंटर**
अब आप इंटरैक ई-ट्रांसफर के माध्यम से आपातकालीन खाद्य लाभ प्राप्त करने के लिए इनकम सपोर्ट कांटेक्ट सेंटर को ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं। एक बार जब आप आवश्यक जानकारी प्रदान कर देते हैं, तो आपको अपनी योग्यता की पुष्टि करने के लिए आय इनकम सपोर्ट कांटेक्ट सेंटर को कॉल करने के लिए कहा जाएगा।

ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया शुरू करने के लिए माय अल्बर्टा इमरजेंसी बेनिफिट पर आवेदन करें।
https://www.alberta.ca/emergency-financial-assistance.aspx
आय समर्थन
आय सहायता आपको और आपके परिवार को साधारण जीवन लागत और अन्य आवश्यकताओं के लिए मदद कर सकती है। अपनी आवश्यकताओं और स्थिति के आधार पर आप अल्बर्टा के आय सहायता कार्यक्रम (अल्बर्टा इनकम सपोर्ट प्रोग्राम) के माध्यम से सहायता प्राप्त करने के योग्य हो सकते हैं।

सभी आय सहायता संबंधित प्रश्नों के लिए अपने आय सहायता कार्यकर्ता से संपर्क करें।
यदि आप नहीं जानते कि अपने कार्यकर्ता से कैसे संपर्क करें, तो अपने स्थानीय अल्बर्टा सपोर्ट्स या अल्बर्टा वर्क्स सेंटर से संपर्क करें Alberta Supports or Alberta Works Centre.

अल्बर्टा सुप्पोर्टस कांटेक्ट सेंटर

मुख्य अलबर्टा सपोर्ट सेंटर से संपर्क करने के लिए:
घंटे: सुबह 7:30 से शाम 8 (सोमवार से शुक्रवार तक खुला, वैधानिक छुट्टियों पर बंद)
टोल फ्री: 1-877-644-9992
ई-मेल: css.ascc@gov.ab.ca
24 घंटे की आपातकालीन आय सहायता केंद्र से संपर्क करें

आश्रय, भोजन, वस्त्र और परिवहन जैसी साधारण आवश्यकताओं की सहायता के लिए आपातकालीन आर्थिक सहायता (emergency financial assistance) प्राप्त करें।
- घंटे: 24/7
- टोल फ्री: 1-866-644-5135
- फैक्स: 780-422-9681
- ईमेल: css.iscc@gov.ab.ca

आपकी जरूरतों, काम करने की क्षमता और आपके परिवार के आकार के आधार पर आपको इसके लिए पैसे मिल सकते हैं:
- भोजन, कपड़े और आश्रय जैसे साधारण खर्च
- childcare (बच्चे की देखभाल के लिए)
- special diets (विशेष आहार)
- utility connection fees (उपयोगिता कनेक्शन शुल्क)
- work-related expenses (काम से संबंधित खर्च)
- unexpected emergencies (अप्रत्याशित आपात स्थिति)
- costs to leave family violence (पारिवारिक हिंसा छोड़ने के लिए लागत)
- school expenses for children (बच्चों के लिए स्कूल का खर्च)

आर्थिक लाभ सारांश (Financial Benefits Summary) उपलब्ध आय समर्थन भत्तों का अधिक विस्तृत जानकारी प्रदान करता है।

आय समर्थन प्राप्तकर्ताओं को स्वास्थ्य लाभ प्राप्त होते हैं और:
- रोजगार सेवाएं (employment services)
- बाल पोषण भत्ता प्राप्त करने में मदद (help receiving child support)

**आर्थिक मदद के साथ नौकरी करना**

जिन लोगों को आर्थिक सहायता मिल रही है, सरकार उन्हें प्रोत्साहित करती है कि वे काम करें। वे अपनी पूरी आय रख सकते हैं। उनकी आय का मात्र एक हिस्सा ही आर्थिक सहायता की राशि तय करने में गिना जाता है।

**संपर्क सूचना**

आय सहायता से संबंधित प्रश्नों एवं जानकारी हेतु आर्थिक सहायता कर्मचारी से संपर्क करें। अगर अपने आय सहायता कर्मचारी से सम्पर्क न हो पा रहा हो, तो स्थानीय "अल्बर्टा सहायता संपर्क केंद्र" ( Alberta Supports or Alberta Works Centre) से संपर्क करें।

**अल्बर्टा सहायता संपर्क केंद्र**

मुख्य अलबर्टा सहायता संपर्क केंद्र से संपर्क हेतु:

- ७:३० प्रातः - ८:०० सायं (7:30 am-8:00 pm). सोमवार से शुक्रवार। सरकारी अवकाश पर बंद।
- टोल फ्री: १-८७७-६४४-९९९२ (1-877-644-9992)
- ईमेल: css.iscc@gov.ab.ca
- २४ घंटा आपातकालीन आय सहायता संपर्क केंद्र

**सामान्य आवश्यकताएं जैसे कि भोजन, शयन (shelter), खाना, कपड़ा एवं आवागमन से संबंधित मदद से के लिए आपातकालीन आर्थिक सहायता प्राप्त करें: (emergency financial assistance)**

- २४ घंटे
- टोल फ्री: १-८६६-६४४-५१३५ (1-866-644-5135)
- फैक्स: ७८०-४२२-९६८१ (780-422-9681)
- ईमेल: css.iscc@gov.ab.ca

**पात्रता**

आय सहायता हेतु आपकी पात्रता को कई कारण निर्धारित करते हैं। अगर आप ये मानदंड पूरे करते हैं तो आप आय सहायता के लिए आवेदन कर सकते हैं। इस प्रक्रिया में सामान्यतः दो हफ़्ते लगते हैं।

**आयु एवं निवास पात्रता:**

आप:

1. अल्बर्टा के निवासी हों।
2. आयु १८ वर्ष या उससे अधिक हो।
3. आप कनाडा के नागरिक, स्थायी निवासी (permanent resident), शरणार्थी या शरण के दावेदार (refugee claimant) हों।

**आर्थिक पात्रता**

1. आप अपनी सामान्य आवश्यकताओं के लिए भुगतान करने में असमर्थ हों।
2. आपकी आय अथवा संपत्ति निम्नलिखित से अधिक न हो:

1. CAD $५००० आर आर एस पी RRSP में- प्रति वयस्क।
2. CAD $१०,००० वाहन इक्विटी।
3. आय सहायता मुख्य लाभ (Income Support core benefits) से अधिक आपकी आय ना हो।
4. आपके पास नक़द या बचत राशि तय लिक्विड एसेट सीमा से अधिक न हो (आप जितने आय सहायता मुख्य लाभ यानि Income Support core benefits के पात्र हैं , लिक्विड एसेट सीमा सामान्यतः उसकी तीन गुना रक़म होती है)
5. दूसरे आय सहायता कार्यक्रम जिनके लिए आपकी पात्रता है (जैसे की रोज़गार बीमा- Employment Insurance) उसमें आवेदन करने के इच्छुक हों।

**काम करने की क्षमता**

1. आप रोज़गार ढूंढ रहे हों।
2. आप काम कर रहे हों किन्तु ~~क्षमता के अनुसार~~ कमा ना रहे हो।
3. आप कुछ समय के लिए काम करने में असमर्थ हों
4. रोज़गार पाने हेतु ज़रूरी प्रशिक्षण के लिए मदद चाहिए हो
5. किसी बीमारी अथवा अन्य कारण की वजह से आप काम ना कर पा रहे हों।

**सूचना एवं योजना**

आप:

1. अपने घर के सभी सदस्यों की निजी एवं वित्तीय सूचना प्रदान करने के इच्छुक हों।

2. अपने आय सहायता कर्मचारी के साथ मिलकर एक योजनाबद्ध तरीक़े से अपनी परिस्थितियाँ सुधारने के लिए इच्छुक हों।

अधिक जानकारी के लिए देखें- Income Support Online Policy Manual

**आवेदन कैसे करें:**

1. **आवेदन पत्र भरें**

आय सहायता आवेदन शुरू करने के तीन तरीक़े हैं

ऑनलाइन आवेदन- Apply online

कंप्यूटर पर आनलाईन आवेदन पत्र (Income Support Application Form) भरकर निकटतम Alberta supports or Alberta works centre (nearest Alberta Supports or Alberta Works Centre) पर जमा करें।

- अपने निकटतम Alberta Supports or Alberta Works Centre से आवेदन पत्र लेकर भरें और फिर वहाँ पर ले जाकर जमा करें।

2. **आय सहायता कर्मचारी से मिलें**

आवेदन पत्र जमा करने के पश्चात आपको अनुदेशों की एक सूची मिलेगी जिसमें अगले क़दम जैसे कि कर्मचारी के साथ मीटिंग कैसे करें इत्यादि का विवरण होगा।

आय सहायता कर्मचारी से मीटिंग के लिए निम्नलिखित दस्तावेज़ लेकर आएँ

- पहचान के लिए कोई दस्तावेज़।
- संपत्ति का प्रमाण।
- बैंकिंग से संबंधित सूचना।
- रोज़गार से होने वाली आय का प्रमाण।
- मेडिकल फ़ॉर्म - अगर आप किसी बीमारी के कारण काम करने में असमर्थ हों।
- आप्रवासन दस्तावेज़ (immigration papers)- अगर आप कनाडा में पिछले 10 साल में आए हों।

आय सहायता आवेदन प्रक्रिया में सामान्यत: दो हफ़्ते लगते हैं किन्तु आपातकालीन ज़रूरत है दो दिन तक में भी पूरी की जा सकती हैं।

https://www.alberta.ca/emergency-financial-assistance.aspx

**2. <u>मुझे अपने सामान्य बिल जैसे बिजली, पानी इत्यादि बिल को चुकाने के लिए मदद चाहिए</u>**

ईमेल करें: ucahelps@gov.ab.ca

संपर्क करें: ४०३-३१०-४८२२ (403-310-4822- अल्बर्टा में) या फिर ७८०-६४४-५१३० (780-644-5130) अगर आपको अपने सामान्य बिल जैसे बिजली, पानी इत्यादि को चुकाने के लिए पैसे की आवश्यकता हो

अल्बर्टा सरकार ९०-दिवस सामान्य बिल स्थगन कार्यक्रम (90-day utility bill deferral program ) लेकर आयी है. इस कार्यक्रम के तहत आपके बिल रद्द नहीं होंगे अपितु आने वाले बिल के भुगतान स्थगित होंगे।

**3. मुझे मुफ़्त खाना कहाँ मिल सकता है?**

मुफ़्त खाने से संबंधित जानकारी जैसे की फ़ूड बैंक,फ़ूड हैम्पर्स और मुफ़्त भोजन कहाँ मिलेगा,यह जानकारी प्राप्त करने के लिए इस वेबसाइट पर जाएँ: https://www.albertahealthservices.ca/nutrition/Page16163.aspx

इस वेबसाइट पर आप अपने क्षेत्र पर क्लिक करें और आपको उन जगहों की सूची मिलेगी जहाँ पर मुफ़्त भोजन की व्यवस्था है।

ज्ञात रहे कि कई फ़ूड बैंक आपको फ़ूड हैंपर प्रदान करने से पहले आपसे आपकी वित्तीय अवस्था का विवरण माँग सकते हैं।बेहतर होगा कि उन्हें फ़ोन करने से पहले आप अपनी आय और खर्चों का विवरण अपने पास रखें।इनमें  सभी खर्चों के विवरण जैसे कि घर का किराया, बच्चों के ख़र्च,आवागमन के ख़र्च, मेडिकल का ख़र्च और बिजली पानी इत्यादि के बिल शामिल हों।

**4. मैं अपने घर से निष्कासन (Eviction) से कैसे बच सकता हूँ?**

घर से निष्कासन समय पर घर का किराया न देने के कारण होता है। इससे बचने के लिए कृपया अपने घर के किराये का भुगतान सही समय पर करें। अगर आपको इस संदर्भ में किसी सहायता की आवश्यकता है तो कृपया अल्बर्टा सपोर्ट (Alberta support) से संपर्क करें।https://www.alberta.ca/alberta-supports.aspx

अलबर्टा सरकार की मकान मालिक एवं किरायेदारों को यह हिदायत है कि अगर किरायदार किराया देने में असमर्थ है तो वे आपस में किराये के संदर्भ में विचार विमर्श करें। https://www.alberta.ca/rental-evictions.aspx#toc-0

5. **मुझे घर से निष्कासित कर दिया गया है और मेरे पास रहने की कोई व्यवस्था नहीं है। मैं क्या करूँ:**

जल्द से जल्द नया किराये का घर देखने के लिए इन वेबसाइट्स जैसे कि https://www.rentfaster.ca/ पर जाएं।

- अपने मित्रों और परिवारजनों से पैसे उधार लें।
- कुछ समय के लिए अपने मित्रों या परिवारजनों के घर पर स्थानांतरित हो जाएं।
- निष्कासन की नोटिस का जवाब देकर क़ानूनी तौर पर अपना निष्कासन रोकने का प्रयास करें।https://www.alberta.ca/rental-eviction_s.aspx#toc-4
- अन्य साधनों की जानकारी हेतु २११ पर कॉल करें।
- अल्पकालिक सहयोग के लिए रैन बसेरा (शेल्टर- Shelter) ढूंढें- https://www.alberta.ca/find-shelters.aspx

**अलबर्टा के अस्थाई निवासी:**

1. **मुझे किराना ख़रीदने की आवश्यकता है**
2. कैलगरी शहर के किराना भंडारों की सूची है: इन दुकानों से किराना ख़रीदने के लिए कृपया इन दुकानों की वेबसाइट पर जाकर अपना अकाउंट खोलें।

- **कैलगरी, उत्तर पूर्व:**
  - रियल कैनेडियन सुपरस्टोर

पता: ३६३३, वेस्ट विन्ड्स ड्राइव, उत्तर पूर्व, यूनिट १००, कैल्गरी, अल्बर्टाT3J 5K3

दूरभाष: ४०३ ५९०-३३१९ (403 590-3319)

वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

  - रियल कैनेडियन सुपरस्टोर

पता: ३५७५ २० एवेन्यू उत्तर पूर्व, कैल्गरी, अल्बर्टा T1Y 6R3

दूरभाष: ४०३ २८०-८२२२ (403 280-0822)

वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

- **कैलरी उत्तर पश्चिम:**
  - **रियल केनेडियन सुपरस्टोर**

    पता: ७०२० चौथी स्ट्रीट उत्तर पश्चिम, कैल्गरी, अल्बर्टा T2K 1C4

    दूरभाष: ४०३ ५१६-८५१९ (403 516-8519

वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

- **वॉलमार्ट सुपर सेंटर**

  पता: ३५ सेज हिल गेट उत्तर पश्चिम, कैल्गरी अलबर्टा

  दूरभाष: ५८७ २३०-८४११ (587 230-8411)

  वेबसाइट: https://www.walmart.ca/en/grocery/N-117

- **कैलगरी दक्षिण पश्चिम**

  - **रियल कैनेडियन सुपरस्टोर**

    पता: १०५०५ साउथपोर्ट रोड दक्षिण पश्चिम, कैल्गरी, अल्बर्टा T2W3N2

    दूरभाष: ४०३ २२५-६२२३ (403 225-6223)

    वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

  - **वॉलमार्ट सुपर सेंटर**

    पता: १२१२ ३७ स्ट्रीट दक्षिण पश्चिम, कैल्गरी, अल्बर्टा

    दूरभाष: ५०३ २४२-२२०५ (403 242-2205)

    वेबसाइट: https://www.walmart.ca/en/grocery/N-117

- **कैलगरी दक्षिण पूर्व**

  - **रियल कैनेडियन सुपरस्टोर**

पता: २० हेरिटेज मेंडोज़ वे दक्षिण पूर्व #१००, कैल्गरी, अल्बर्टा T2H 3C1

दूरभाष: ४०३ ६९२-६२२० (403 692-6220

वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

  - **वॉलमार्ट सुपर सेंटर**

पता: ४७०५ १३० एवन्यु दक्षिण पूर्व कैल्गरी, अल्बर्टा T2Z 4J2

दूरभाष: ४०३ ७२६-०४३० (403 726-0430)

वेबसाइट: https://www.walmart.ca/en/grocery/N-117

- **ऐडमंटन**

  - **रियल कनेडियन सुपरस्टोर**

पता: ११५५ विंडरमेयर वे दक्षिण पश्चिम, एडमंटन, अल्बर्टा T6W 2B6

दूरभाष: ७८० ४३८-९२३५ (780 438-9235

वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

  - **वॉलमार्ट सुपर सेंटर**

पता: १८५२१ स्टोनी प्लेन रोड, एडमंटन, अल्बर्टा T5S 2V9

दूरभाष: ७८० ४८७-८६२६ (780 487-8626)

वेबसाइट: https://www.walmart.ca/en/grocery/N-117

- **रियल कनेडियन सुपरस्टोर**

पता: ९७११ २३ एवन्यु उत्तर पश्चिम, एडमंटन, अल्बर्टा T6N 1K7
दूरभाष: ७८० ४९०-३९१८ (780 490-3918)
वेबसाइट: https://www.realcanadiansuperstore.ca/store-locator

अगर अस्थायी निवासियों के मित्र अथवा परिवार जन उनके नए घर के निकट रहते हों तो वो सामग्री लेकर उन्हें दे सकते हैं। ऐसा संभव है कि अस्थायी निवासी अपने नए शहर अथवा क़स्बे में किसी को जानते न हों।इस अवस्था में सबसे बेहतर उपाय है कि वे सामग्री को ऑनलाइन ख़रीदें।

Finder Canada आप की आवश्यकताओं के उपरोक्त सामग्री वितरण के विकल्प ढूंढने के लिए एक बढ़िया संसाधन है।

निम्नलिखित कोविड महामारी के दौरान अल्बर्टा में मौजूद ऑनलाइन एवं दुकान में जाकर किराना एवं अन्य सामग्री ख़रीदने के विकल्प हैं:

- Save-On-Foods में जाकर सामग्री ख़रीदने और सामग्री वितरण के विकल्प हैं। यह एडमंटन, एयरड्री पश्चिम एवं रेड डियर समेत अल्बर्टा के विभिन्न भागों में मौजूद है।
- SPUD.ca स्थानीय एवं ऑर्गेनिक किराना सामग्री एडमंटन और कैल्गरी क्षेत्र में वितरण करता है।
- Cultivatr कैल्गरी शहर में स्थानीय किसानों द्वारा पैदा करी हुई ताज़ी सब्ज़ियां एवं अन्य किराना सामग्री जैसे एक ही दूध, सब्ज़ी मीट इत्यादि का वितरण करता है।ऑनलाइन ऑर्डर के वितरण में कुछ दिन लगते हैं।
    - The Organic Box भी समान रूप से काम करता है और स्थानीय किसानों द्वारा उगाई हुई सामग्री को एडमंटन क्षेत्र बो वैली और अल्बर्टा के अन्य शहरों में बेचता है।
- The Grocery Link एक स्थानीय परिवार द्वारा चालित कंपनी है जो रीयल कनैडियन सुपरस्टोर, वॉलमार्ट, होलसेल क्लब, लोबलौज़ सिटी मार्केट और सेव-औन फ़ूड्स जैसी दुकानों से सामग्री लेकर कैलरी क्षेत्र के निवासियों तक पहुँचाती है।

**ऑनलाइन सामग्री ख़रीदने के सुझाव:**

- **एक सूची बनाएँ:** ऑनलाइन सामान ख़रीदने से पहले भी सामान को अपनी वर्चुअल कार्ट में डालने से पहले एक सूची बना लेना किफ़ायती और सही क़दम है।ऐसा न करने पर कंप्यूटर पर दिखने वाली ऐसी कई सामग्री जिसकी हमें सही आवश्यकता नहीं है, वह भी हम ख़रीदने लग जाते हैं।
- **लचीला स्वभाव रखें:** कई किराना दुकानों अपनी वेबसाइट पर “एक्सेप्ट सब्स्टिट्यूशन” नामक एक ऑनलाइन विकल्प होता है। इसका मतलब है कि जिन जिन सामग्री की पेशकश आपने करी है अगर उन मे से कोई सामग्री मौजूद नहीं है तो उसके बदले में कोई और सामग्री से उसको बदला जाएगा। इन प्रतिस्थापित सामग्रियों की स्वीकृति देने से आप सभी प्रकार की सामग्री ख़रीद पाएंगे। यदि आप प्रतिस्थापन से सहमत नहीं हैं तो वह सामग्री जो मौजूद नहीं है उसे किसी और समय ख़रीदें या किसी और की स्टोर से ऑनलाइन ऑर्डर करें।
- **समय रहते है ऑर्डर करें:** जैसा कि उपर्युक्त था बेहतर होता है कि आप सामान को उसकी आवश्यकता पड़ने से पहले ही ऑनलाइन ऑर्डर करें।ऑनलाइन सामग्री की ख़रीदारी की अधिक माँग होने के कारण दुकानें कभी कभी तय समय पर आपकी सामग्री का वितरण नहीं कर पाती हैं और संभवत: आपकी सामग्री मिलने में देरी हो सकती है।
- **स्वास्थ्य सुरक्षा प्रक्रियाओं का पालन का पालन करें:** अगर “कॉन्टैक्टलेस डिलीवरी” का विकल्प उपलब्ध हो तो उसे चुनें। इसका मतलब यह है कि वितरण करने वाला व्यक्ति सामग्री आपके घर के बाहर छोड़कर जाएगा ताकि वो आप से दूरी बनाएँ बनाए रखे और आप और वो दोनों ही सुरक्षित रहें।

वो अस्थायी निवासी जो कि सेल्फ़ आइसोलेशन पीरियड (self-isolation period- वो समय जिसमें व्यक्ति को अपने आपको सबसे अलग करके रखना पड़ता है) में हैं और उसके अलावा भी, उन निवासियों के लिए ऑनलाइन सामग्री की ख़रीदारी दूरी बनाए रखने का एक आसान और आवश्यक तरीक़ा है।

## 2 मेरी पढ़ाई/ काम का परमिट ख़त्म होने वाला है:

कोविड-१९ के असर: एक अस्थायी उपाय के तौर पर अगर आप कैनाडा में हैं और अगर आपने काम/ पढ़ाई या अस्थायी रूप से रुकने के लिए ज्ञापन दिया है तो आपको बायोमैट्रिक टेस्ट (Biometric test) कराने की आवश्यकता नहीं है।

विद्यार्थी: अगर आपका अध्ययन परमिट ख़त्म होने वाला है तो आपके पास तीन विकल्प हैं:

**विकल्प १: अगर आप अपनी पढ़ाई जारी रखना चाहते हैं तो आप अपना पढ़ाई के परमिट की अवधि बढ़वा सकते हैं।**

**प्रक्रिया:**

आपके अध्ययन परमिट ख़त्म होने की तारीख़ यह बताती है कि आपको कब पढ़ाई रोकनी है और कैनेडा छोड़ना है। यह तारीख़ परमिट के ऊपरी दाएँ भाग पर लिखी होती है।इसकी अवधि सामान्यतः आपके पढ़ाई के कोर्स की अवधि से ९० दिन आगे तक की होती है।यह ९० दिन आपको तैयारी का समय देते हैं जिसमें आप या तो कनाडा छोड़ सकें और या फिर अपनी रुकने की अवधि को बढ़वा सकें।

**आवेदन कब करें:**

आपको आवेदन अपने परमिट के ख़त्म होने की तारीख़ से कम से कम ३० दिन पहले करना चाहिए।इस बात का ध्यान दें कि आपके पासपोर्ट की अवधि भी उसी समय ख़त्म न हो रहा हो।यह इस वजह से है क्योंकि आपका पढ़ाई के परमिट की अवधि आपके पासपोर्ट के ख़त्म होने की तारीख़ से आगे नहीं हो सकता।अगर आप अपने परमिट की अवधि ख़त्म होने से पहले आवेदन करते हैं तो उस आवेदन पर निर्णय होने तक आप कैनेडा में अपने पढ़ाई की परमिट की वर्तमान स्थिति के अनुरूप रह सकते हैं। अगर आप यात्रा करने वाले हैं और आपके परमिट की अवधि यात्रा के दौरान ख़त्म हो रही हो तो कृपया अपने अध्ययन परमिट की अवधि बढ़ाने के लिए आवेदन करें।

**आवेदन कैसे करें:**

अपने अध्ययन परमिट की अवधि बढ़वाने का आवेदन करने से पहले इस बात को सुनिश्चित कर लें कि आपका विद्यालय अथवा महाविद्यालय डेज़िग्नेटैड लर्निंग इंस्टीट्यूशन की सूची (designated Learning institution list- DLI) में है। सामान्यतः आप अपने परमिट की अवधि बढ़वाने का ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं।

कैनेडा में अपनी स्थिति को पुनर्स्थापित करने के लिए कैसे आवेदन करें - यहाँ पता लगाएं Find out how to apply and restore your status

1. सुनिश्चित करें कि आपके पास आपकी आवश्यकता अनुसार सब कुछ है

ऑनलाइन आवेदन के लिए आपको निम्नलिखित की आवश्यकता पड़ेगी:

- अपने दस्तावेजों की प्रतियां बनाने के लिए एक स्कैनर अथवा कैमरा।
- एक वैध क्रेडिट या डेबिट कार्ड

2. निर्देश मार्गदर्शक पुस्तिका पढ़ें:

अगर आप ऑनलाइन आवेदन भी कर रहे हैं तब भी अपना आवेदन पत्र पूरा करने से पहले निर्देश मार्गदर्शक पुस्तिका पढ़ें। यह पुस्तिका आपको अपने फ़ॉर्म के हर भाग को पूरा करने में मदद करेगी।

3. ऑनलाइन टूल के उत्तर देने की तैयारी करें:

अपने फ़ार्म अपलोड करने से पहले आपको कुछ उत्तर देने होंगे। वे उत्तर हमें आपके दस्तावेजों की एक व्यक्तिगत सूची बनाने में मदद करते हैं।

4. अपने आवेदन पत्र के शुल्क की जानकारी करें:

आपके शुल्क में अधिकतर आपकी और अन्य व्यक्ति जो आपके आवेदन पत्र में शामिल हैं उनकी प्रसंस्करण शुल्क होता है।

5. अपना ऑनलाइन अकाउंट बनाएँ अथवा साइन इन करें:

ऑनलाइन आवेदन के लिए आपको एक अकाउंट की आवश्यकता होगी। आप अपने अकाउंट का प्रयोग कर सकते हैं:

- अपने शुल्क का भुगतान करने में।
- अपना आवेदन पत्र जमा करने के लिए।
- अपने आवेदन पत्र की स्थिति का पता लगाने के लिए।

**ऑनलाइन आवेदन के फ़ायदे:**

- कोई कूरियर शुल्क नहीँ और पहुँचने में समय नहीं लगता- हमें आपका आवेदन पत्र तुरंत मिल जाता है।
- आपके आवेदन पत्र का प्रसंस्करण (processing) जल्द होता है।
- ऑनलाइन आवेदन का तरीक़ा आपको आपका आवेदन पत्र जमा करने से पहले सुनिश्चित कराता है कि वो पूरा है और उसमें कोई कमी नहीं है।
- आवेदन प्रक्रिया के दौरान अगर हम आपसे और दस्तावेज़ जमा करने के लिए कहते हैं तो आप उन्हें ऑनलाइन जल्द ही जमा कर सकते हैं।
- आपको अपने ऑनलाइन आवेदन की वर्तमान स्थिति सीधे अपने अकाउंट से पता चल सकती है

**अगर आप ऑनलाइन आवेदन नहीं कर सकते**

आप कागज़ी आवेदन पत्र भी जमा कर सकते हैं अगर:

- आप किसी विकलांगता के कारण ऑनलाइन आवेदन न कर पा रहे हों।

- आपकी ऑनलाइन आवेदन पत्र में कुछ परेशानी है

**शुल्क**

- अध्ययन परमिट (अवधि बढ़वाने की प्रक्रिया समेत): कैनेडियन $ १५० (CAD $150)
- अपनी आवासीय स्थिति को पुनः स्थापित करने के लिए: कैनेडियन $ ३५० (CAD $350)
- प्रसंस्करण समय: ५२ दिन

**विकल्प २: अगर आपने अपनी पढ़ाई पूरी कर ली हो तो आप पोस्ट ग्रैजुएशन वर्क परमिट (Post-graduation work permit- PGWP) का आवेदन करने के लिए योग्य हो सकते हैं।**

**प्रक्रिया:**

अगर आप post graduation work permit कार्यक्रम में आवेदन के योग्य हैं तो आप तब भी आवेदन कर सकते हैं अगर कैनाडा में आपकी कक्षा का प्रारूप ऑनलाइन कर दिया गया है और आपको कोविड-१९ के कारण अपना कोर्स अब ऑनलाइन शुरू या जारी करना पड़ रहा है, आपको कोविड-१९ के कारण सन् 2020 के शीत, वसंत या ग्रीष्म सत्र में कुछ समय के लिए अपनी पढ़ाई स्थगित करनी है पड़ी हो या पार्ट टाइम पढ़ाई करनी पड़ी हो।

**अगर आप कनाडा से बाहर हैं:**

अगर आप इस वक़्त कनाडा की यात्रा नहीं कर सकते और आपके पास पढ़ाई का परमिट है तो आप पोस्ट ग्रेजुएट वर्क परमिट कार्यक्रम में आवेदन के लिए योग्य हैं। अगर आपने अपनी पढ़ाई का परमिट का आवेदन अपना कोर्स शुरू होने से पहले किया था तो वसंत 2020 से सिर्फ़ पूर्व वो समय है जब आप का कोर्स ऑनलाइन चल रहा था वह PGWP कार्यक्रम कि योग्य होने के लिए आवश्यक अवधि की गणना में शामिल किया जाएगा (पहले ऑनलाइन पढ़ाई का मात्र वही समय गणना में शामिल किया जाता था जब आपका पढ़ाई का परमिट मंज़ूर हो चुका हो)।

अप्रैल 30, 2021 तक आपकी पढ़ाई का वो समय जो अपने कनाडा से बाहर रह कर पूरा किया हो वह PGWP कार्यक्रम मैं योगिता हेतु समय गणना से हटाया नहीं जाएगा।

**मैं अपनी पढ़ाई का कितना भाग ऑनलाइन पूरा कर सकता हूँ:**

यह इस बात पर निर्भर करता है कि आपने पढ़ाई कब शुरू करी और आपका कोर्स कितना लंबा है।

**अगर आप एक छोटी अवधि का कोर्स कर रहे हैं जो मई से सितंबर 2020 के बीच में शुरू हुआ हो:**

आप अपने कोर्स का १००% भाग ऑनलाइन पूरा करसकते हैं।हैआपका कोर्स ८-१२ महीने का होना चाहिए और आपने अपनी पढ़ाई मई- सितंबर २०२० के बीच शुरू कर दी हो।

**यदि आप एक ऐसा कोर्स कर रहे हैं जिसकी अवधि १२ महीने या अधिक है या आपने अपनी छोटी अवधि का कोर्स मई २०२० से पहले शुरू किया हुआ है:**

अप्रैल ४०, २०२१ तक आप अपने कोर्स का ५०% भाग ऑनलाइन पूरा कर सकते हैं।बचा हुआ ५०% भाग आपको कैनाडा में रह करपूरा करना होगा।

**अगर आप दो कोर्स कर रहे हों:**

अप्रैल ३०, २०२१ तक आप अपनी सारी पढ़ाई का ५०% भाग ऑनलाइन कर सकते हैं।ऐसा करने के लिए:

- आपकी दोनों ही कोर्स एक डेज़िग्नेटैड लर्निंग इंस्टीट्यूशन (designated Learning institution- DLI) से हों।
- दोनों में से कम से कम एक कोर्स मई- सितंबर २०२० के बीच में शुरू हुआ हो।
- दोनों कोर्स PGWP कार्यक्रम की योग्यता की सभी आवश्यकताएं पूरी करते हों और प्रत्येक की अवधि कम से कम 8 महीने हो।

आपको अपने दोनों कोर्स की संयुक्त अवधि का ५०% भाग कनाडा में रह कर पूरा करना होगा।

**कौन आवेदन कर सकता है:**

अपने कोर्स के फ़ाइनल अंक प्राप्त करने के १८० दिन में आप PGWP आवेदन कर सकते हैं।

आवेदन की योग्यता के लिए आपका पढ़ाई का परमिट इस १८० दिन की अवधि में कम से कम कुछ समय के लिए वैध होना चाहिए।

कृपया अपनी आवासीय स्थिति को ख़त्म न होने दें जब तक आप अपने कोर्स के अंकों की प्रतीक्षा कर रहे हों

आप PGWP के लिए आवेदन कर सकते हैं यदि:

- आपकी पढ़ाई का परमिट अभी वैध है
- आपके पास एक वैध आगंतुक अभिलेख है।
- आपने अपने पढ़ाई के परमिट की अवधि समाप्त होने से पहले उसकी अवधि की वृद्धि OK लिए आवेदन पत्र जमा किया हो और अभी तक उस पर कोई निर्णय न लिया गया हो।
- आपने अपनी पढ़ाई के परमिट की अवधि समाप्त होने से पहले अपनी आवासी स्थिति को आगंतुक (visitor) बनाने के लिए आवेदन पत्र जमा किया हूँ और अभी तक उस पर कोई निर्णय लिया गया हो।

और आपने:

- एक डेज़िग्नेटैड लर्निंग इंस्टीट्यूशन (designated Learning institution- DLI) से कम से कम ८ महीने की अवधि का एक कोर्स पूरा किया हो जिस कारण से आपको एक डिग्री, डिप्लोमा या सर्टिफ़िकेट मिला हो।
- आपने कनाडा में अपनी आवासीय स्थिति एक फ़ुल टाइम विद्यार्थी के रूप में अपने कोर्स के हर सत्र में बनाकर रखी हो।इसमें आपके कोर्स का आख़िरी सत्र/ आख़िरी छमाही नहीं आता है, जो की पार्ट टाइम हो सकता है, या फिर वो उस समय जब आपने अपने संस्थान द्वारा मंज़ूर छुट्टी ली हो।
- आपने निम्नलिखित में से कई से स्नातक की उपाधि प्राप्त करी हो:
- एक राजकीय पोस्ट- सेकेंडरी विद्यालय जैसे कि महाविद्यालय, ट्रेड/टेक्निकल महाविद्यालय,विश्वविद्यालय या सी.ई.जी.ई.पी. (कुबैक् में) (CEGEP in Quebec)
- एक प्राइवेट पोस्ट सेकेंडरी विद्यालय (कुबैक् में) जो कि राजकीय विद्यालयों के समान नियमों से संचालित हो।
- एक प्राइवेट सेकेंडरी अथवा पोस्ट सेकेंडरी विद्यालय (कुबैक् में)जो कि ९०० घंटे या अधिक के कोर्स कराता हो जिनके उपरांत diplôme d'études professionnelles (DEP) या attestation de spécialisation professionnelle (ASP) की डिग्री मिलती हो।
- एक कनेडियन प्राइवेट विद्यालय जो कि प्रादेशिक क़ानून के तहत (under provincial law) डिग्री प्रदान करता हो (जैसे की एसोसिएट, बैचलर, मास्टर या डॉक्टरेट डिग्री) और आपका उस विद्यालय में एक ऐसे कोर्स में दाख़िला है जिसमें उस प्रदेश के द्वारा प्रमाणित डिग्री प्रदान की जाती हो।

**आवेदन कैसे करें:**

आप पोस्ट ग्रेजुएशन वर्क परमिट के लिए कैनाडा में रहते हुए यह बाहर से आवेदन कर सकते हैं अगर आप उसे आवेदन के योग्य हैं।

अगर आपका पढ़ाई का परमिट की अवधि आपके कोर्स के अंक मिलने से पहले समाप्त होने वाली है तो आपके पास 2 विकल्प हैं। या तो आप एक आगंतुक होने का आवेदन कर सकते हैं और इस प्रकार कनाडा में अपने रहने की अवधि को और बढ़ा सकते हैं या फिर क्या नोएडा से वापस जाकर पोस्ट ग्रेजुएशन वर्क परमिट के लिए आवेदन कर सकते हैं।

अगर आपके पी जी डब्ल्यू पी के आवेदन से पहले आपका पढ़ाई का परमिट की अवधि समाप्त हो जाती है- अगर आपने अपनी पढ़ाई के परमिट की अवधि के अंदर अपनी आवासीय स्थिति को आगन्तुक में नहीं बदलवाया है और इस दौरान आपके पढ़ाई की परमिट की अवधि समाप्त हो जाती है तब आपको इस अवधि के समाप्त होने के ९० दिन के अंदर पी जी डब्ल्यू पी के लिए आवेदन करना है और अपने विद्यार्थी आवासीय स्थिति को पुनर्स्थापित करना है। अगर आपने ९० दिन के अंदर आवेदन नहीं किया है या फिर वह ९० दिन निकल चुके हैं तब आप तुरंत कनाडा छोड़ दें।

अपनी विद्यार्थी आवासीय स्थिति को पुनर्स्थापित करने के लिए आपको पी जी डब्ल्यू पी के लिए ऑनलाइन आवेदन करना है और उसके साथ पी जी डब्ल्यू भी आवेदन की फ़ीस ($३५०) एवं विद्यार्थी आवासीय स्थिति पुनर्स्थापन की फ़ीस ($२५५) भरनी है।

सिस्टम की सीमाओं के कारण आवेदकों को अपनी विद्यार्थी आवासीय स्थिति पुनर्स्थापन फ़ीस का भुगतान अलग से ऑनलाइन करना पड़ेगा और उसकी एक प्रति अपनी पी जी डब्ल्यू पी ऑनलाइन आवेदन पत्र के साथ संलग्न करनी पड़ेगी। आवेदकों को अपने विद्यार्थी आवासीय स्थिति पुनर्स्थापित करने के लिए एक अलग आवेदन पत्र भरने की आवश्यकता नहीं है।

आप अपने काम यह कार्य के परमिट की मंज़ूरी के बिना काम नहीं कर सकते।

**अपने दस्तावेज़ तैयार करें:**

पी जी डब्ल्यू पी के लिए आवेदन से पहले आपको निम्नलिखित की आवश्यकता होगी:

- आपके विद्यालय से एक आधिकारिक पत्र जो इस बात को स्थापित करता हूँ कि आपने वहाँ से कोर्स किया है।
- एक आधिकारिक प्रतिलिपि या आपके विद्यालय की वेबसाइट से उस प्रतिलिपि की प्रति

आपका आवेदन पत्र मिलने के पश्चात हम अन्य दस्तावेज़ भी माँग सकते हैं।

**अगर आपके पास आवेदन पत्र के साथ जमा करने के लिए आवश्यक दस्तावेज़ों में से कोई नहीं है तो क्या करें**

आप पी जी डब्ल्यू पी के लिए किस प्रकार आवेदन करेंगे यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप ये आवेदन कहाँ से कर रहे हैं। अधिकतर, आपको ऑनलाइन आवेदन करना चाहिए।

**आवेदन करने के बाद**:

जब तक हम आपके कार्य परमिट के आवेदन पर निर्णय नहीं ले लेते, आप फ़ुल टाइम काम कर सकते हैं यदि:

- आपके आवेदन पत्र जमा करते वक़्त आपके पास एक वैध पढ़ाई का परमिट है ।
- आपने अपना कोर्स पूरा कर लिया है।
- आप अपना कोर्स करते समय अपने कैंपस से बाहर बिना कार्य परमिट के कार्य करने के योग्य थे और आपने अपने तय घंटों से ज़्यादा काम नहीं किया है।
- प्रसंस्करण समय(Processing time):
- ऑनलाइन- १८३ दिन
- कागज़ी- १८३ दिन

 यह प्रसंस्करण समय हमारे आवेदन पत्र मिलने से निर्णय लेने तक का एक औसतसमय बताता है

**विकल्प ३: आप अपनी आवासीय स्थिति को आगंतुक में बदलने के लिए आवेदन कर सकते हैं अगर आप पढ़ाई नहीं कर रहे हैं और भी जी डब्ल्यू पी के लिए आवेदन नहीं कर रहे हैं**

जब आप कनाडा एक आगंतुक के रूप में पहली बार आते हैं तब आप कनाडा में आने के लिए निम्नलिखित में से एक दस्तावेज़ का प्रयोग करते हैं:

- आगंतुक वीज़ा
- इलेक्ट्रॉनिक ट्रेवल  औथराइजेशन
- एक वैध पासपोर्ट या यात्रा दस्तावेज़

अगर आप कनाडा में एक आगंतुक के रूप मेंअपनी रुकने की अवधि को बढ़ाना चाहते हैं तो आपको एक आगन्तुक रिकॉर्ड के लिए आवेदन करने की आवश्यकता होगी।

आपको अपनी वर्तमान आवासीय स्थिति के समाप्त होने से पहले आगंतुक रिकॉर्ड के लिए आवेदन करना होगा

- फ़ीस- $१००

- प्रसंस्करण समय: ऑनलाइन- १८१ दिन

**अंतरराष्ट्रीय कर्मचारी:**

कोविड १९ के कार्यवाही पर असर:

- वे कर्मचारी जो अपनी नौकरी या नियोक्ता बदल रहे हों: आपको अपनी नई नौकरी या नए नियोक्ता के लिए काम शुरू करने के लिए अपने नए नियोक्ता-विशिष्ट काम के परमिट के आने तक प्रतीक्षा करने की आवश्यकता नहीं है।
- कैनेडा में रह रहे अस्थायी निवास के आवेदकों की बायोमैट्रिक्स आवश्यकता में बदलाव: एक अस्थायी उपाय के रूप में, अगर आप कनाडा में रह रहे हैं और आपने कनाडा में अस्थायी रूप से काम, पढ़ाई अथवा रुकने का आवेदन किया है तो आपको अपना बायोमैट्रिक्स टेस्ट देने की आवश्यकता नहीं है।

आपको अपने वर्तमान आवासीय स्थिति के समाप्त होने के कम से कम ३० दिन पहले आवेदन करना है अगर आप कनाडा में काम करने के लिए अपने रुकने की अवधि की वृद्धि करना चाहते हैं।

**अस्थायी कर्मचारी परमिट की अवधि को कब बढ़ाएँ**

अस्थायी कर्मचारी को अपने कार्य परमिट की शर्तों को बढ़ाने या बदलने के लिए आवेदन करना होगा अगर वो:

- अपने काम के परमिट की समाप्ति तिथि के बाद भी रोजगार करना चाहता हो।
- अपने व्यवसाय या मजदूरी में पर्याप्त परिवर्तन करना चाहता हो।
- कनाडा में एक अलग नियोक्ता के लिए काम करने के बाद अगर किराये पे काम करना चाहता हो।

**अगर आप कनाडा में एक नियोक्ता है और अस्थाई कर्मचारी को किराये पर लेना चाहते हैं? उसके अपने काम के परमिट की अवधि बढ़वाने के आवेदन से पहले आपको क्या करना है?**

इससे पहले कि वो कर्मचारी अपने काम के परमिट है की अवधि को बढ़ावा है या उसका नवीकरण करवाए कि आपको:

- रोजगार और सामाजिक विकास कनाडा / सेवा कनाडा से एक नया LMIA के लिए आवेदन करें,

या

- रोजगार का एक नया प्रस्ताव प्रस्तुत करें,

और

- यदि आपको LMIA की आवश्यकता नहीं है, तो नियोक्ता अनुपालन शुल्क का भुगतान करें।

**कौन आवेदन कर सकता है:**

आप के लिए यह आवेदन अगर आप:

- अपना वर्क परमिट बढ़ाना चाहते हैं।
- आपके वर्क परमिट पर शर्तों में परिवर्तन करने की आवश्यकता है, जैसे:
- जिस प्रकार का काम आप कर सकते हैं
- नियोक्ता जिसके लिए आप के लिए काम कर सकते हैं
- जहां आप काम कर सकते हैं

**आवेदन कैसे करें:**

आवेदन करने से पहले, सुनिश्चित करें कि आपके नियोक्ता ने सभी आवश्यक चरणों को पूरा कर लिया है।

**यदि आपको कनाडा छोड़ने और लौटने की आवश्यकता है**

• यदि आपका विज़िटर वीज़ा समाप्त हो गया है, तो आपको कनाडा के बाहर यात्रा करने से पहले एक नए विज़िटर वीज़ा के लिए आवेदन करना होगा।

• ज्यादातर मामलों में, आपको अपने वर्क परमिट पर शर्तों को बढ़ाने या बदलने के लिए ऑनलाइन आवेदन करना होगा।

**ऑनलाइन आवेदन कैसे आपकी मदद करता है**

• कोई कोरियर फीस या मेल डिलीवरी का समय नहीं है - हमें आपका आवेदन तुरंत मिल जाता है।

• इससे आपको यह सुनिश्चित करने में मदद मिलती है कि आपके द्वारा जमा करने से पहले आपका आवेदन पूरा हो गया है।

• आप जल्दी से और अधिक दस्तावेज ऑनलाइन जमा कर सकते हैं (यदि हम आपसे पूछें)।

• आपको सीधे अपने ऑनलाइन खाते में अपने आवेदन की स्थिति के बारे में अपडेट मिलते हैं।

1. **सुनिश्चित करें कि आपके पास आपकी आवश्यकता अनुसार सब कुछ है**

   ऑनलाइन आवेदन के लिए आपको निम्नलिखित की आवश्यकता पड़ेगी:

- अपने दस्तावेजों की प्रतियां बनाने के लिए एक स्कैनर अथवा कैमरा।

- एक वैध क्रेडिट या डेबिट कार्ड

2. **निर्देश मार्गदर्शक पुस्तिका पढ़ें:**

   अगर आप ऑनलाइन आवेदन भी कर रहे हैं तब भी अपना आवेदन पत्र पूरा करने से पहले निर्देश मार्गदर्शक पुस्तिका पढ़ें। यह पुस्तिका आपको अपने फ़ॉर्म के हर भाग को पूरा करने में मदद करेगी।

3. **ऑनलाइन टूल के उत्तर देने की तैयारी करें:**

   अपने फ़ार्म अपलोड करने से पहले आपको कुछ उत्तर देने होंगे। वे उत्तर हमें आपके दस्तावेजों की एक व्यक्तिगत सूची बनाने में मदद करते हैं।

4. **अपने आवेदन पत्र की फ़ीस की जानकारी करें:**

   ज्यादातर मामलों में, आपकी फीस में आपके और आपके आवेदन पर शामिल किसी भी व्यक्ति के लिए प्रोसेसिंग फीस शामिल होगी। अपने आवेदन के अंत में अपनी फीस का भुगतान करें।

   **ओपन वर्क परमिट के लिए शुल्क**

   यदि आप ओपन कार्य परमिट के लिए आवेदन कर रहे हैं, तो सुनिश्चित करें कि आपने दोनों शुल्कों का भुगतान कर दिया है:

   • वर्क परमिट शुल्क ($ 155)

   • ओपन वर्क परमिट धारक शुल्क ($ 100)

5. **अपना ऑनलाइन अकाउंट बनाएँ अथवा साइन इन करें:**

   ऑनलाइन आवेदन के लिए आपको एक अकाउंट की आवश्यकता होगी। आप अपने अकाउंट का प्रयोग कर सकते हैं:

- अपनी फ़ीस का भुगतान करने में।
- अपना आवेदन पत्र जमा करने के लिए।
- अपने आवेदन पत्र की स्थिति का पता लगाने के लिए।

**यदि आप ऑनलाइन आवेदन नहीं कर सकते हैं:**

आप या तो कागज आवेदन जमा कर सकते हैं:

• आप विकलांगता के कारण ऑनलाइन आवेदन नहीं कर सकते

• ऑनलाइन आवेदन में कोई समस्या है

**आवेदन करने के बाद:**

यदि आपका आवेदन मंजूर हो जाता है, तो आपको मिलेगा:

• अपने वर्तमान वर्क परमिट पर एक एक्सटेंशन, या

• इस पर नई शर्तों के साथ वर्क परमिट, जैसे:

जिस प्रकार का काम आप कर सकते हैं।
नियोक्ता जिसके लिए आप काम कर सकते हैं।
जहां आप काम कर सकते हैं।
शुल्क: $ 155 से
प्रसंस्करण समय ऑनलाइन: 183 दिन

**आगंतुक:**
यदि आप एक आगंतुक के रूप में अपने प्रवास की अवधि का विस्तार करना चाहते हैं या अपनी वर्तमान  निवासी स्थिति बदलना चाहते हैं (उदाहरण के लिए अंतरराष्ट्रीय छात्र या कार्यकर्ता से आगंतुक), तो आपको अपनी वर्तमान निवासी स्थिति समाप्त होने से कम से कम 30 दिन पहले आवेदन करना चाहिए।

**कौन आवेदन कर सकता है:**
एक आगंतुक रिकॉर्ड उन लोगों के लिए है जो एक आगंतुक के रूप में कनाडा में अपने प्रवास की अवधि का विस्तार करना चाहते हैं या अपने परमिट प्रकार को बदलना चाहते हैं
• एक पढ़ाई के परमिट से एक आगंतुक रिकॉर्ड
• वर्क परमिट से आगंतुक रिकॉर्ड के लिए

इस बात से फ़र्क नहीं पड़ता कि आप आगंतुक वीजा, इलेक्ट्रॉनिक ट्रैवल ऑथराइजेशन (ईटीए) या किसी अन्य दस्तावेज़ का उपयोग करके कनाडा में प्रवेश करते हैं। प्रत्येक स्थिति में यदि आप एक आगंतुक के रूप में कनाडा में अपने प्रवास की अवधि का विस्तार करना चाहते हैं, तो आपको एक आगंतुक रिकॉर्ड की आवश्यकता है।

**आवेदन कैसे करें:**
ऑनलाइन आवेदन - जब आप ऑनलाइन आवेदन करते हैं, तो हमें आपका आवेदन तुरंत मिल जाता है, जो हमें आपके आवेदन को तेज़ी से संसाधित करने में मदद कर सकता है। यदि आपने पहले से ही कागज पर आवेदन किया है, तो आपको अपने आवेदन को ऑनलाइन नहीं करना होगा।

1. **सुनिश्चित करें कि आपके पास आपकी आवश्यकता अनुसार सब कुछ है**
   ऑनलाइन आवेदन के लिए आपको निम्नलिखित की आवश्यकता पड़ेगी:
- अपने दस्तावेजों की प्रतियां बनाने के लिए एक स्कैनर अथवा कैमरा।

- एक वैध क्रेडिट या डेबिट कार्ड

2. **निर्देश मार्गदर्शक पुस्तिका पढ़ें:**

अगर आप ऑनलाइन आवेदन भी कर रहे हैं तब भी अपना आवेदन पत्र पूरा करने से पहले निर्देश मार्गदर्शक पुस्तिका पढ़ें। यह पुस्तिका आपको अपने फ़ॉर्म के हर भाग को पूरा करने में मदद करेगी।

3. **ऑनलाइन टूल के उत्तर देने की तैयारी करें:**

अपने फ़ार्म अपलोड करने से पहले आपको कुछ उत्तर देने होंगे। वे उत्तर हमें आपके दस्तावेजों की एक व्यक्तिगत सूची बनाने में मदद करते हैं।

एक आगंतुक रिकॉर्ड के लिए आवेदन करने के लिए, आपको ऑनलाइन टूल में ये उत्तर देने होंगे:
पहले सवाल के लिए "आप कनाडा में क्या करना चाहेंगे?"
"पर जाएँ" का चयन करें
जब पूछा गया कि "आपका वर्तमान देश / निवास स्थान क्या है?"
"कनाडा" का चयन करें

4. **अपना ऑनलाइन अकाउंट बनाएँ अथवा साइन इन करें:**

ऑनलाइन आवेदन के लिए आपको एक अकाउंट की आवश्यकता होगी। आप अपने अकाउंट का प्रयोग कर सकते हैं:

- अपनी फ़ीस का भुगतान करने में।
- अपना आवेदन पत्र जमा करने के लिए।
- अपने आवेदन पत्र की स्थिति का पता लगाने के लिए।

**यदि आप ऑनलाइन आवेदन नहीं कर सकते हैं:**

आप या तो कागज आवेदन जमा कर सकते हैं:

- आप विकलांगता के कारण ऑनलाइन आवेदन नहीं कर सकते
- ऑनलाइन आवेदन में कोई समस्या है

**आवेदन करने के बाद:**

यदि आपका प्रसंस्करण समय बीत चुका है, तो आप इस ऑनलाइन फॉर्म का उपयोग करके IRCC से संपर्क कर सकते हैं। "आवेदन / जांच के प्रकार" के लिए, अस्थायी निवास विकल्पों में से एक (ऑनलाइन या कागज पर) का चयन करें।

**यदि आपकी निवास स्थिति समाप्त हो रही है:**

यदि आप उस तिथि जब आप कनाडा छोड़ने वाले हैं, से पहले कनाडा में अपने प्रवास की अवधि का विस्तार करने के लिए आवेदन करते हैं, तो आप कानूनी तौर पर कनाडा में तब तक रह सकते हैं जब तक कि आपके आवेदन पर कोई निर्णय नहीं हो जाता। इस स्थिति में, आपकी निवासी स्थिति निहित रहेगी (implied status)।

प्रसंस्करण समय: ऑनलाइन - 181 दिन

**3. कनाडा वापस कौन जा सकता है**

अंतरराष्ट्रीय छात्रों के लिए यात्रा छूट और प्रतिबंध:

• अंतर्राष्ट्रीय छात्र, जो एक वैध अध्ययन परमिट रखते हैं, या जिनका अध्ययन परमिट 18 मार्च, 2020 को यात्रा प्रतिबंध लगने से पहले मंज़ूर कर दिया गया हो, या जो संयुक्त राज्य अमेरिका से आ रहे हैं, और जो एक गैर-विवेकाधीन उद्देश्य (non-discretionary purpose) से प्रवेश कर रहे हैं।

• कनाडा की आपकी यात्रा को एक छात्र के रूप में गैर-विवेकाधीन माना जाएगा अगर:

- आप पहले से ही कनाडा में रहते हैं।
- आपको अपने कार्यक्रम (प्रयोगशाला के काम, कार्यशालाओं, या इसी तरह) के लिए कनाडा में रहने की आवश्यकता है।
- आपका स्कूल ऑनलाइन अध्ययन विकल्पों की पेशकश नहीं कर रहा है।
- इंटरनेट प्रतिबंध या बैंडविड्थ सीमाओं के कारण आप अपने देश से ऑनलाइन अध्ययन नहीं कर सकते।
- समय क्षेत्र में अंतर के कारण आप अपने देश से लाइव ऑनलाइन कक्षाओं में भाग नहीं ले सकते

सीमा सेवाओं के अधिकारी इस बात पर अंतिम निर्णय लेंगे कि आपके कनाडा जाने का कारण गैर-विवेकाधीन है या गैर-वैकल्पिक है।

**जब आप कनाडा की यात्रा करते हैं**

सुनिश्चित करें कि आपके पास यह प्रमाण है कि आप यात्रा प्रतिबंधों से मुक्त हैं और आप गैर-वैकल्पिक या गैर-विवेकाधीन उद्देश्य से यात्रा कर रहे हैं।

जब सीमा सेवाओं के अधिकारी आपसे मिलते हैं, तो वे कई कारकों को देखते हैं, जिनमें शामिल हैं:

- कनाडा की यात्रा करने का आपका कारण।
- जब आप अपने अंतिम गंतव्य पर पहुंचते हैं, तो आप 14-दिन की संगरोध अवधि पूरी कर सकते हैं।
- अगर आप:
- इससे पहले कि आप शारीरिक रूप से कक्षाओं में भाग लें या
- अपने संगरोध के दौरान ऑनलाइन अध्ययन कर सकते हैं

आप अपने साथ निम्नलिखित लेकर आएँ:

- एक वैध अध्ययन परमिट, या
- यदि आप संयुक्त राज्य अमेरिका से आ रहे हैं तो आपके पास एक पोर्ट ऑफ़ एंट्री लेटर ऑफ़ इंट्रोडक्शन है जो दिखाता है कि आप एक अध्ययन अनुमति के लिए अनुमोदित थे, या
- यदि आप किसी अन्य देश से आ रहे हैं तो आपके पास एक पोर्ट ऑफ़ एंट्री लेटर ऑफ़ इंट्रोडक्शन है जो दिखाता है कि आप 18 मार्च, 2020 को या उससे पहले अध्ययन परमिट के लिए अनुमोदित थे।

यात्रा से पहले, आप अधिक जानकारी के लिए सीमा सूचना सेवा( border information service) से संपर्क कर सकते हैं।
जब आप आते हैं तब सीमा सेवाओं का एक अधिकारी इस पर अंतिम निर्णय लेगा कि क्या आप कनाडा में प्रवेश करने के योग्य हैं।

• **कनाडा आने वाले यात्रियों के लिए स्वास्थ्य आवश्यकताएँ:**
कनाडा की यात्रा करने के लिए, आप यात्रियों के लिए लागू सभी सार्वजनिक स्वास्थ्य उपायों का पालन करें। आप 14 दिनों के लिए संगरोध कैसे करेंगे इसकी योजना बना लें।

• अनिवार्य संगरोध:
वर्तमान में, कनाडा में प्रवेश करने वाले किसी व्यक्ति को अनिवार्य 14-दिवसीय संगरोध करना होगा। इस संगरोध की शर्त को तोड़ने वाले को जुर्माना भरना और जेल समय बिताना पड़ सकता है। आवश्यक श्रमिकों के लिए कुछ छूट दी जाएगी। (स्रोत: आईआरसीसी)

• अलगाव योजना:
यदि आप कनाडा में प्रवेश करने की योजना बना रहे हैं, तो आपको एक अलगाव योजना तैयार करनी चाहिए, जिसमें यह बताया जाए कि आगमन के 14 दिनों के लिए संगरोध करने का

इरादा कैसे है। यदि आपके पास एक अलगाव की योजना नहीं है, तो आपको प्रवेश से वंचित किया जा सकता है, या अलगाव अवधि के लिए सरकार द्वारा निर्दिष्ट होटल में रुकवाया जा सकता है। पोर्ट ऑफ एंट्री से अपनी आइसोलेशन लोकेशन (वो जगह जहाँ पर आप अपना 14 दिन का अलगाव करेंगे)तक की यात्रा के दौरान भी आपका मास्क पहनना अनिवार्य होगा।

**अस्थायी कर्मचारियों के लिए यात्रा प्रतिबंध और छूट**

एक अस्थायी कर्मचारी के रूप में, यदि आप एक आवश्यक (गैर-विवेकाधीन) उद्देश्य के लिए आ रहे हैं, तो आप यात्रा प्रतिबंधों से मुक्त होंगे।

• कुछ लोग जो बिना परमिट के काम कर सकते हैं, उन्हें यात्रा प्रतिबंधों से छूट मिल सकती है।

• अस्थायी कर्मचारी के लिए आवश्यक (गैर-विवेकाधीन) यात्रा:

आवश्यक यात्रा का अर्थ है वह यात्रा जो कि गैर-विवेकाधीन और गैर-वैकल्पिक कारणों के लिए करी जा रही हो। संगरोध अधिनियम के तहत आपातकालीन आदेश लोगों को वैकल्पिक या विवेकाधीन कारणों, जैसे पर्यटन या मनोरंजन के लिए कनाडा की यात्रा करने की अनुमति नहीं देते हैं।

एक कार्यकर्ता के रूप में, आपकी यात्रा आवश्यक है (गैर-विवेकाधीन) यदि आप इनमें से किसी भी स्थिति में हैं:

- आपके पास एक वैध वर्क परमिट है और आम तौर पर कनाडा में रहते हैं।यह तब भी लागू होता है जब आपकी नौकरी चली गई हो।
- आप एक कार्यकर्ता हैं जो निम्नलिखित में से सभी को पूरा करते हैं:

आपके पास वर्क परमिट के लिए परिचय पत्र (खुला या नियोक्ता-विशिष्ट) है।

आपके पास नौकरी का एक वैध प्रस्ताव है

And कनाडा में प्रवेश करने के बाद और अपने १४-दिवसीय संगरोध को पूरा करने के पश्चात आप काम कर सकते हैं (अगर आप यात्रा प्रतिबंधों से मुक्त नहीं हैं)

• जब आप कनाडा की यात्रा करते हैं

आपको एयरलाइन कर्मचारियों को यह दिखाने की आवश्यकता है कि आप यात्रा प्रतिबंधों से मुक्त हैं। ऐसा करने के लिए, अपनी फ़्लाइट पर चढ़ते वक़्त एयरलाइन कर्मियों को निम्नलिखित दस्तावेज दिखाएं:

- पासपोर्ट या यात्रा दस्तावेज
- सबूत कि आप यात्रा प्रतिबंधों से मुक्त हैं, जैसे कि

- आपातकालीन सेवा प्रदाता: कनाडा में एक प्रासंगिक संगठन (सरकारी या गैर-सरकारी संगठन) से निमंत्रण पत्र।
- स्वास्थ्य देखभाल छात्रों: एक प्रासंगिक शिक्षण संस्थान से निमंत्रण पत्र।
- अपने पोत पर शामिल होने जा रहे समुद्री चालक दल: शिपिंग एजेंटों का एक सम्मिलित पत्र।

**कनाडा में आने वाले आगंतुक**

कनाडा की यात्रा करने के लिए कौन योग्य है- जानने के लिए पढ़ें

**विदेशी नागरिक**

संयुक्त राज्य (यूएस) के नागरिक समेत सभी विदेशी नागरिक केवल तभी कनाडा जा सकते हैं यदि वे  हैं। आप कहां से आ रहे हैं, इसके आधार पर प्रतिबंध अलग-अलग हो सकते हैं।

यदि आप यात्रा करने के योग्य हैं, तो आपके पास एक संगरोध योजना होनी चाहिए जो यह बताती है कि आप कनाडा में आने पर 14 दिनों तक कैसे संगरोध करेंगे, जिसमें यह भी शामिल हो कि कैसे आप:

- अपनी मंजिल पर पहुँचेंगे
- किराना सामग्री की व्यवस्था करेंगे
- आवश्यक सेवाओं और चिकित्सा देखभाल का उपयोग करेंगे।

एक संगरोध योजना अनिवार्य है।

**एक कनाडाई नागरिक या स्थायी निवासी के तत्काल परिवार के सदस्य**

पात्र होने के लिए, आपको प्रमाण देना होगा कि

- आप कनाडा के नागरिक या स्थायी निवासी के तत्काल परिवार के सदस्य हैं
- आप कम से कम 15 दिनों के लिए कनाडा में रहेंगे

यदि आप 15 दिनों से कम समय तक रहते हैं, तो आपको अन्य सभी विदेशी नागरिकों पर लागू होने वाली आवश्यकताओं को पूरा करना होगा।

**अन्य सभी विदेशी नागरिक**

पात्र होने के लिए, आपको 2 आवश्यकताओं को पूरा करना होगा:

- आपको एक आवश्यक (गैर-विवेकाधीन) उद्देश्य से यात्रा कर रहे हों  (फ़ुटनोट 1)
- आपको निम्नलिखित में से एक होना चाहिए:

- आप पर यात्रा प्रतिबंध से छूट है।
- आप संयुक्त राज्य अमेरिका से सीधे यात्रा कर रहे हैं।

**यदि आप कनाडा की यात्रा के लिए योग्य हैं, तो आपको क्या करने की आवश्यकता है**
यदि आप इस समय कनाडा की यात्रा करने के योग्य हैं, तो आपको हमें बताने की आवश्यकता है, ताकि हम आपके आवेदन को प्राथमिकता दे सकें । इसके बाद आपको क्या करना है यह इस बात पर निर्भर करेगा कि आपने आवेदन पहले से ही कर दिया है या नहीं

- यदि आप पहले से ही वीजा या ईटीए के लिए आवेदन कर चुके हैं तो निम्न चरणों का पालन करें:
- यदि आपने अभी तक वीजा या ईटीए के लिए आवेदन नहीं किया है
- आपको आगंतुक वीज़ा या ईटीए की आवश्यकता है कि नहीं, यह पता लगाने के लिए हमारे ऑनलाइन टूल का उपयोग करें।
- अगर आपको आगंतुक वीज़ा या ईटीए की आवश्यकता है तो निम्नलिखित निर्देशों का पालन करें:
- नए आगंतुक वीजा के लिए आवेदन करें
- एक नए ईटीए के लिए आवेदन करें

**4. मुझे उड़ान संबंधित मुद्दों के कारण कनाडा (6 महीने से अधिक) में रहने की आवश्यकता है**

**कनाडा से जाने वाले यात्री:**
कनाडा के नागरिकों और स्थायी निवासियों को सलाह दी जाती है कि वे COVID-19 के प्रसार को सीमित करने के लिए अगले नोटिस तक कनाडा के बाहर सभी गैर-आवश्यक यात्रा से बचें।

याद रखें कि आपका खुद को, अपने परिवार को और अपने समुदाय में कोविड -19 से गंभीर बीमारी से ग्रसित होने के खतरे वाले व्यक्तियों की रक्षा करने का सबसे अच्छा तरीका कनाडा में रहने का विकल्प चुनना है। अपनी यात्रा को रद्द करने या स्थगित करने के विकल्प निर्धारित करने के लिए अपनी एयरलाइन या टूर ऑपरेटर से संपर्क करें।

**यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि यदि आप विदेश यात्रा करना चुनते हैं:**
- आपकी यात्रा आपके द्वारा नियोजित समय की तुलना में अधिक लंबी हो सकती है।
- संभवत: आपने एक अच्छी स्वास्थ्य देखभाल सेवा से अपनी पहुंच दूर कर दी है।

• आप अन्य देशों के उपायों के अधीन हो सकते हैं।

यदि आप अभी भी कनाडा के बाहर यात्रा पर विचार कर रहे हैं, तो आपको यह करना चाहिए:
• विदेशों में अपनी संरक्षा और सुरक्षा के लिए जोखिम को समझें
• यात्रा से पहले महामारी यात्रा स्वास्थ्य नोटिस को देख लें।
• अपने गंतव्य स्थल पर जो स्वास्थ्य जोखिम और यात्रा प्रतिबंध और आवश्यकताओं उनको जानें
यह सुनिश्चित कर लें कि यदि आपकी यात्रा बाधित होती है, तो आपके पास दवा सहित पर्याप्त धन और आवश्यक सामान हैं।

अपनी और दूसरों की रक्षा करें
यदि आपका यात्रा करना अनिवार्य है या आप पहले से ही कनाडा के बाहर हैं, तो अपनी संरक्षा और सुरक्षा के लिए नवीनतम सलाह और जानकारी प्राप्त करें।

अपनी यात्रा के दौरान:
जब दूसरे लोगों से दूरी नहीं बनाए जा पा रही हो तो नॉन-मेडिकल मास्क या चेहरा ढँकें
• ख़ास तो ये अच्छी इतने समय अपने मुँह को एक टिश्यू पेपर या अपनी बाँह से ढँकें
• स्थानीय स्थिति से अवगत रहें और स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य सलाह का पालन करें
• सांस की बीमारियों के खिलाफ सावधानी बरतें, जिसमें शामिल हैं:
• बीमार लोगों के संपर्क से बचना
• बड़ी भीड़ या भीड़-भाड़ वाले इलाकों से बचना
• अपने हाथों को कम से कम 20 सेकंड के लिए गर्म पानी के नीचे साबुन से धोएं
• यदि हाथ धोने की सुविधा उपलब्ध नहीं है, तो कम से कम 60% अल्कोहल युक्त हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग करें

यदि आप अपनी उड़ान के दौरान या आगमन पर बीमार महसूस करते हैं:
• तुरंत चिकित्सा सलाह लें।
• आप का मार्गदर्शन करने के लिए हवाई अड्डे के कई स्क्रीन पर चलाए जा रहे संदेशों को देखें
• फ्लाइट अटेंडेंट या सीमा सेवाओं के अधिकारी को सूचित करें

**कनाडा के बाहर यात्रा करते समय**

अंतर्राष्ट्रीय गंतव्यों के प्रवेश बिंदुओं पर जैसे कि हवाई अड्डों और भूमि सीमाओं पर स्वास्थ्य और अधिक स्क्रीनिंग उपायों की अपेक्षा करें। स्थानीय अधिकारी अचानक नियंत्रण उपाय कर सकते हैं, जिसमें संगरोध जैसे आवागमन पर प्रतिबंध भी शामिल हैं।

**अनिवार्य संगरोध या अलगाव के समय कैनाडा छोड़ना**
बीमार होने पर किसी को यात्रा नहीं करनी चाहिए। यदि आप बीमार हैं तो एयरलाइन प्रतिबंध भी आपको अपने विमान पर चढ़ने से रोक सकते हैं।

यदि आप कनाडा में आते हैं और अपनी 14-दिवसीय अनिवार्य संगरोध या अलगाव की अवधि शुरू कर चुके हैं, लेकिन इस अवधि के समाप्त होने से पहले आपको देश छोड़ना है, तो आपको यह करना होगा:
जब तक आप कनाडा से नहीं जाते तब तक संगरोध या अलग रहना जारी रखें
• दूसरों के आसपास रहते हुए नॉन-मेडिकल मास्क या चेहरा ढंकें
• अनुमति प्राप्त करें और एक संगरोध अधिकारी द्वारा निर्धारित निर्देशों का पालन करें (केवल अलगाव में लोगों के लिए)

**यात्रा के दौरान नॉन-मेडिकल मास्क या फेस कवरिंग**
कुछ अपवादों के साथ, सभी हवाई यात्रियों को यात्रा के दौरान नॉन-मेडिकल मास्क पहनना या चेहरे को ढंकना आवश्यक है।

निम्नलिखित लोगों को मास्क नहीं पहनना चाहिए:
• 2 वर्ष से कम उम्र के बच्चे
• जिन लोगों को मास्क हटाने के लिए मदद की जरूरत होती है

• जो लोग एक चिकित्सा प्रमाण पत्र प्रदान करते हैं जो प्रमाणित करता है कि वे एक चिकित्सा कारण के लिए फेस मास्क पहनने में असमर्थ हैं

परिवहन के अन्य साधन जो कि संघटित रूप से विनियमित हैं, उन पर भी आपको गैर-चिकित्सा मास्क पहनना या चेहरा ढंकना आवश्यक हो सकता है।

यात्रा करने से पहले, यह देख लें कि परिवहन उपाय आपकी योजनाओं को कैसे प्रभावित कर रहे हैं और आपको क्या पैक करने की आवश्यकता है