ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ

ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਸੰਸਾਧਨ ਦੀ ਕਿੱਟ

ਦੁਆਰਾ ਵਿੱਤਪੋਸ਼ਿਤ:

2025
Punjabi

ਆਭਾਰ:

- ਸਮੱਗਰੀ: ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਟੀਮ, ActionDignity
- ਡਿਜ਼ਾਈਨ: ਹੈਲਨ ਜ਼ੈਂਗ , ActionDignity

ਕਾਪੀਰਾਈਟ: Action Dignity ਸੁਸਾਇਟੀ (ActionDignity)

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਆਭਾਰ (ਮਾਨਤਾ) 4

BRAVE ਵਰਕਰਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 6

ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਧਿਕਾਰ 7

ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਧਿਕਾਰ 8

ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ 10

ਐਲਬਰਟਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ 14

ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਬੋਰਡ (WCB) 16

ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ (OHS) 17

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸੰਸਾਧਨ 18

ActionDignity ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ 24

ਹਵਾਲਾ ਸੂਚੀ 26

ਬੇਦਾਅਵਾ: ਅਸੀਂ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਾਰਜ-ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਆਭਾਰ

ਕੈਲਗਰੀ ਖੇਤਰ, ਜਿੱਥੇ ਬੋ ਅਤੇ ਐਲਬੋ ਨਦੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਕ ਸੰਗਮ ਸਥਾਨ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਰੋਤਾਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦਾ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਸੁਭਾਵਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਖੇਤਰ ਦੇ ਲਈ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਨਾਮ ਹਨ ਜੋ ਸਕੌਟਿਸ਼ ਵਾਸੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਕੈਲਗਰੀ ਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਬਲੈਕ ਫੁੱਟ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਮੋਹ-ਕਿੰਸ-ਤਸਿਸ (ਮੋਹ-ਗਿਨ-ਸਟਿਸ (ਇਕ ਹਲਕਾ 'ਗ') ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਏਥਕਾ ਨਾਕੋਡਾ ਵਿਕਾਸਟਾਬੀ (ਈ-ਯੇਥ'-ਕਾ ਨਾਹ-ਕੋਹ'-ਡਾ ਵਿਸਕ'-ਆ-ਤਾ-ਬੀ) ਪਹਿਲੇ ਰਾਸ਼ਟਰ ਕੈਲਗਰੀ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਵਿਚਿਸਪਾ ਓਯਾਡੇ (ਵੇਹ-ਚਿਸ'-ਸਪਾ ਔਹ-ਯਾਹ-ਡੇ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤਸੁਊਤਿਨਾ (ਸੂਤ-ਤੇਨਾ) ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਲੋਕ ਇਸ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਗੁਟਸ-ਇਸਟਸ-ਆਈ (ਗੂਟ'-ਸਿਸ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮੇਟਿਸ ਕੈਲਗਰੀ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਓਟੂਸ-ਕਵਾਨੀ (ਓਹ-ਟੂਸ' -ਕਵਾਨੀ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਬਲੈਕਫੁੱਟ ਸੰਘ ਦੇ ਜੱਦੀ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਖੇਤਰ 'ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ ਹਾਂ, ਜੋ ਕਿ ਸਿੱਕਸਿੱਕਾ (ਸੀਗ-ਸੀ-ਕਾਹ), ਪਿਕਾਨੀ (ਬੀ-ਗਨ-ਨੀ), ਅਮਸਕਾਪਿਪੀਕਨੀ (ਓਮ-ਸਕਾ-ਬੀ-ਬੀ-ਗਨ-ਨੀ) ਅਤੇ ਕੈਨੈ (ਗੈ-ਐ-ਨੇ) ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ; ਏਥਕਾ ਨਕੋਡਾ ਵਿਕਾਸਟਾਬੀ (ਈ-ਯੇਥ'-ਕਾਹ ਨਾ-ਕੋਹ'-ਦਾਹ ਵਿਸਕ'-ਆਹ-ਤਾਹ-ਬੇ) ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ, ਚਿਨੀਕੀ (ਚਿਨ-ਈ-ਕੀ), ਬੀਅਰਸਪਾਅ, ਅਤੇ ਗੁਡਸਟੌਨੀ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ; ਅਤੇ ਤਸੁਊਤਿਨਾ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ। ਕੈਲਗਰੀ ਸ਼ਹਿਰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਉੱਤਰ-ਪੱਛਮੀ ਮੈਟਿਸ ਅਤੇ ਓਟੀਪੇਮੀਸੀਵਾਕ (ਓਟੀ-ਪੇ-ਐਮਈਐਸ-ਸੇ-ਵਾ) ਮੈਟਿਸ ਸਰਕਾਰ, ਮੈਟਿਸ ਨੇਸ਼ਨ ਬੈਟਲ ਰਿਵਰ ਟੈਰੀਟਰੀ (ਨੋਜ਼ ਹਿੱਲ ਮੈਟਿਸ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ 5 ਅਤੇ ਐਲਬੋ ਮੈਟਿਸ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ 6) ਦੀ ਜਨਮ ਭੂਮੀ ਵੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਮੂਲ ਨਿਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੈਲਗਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।

ਸ੍ਰੋਤ: ਦਾ ਸਿਟੀ ਆਫ ਕੈਲਗਰੀ ਨਸਲਵਾਦ ਵਿਰੋਧੀ ਰਣਨੀਤਕ ਫਰੇਮਵਰਕ, 2023

BRAVE ਕਾਮੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

(ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰੋ)

ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਨੇ ਅਣਉਚਿਤ ਅਭਿਆਸਾਂ ਅਤੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿਵਾਇਆ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਅਸਮਾਨਤਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ, ਅਸੀਂ ਅਕਤੂਬਰ 2020 ਵਿੱਚ BRAVE ਕਾਮੇ (ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰੋ) ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾ ਸਕਣ ਅਤੇ ਕਾਰਗਿਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮੀਟ ਪੈਕਿੰਗ ਪਲਾਂਟਾਂ ਵਿਖੇ ਨਸਲੀ ਭੇਦਭਾਵ ਵਾਲੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਦਰਪੇਸ਼ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਸਕਣ।

ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਦੁਹਰਾਅ ਵਿੱਚ, BRAVE ਕਾਮੇ 2 ਦਾ ਮਿਸ਼ਨ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਅਤੇ ਢਾਂਚਾਗਤ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮੀਟ ਪੈਕਿੰਗ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਕਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣ, ਸਮਰੱਥਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮਜ਼ਦੂਰ ਸਮੂਹਾਂ, ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰ ਕੇ ਅਤੇ ਬਰਾਬਰੀ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਵਕਾਲਤ ਕਰ ਕੇ ਇੱਕ ਰੁਕਾਵਟ-ਮੁਕਤ ਸੰਸਾਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ।

ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਧਿਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਕਿਰਤ ਕੋਡ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ (TFWs) ਸਮੇਤ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਤਿੰਨ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ:

1. ਜਾਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ
ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਖਤਰੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

2. ਭਾਗ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ
ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

3. ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ
ਤਹਾਨੂੰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੋਗੇ ਕਿ "ਖਤਰਨਾਕ ਕੰਮ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ" ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ?

ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਅਤੇ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਮੇ ਵਜੋਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ:

- ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮੰਨਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿ-ਕਰਮਚਾਰੀ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।
- ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਘੰਟੇ ਦੇ ਕੰਮ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਸਮਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਹਾਸਿਲ ਕਰੋ।
- ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰੋ।
- ਭੇਦਭਾਵ ਰਹਿਤ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰੋ।
- ਆਪਣਾ ਪਾਸਪੋਰਟ ਜਾਂ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖੋ।
- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਹਾਸਿਲ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਜਾਂ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?
ਤੁਹਾਡੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।
- ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।
- ਆਪਣੇ ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਭਾਉਣਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨਾ।
- ਪਾਸਪੋਰਟ ਜਾਂ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਖੋਹ ਲੈਣਾ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਡਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ
- ਤੁਹਾਡੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਬਦਲਣਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉਹ ਫੀਸ ਵਸੂਲਣਾ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਤੇ ਰੱਖਣ ਵੇਲੇ ਭਰੀ ਹੈ।

CPLEA ਐਲਬਰਟਾ ਜਨਤਕ ਕਨੂੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਕੇਂਦਰ– "ਕੰਮ ਦੇ 10 ਅਧਿਕਾਰ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਹਨ

ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ

ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਸਬੰਧੀ ਐਕਟ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਖਾਸ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਆਧਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਤਕਰੇ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਉਮਰ
- ਵੰਸ਼
- ਸ਼੍ਰੇਣੀ
- ਰੰਗ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਥਿਤੀ
- ਲਿੰਗ
- ਲਿੰਗ ਸਮੀਕਰਨ
- ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ
- ਵਿਆਹੁਤਾ ਸਥਿਤੀ
- ਮਾਨਸਿਕ ਅਪੰਗਤਾ
- ਸਰੀਰਕ ਅਪਾਹਜਤਾ
- ਮੂਲ ਸਥਾਨ
- ਜਾਤੀ
- ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ
- ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ
- ਆਮਦਨ ਦਾ ਸ੍ਰੋਤ

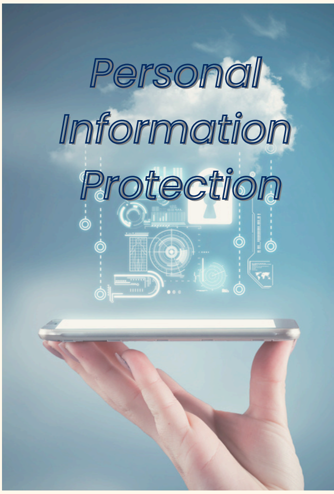
ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਆਧਾਰਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਭੇਦਭਾਵ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਬਦਸਲੂਕੀ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਜਾਂ ਡਰਾਉਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਰਗੀ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਮੌਖਿਕ, ਲਿਖਤੀ, ਸਰੀਰਕ, ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਮਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਐਲਬਰਟਾ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਐਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਇਸ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਸਖਤ ਮਨਾਹੀ ਹੈ।

ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਐਲਬਰਟਾ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਤਰ ਜਾਂ ਆਧਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਇਲਾਜ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਕੋਲ ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਕਾਮੇ ਸੰਘੀ ਕਾਨੂੰਨ ਅਧੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। ਕੈਨੇਡਾ ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ (TFW) ਦੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ TFW ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੋਂ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ

ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਯੋਗ ਗੱਲਾਂ:

- ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ, ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।
- ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਮ, ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਜਾਂ ਲੇਬਰ ਮਾਰਕੀਟ ਇਮਪੈਕਟ ਅਸੈਸਮੈਂਟ (LMIA) ਅਤੇ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ ਨੰਬਰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ।



ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

albertahumanrights.ab.ca

Youtube: @albertahumanrights

AHR ਐਕਟ ਪੜ੍ਹੋ

ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ

- ਕਾਰੋਬਾਰ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ।
- ਸ਼ਾਮਿਲ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਜਾਂ ਅਹੁਦੇ।
- ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀ ਹੈ।

ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ

- ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ
- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ
- ਚਿੱਠੀ ਰਾਹੀਂ

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ:

- ਗੁਪਤ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਲਾਈਨ: 780-427-7661
- ਈਮੇਲ: humanrights@gov.ab.ca

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਵਰਕਰਜ਼ ਰਿਸੋਰਸ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

- ਫੋਨ: 403-264-8100
- ਈ-ਮੇਲ: info@helpwrc.org

ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੁਭਵ ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਐਕਟ ਦੇ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ? ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿੰਕ ਦੇਖੋ

ਐਲਬਰਟਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ

ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮਾਪਦੰਡ ਹਨ। ਐਲਬਰਟਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਾਨਕ ਕੋਡ ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ, ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟੇ, ਓਵਰਟਾਈਮ, ਛੁੱਟੀਆਂ, ਆਮ ਛੁੱਟੀਆਂ, ਲੰਬੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਬਰਖਾਸਤਗੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਕੋਡ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨੌਕਰੀ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਆਖਰੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ:

- 780-427-3731 (ਐਡਮੰਟਨ) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ 1-877-427-3731 'ਤੇ ਟੋਲ ਫ੍ਰੀ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹਿਰੇ ਹੋ, ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ, ਤਾਂ TTY 780-427-9999 ਜਾਂ 1-800-232-7215 'ਤੇ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ TTY ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਵਰਕਰਜ਼ ਰਿਸੋਰਸ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

- ਫੋਨ: 403-264-8100
- ਈਮੇਲ: info@helpwrc.org

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੁਭਵ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਿਆਰਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਿਆਰ ਸਵੈ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਦੇਖਣ ਲਈ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

[ਐਲਬਰਟਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਾਨਕਾਂ ਲਈ ਅਧਿਕਾਰਤਿ ਵੈਬਸਾਈਟ]

[ਐਲਬਰਟਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੇ ਕੋਡ ਪੜ੍ਹੋ]

ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਬੋਰਡ (WCB)

ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਬੋਰਡ (WCB) ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਐਕਟ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਐਕਟ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਯੋਗ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜੋ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਲੱਗੀ ਸੱਟ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲਾਭਾਂ ਵਿੱਚ ਖੁੰਝੀਆਂ ਤਨਖਾਹਾਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਅਤੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬੇ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ੇ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਹੜੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਹਨ?

ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ, ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੱਟ ਮਾਮੂਲੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਦਿਓ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੇ ਕਾਰਣ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ WCB ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਸੱਟ ਦੀ WCB ਰਿਪੋਰਟ ਲਈ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ WCB ਦਫਤਰ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਾਗਜ਼ੀ ਕਾਰਵਾਈ ਪੂਰੀ ਹੋਵੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰਿਕਾਰਡ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ WCB ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਓਨੀ ਹੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਉਹ ਲਾਭਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਜ਼ਿਟ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਦੱਸੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ https://www.wcb.ab.ca; WCB ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਨਾਲ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ 1-866-922-9221 'ਤੇ ਜਾਂ contactcentre@wcb.ab.ca 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਜੁੜੋ।

ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ (OHS)

ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ ਉਹਨਾਂ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮਾਪਦੰਡ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੱਟਾਂ, ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। OHS ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਦੇ ਕੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ:

- 780-415-8690 (ਐਡਮੰਟਨ) ਜਾਂ 1-866-415-8690 'ਤੇ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹਿਰੇ ਹੋ, ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਔਖੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ, ਤਾਂ TTY: 780-427-9999 (ਐਡਮੰਟਨ) ਜਾਂ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ TTY: 1-800-232-7215 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਸੰਸਾਧਨ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਫੋਨ: 403-264-8100
- ਈਮੇਲ: info@helpwrc.org

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ:

OHS ਦੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਵੈੱਬਸਾਈਟ

ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ

ਕੰਮਕਾਜੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੋਡ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਦਯੋਗ ਵਿਚਲੇ ਅੰਤਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸੰਸਾਧਨ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਿਆਰ, ਕੈਨੇਡਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾ –ਅਯੋਗਤਾ

ਐਲਬਰਟਾ ਸਿਵਲ ਲਿਬਰਟੀਜ਼ ਰਿਸਰਚ ਸੈਂਟਰ (ACLRC)
ਐਲਬਰਟਾ ਸਿਵਲ ਲਿਬਰਟੀਜ਼ ਰਿਸਰਚ ਸੈਂਟਰ (ACLRC) ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਅਤੇ ਤੱਥਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-220-2505
www.aclrc.com

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਸ੍ਰੋਤ ਕੇਂਦਰ (WRC)
ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਸ੍ਰੋਤ ਕੇਂਦਰ (WRC) ਐਲਬਰਟਾ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਚੈਰੀਟੇਬਲ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। WRC ਕੇਸਵਰਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੁਆਰਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰ-ਸਬੰਧਤ ਮੁੱਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। WRC ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਮਿਆਰ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ (EI), ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ, ਜਿਨਸੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਕੈਨੇਡਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾ-ਅਯੋਗਤਾ (CPP-D), ਅਪੰਗਤਾ ਬੀਮਾ, ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀ ਸੱਟ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਅਪਾਹਜਾਂ ਲਈ ਐਲਬਰਟਾ ਆਮਦਨ (AISH) ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, 403-264-8100 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਜਾਂ
ਈਮੇਲ: info@helpwrc.org
www.helpwrc.org

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਮਿਗਰੈਂਤੇ ਐਲਬਰਟਾ
ਮਿਗਰੈਂਤੇ ਐਲਬਰਟਾ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਸਹਾਇਤਾ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਗਰੁੱਪ ਹੈ ਜੋ ਹਵਾਲਾ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਮੁਹਿੰਮ ਰਾਹੀਂ ਨਸਲੀ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-392-9900
www.migrantealberta.ca

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਯੂਨੀਅਨ

ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਫੂਡ ਐਂਡ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਕਾਮਿਆਂ ਦੀ ਯੂਨੀਅਨ, ਲੋਕਲ 401 (UFCW ਲੋਕਲ 401)

UFCW ਲੋਕਲ 401 ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਫੈਲੇ ਲਗਭਗ 32,000 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਵਿਭਿੰਨ ਸਦੱਸਤਾ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਯੂਨੀਅਨ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਲਈ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ ਨੰਬਰ:
1-800-252-7975
https://gounion.ca/employer/cargill-foods

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕਰਮਚਾਰੀ ਕਿਰਤ ਸਬੰਧ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਕਰਮਚਾਰੀ ਕਿਰਤ ਸਬੰਧ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜੋ ਐਲਬਰਟਾ ਦੇ ਕਿਰਤ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਝਣ ਲਈ ਜਲਦੀ ਹੀ ਯੂਨੀਅਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫ਼ੋਨ: 780-644-2583 (ਐਡਮੰਟਨ ਖੇਤਰ) ਜਾਂ ਟੋਲ-ਫ੍ਰੀ 1-833-644-2583.

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ .

ਵਿੱਤ, ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਭਾਲ, ਬੇਘਰਤਾ

ਐਲਬਰਟਾ ਸਪੋਰਟਸ

ਐਲਬਰਟਾ ਸਪੋਰਟਸ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ, ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ, ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਵਾਲਿਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਬੇਘਰਿਆਂ ਲਈ 30 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ 120 ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ 100 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ:
www.alberta.ca/alberta-supports

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕੈਲਗਰੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਬੁਲੇਟਿਨ

ਕੈਲਗਰੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਬੁਲੇਟਿਨ ਨੂੰ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਲਬਰਟਾ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੈਲਗਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬੁਲੇਟਿਨ ਮੁਫਤ ਕੈਰੀਅਰ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਸਮਾਗਮਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸੰਸਾਧਨ

ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ

ਐਲਬਰਟਾ ਦਾ ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀ (TFW) ਸਲਾਹਕਾਰ ਦਫਤਰ
ਅਲਬਰਟਾ ਦਾ ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀ (TFW) ਸਲਾਹਕਾਰ ਦਫਤਰ ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਅਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਹੱਲ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰੋਤ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 1-877-944-9955
ਈਮੇਲ: lbr.tfwao@gov.ab.ca

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ: ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ
ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਇਸ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ 9 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (TFWP) ਦੇ ਤਹਿਤ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਇੱਕ ਮੈਨੂਅਲ ਵਜੋਂ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ

ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ
ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰਵਿਸ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਗੁਪਤ ਟਿਪ ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: 1-866-602-9448.

ਗ਼ੈਰ-ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਕਾਮੇ

ਸਡਬਰੀ ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਸੈਂਟਰ

ਪਾਰਕਲੈਂਡ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਰਿਸਰਚ ਰਿਪੋਰਟ:ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਰੁਤਬੇ (ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਢੰਗ ਨਾਲ) ਦੇ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ।

ਵਸੇਬਾ, ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ, ਪ੍ਰਵਾਸੀ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ

ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਨਿਊਕਮਰਸ (CFN)
CFN ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਰੁਜ਼ਗਾਰ, ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਯੁਵਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨਾਲ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿੱਚ ਸੈਟਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-569-3325
www.centrefornewcomers.ca

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਸਿੱਖਿਆ ਸੋਸਾਇਟੀ (TIES)
TIES ਇੱਕ ਗੈਰ-ਲਾਭਕਾਰੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹੁਨਰ, ਵਸੇਬਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-235-3666
www.immigrant-education.ca

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕੈਲਗਰੀ ਬ੍ਰਿਜ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਫਾਰ ਯੂਥ (CBFY)
CBFY ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸਕੂਲੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-230-7745
www.cbfy.ca

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕੈਲਗਰੀ ਕੈਥੋਲਿਕ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੋਸਾਇਟੀ (CCIS)
CCIS ਕੈਲਗਰੀ ਅਤੇ ਦੱਖਣੀ ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਆਗਤੀ ਅਤੇ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਮਾਹੌਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ, ਉਸ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ, ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਿਤ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸੇ ਅਤੇ ਲਚਕੀਲੇਪਣ ਨਾਲ ਨੈਵੀਗੇਟ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-262-2006
www.ccisab.ca

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸ੍ਰੋਤ

ਬੰਦੋਬਸਤ, ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ, ਪ੍ਰਵਾਸੀ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ

ਕੈਲਗਰੀ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (CIWA)
CIWA ਵਿੱਚ 50 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ ਜੋ ਪਰਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਲੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-263-4414
www.ciwa-online.com

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ

ਕੈਲਗਰੀ ਦਾ ਡਿਸਟ੍ਰੈਸ ਸੈਂਟਰ
ਡਿਸਟ੍ਰੈਸ ਸੈਂਟਰ 211 ਨੰਬਰ ਦੁਆਰਾ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸਲਾਹ, ਨੌਜਵਾਨ ਸਾਥੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਅਤੇ ਨੈਵੀਗੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਹਵਾਲੇ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਲਾਈਨ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-266-4357
www.distresscentre.com

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਕੈਲਗਰੀ ਦਾ ਵੂਮੈਨ ਸੈਂਟਰ
ਕੈਲਗਰੀ ਦਾ ਵੂਮੈਨ ਸੈਂਟਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ, ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੋਨ: 403-264-1155
www.womenscentrecalgary.org

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸ੍ਰੋਤ

ਡਾਇਲ 211
211 ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਭਾਈਚਾਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਹੈ। ਇਹ 24/7 ਸੇਵਾ ਹੈ।

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਭੇਦਭਾਵ ਰਹਿਤ ਕੰਮ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਮੈਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ

UFCW local401
A VOICE FOR WORKING ALBERTA

ਐਲਬਰਟਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੈਕਟਰ ਯੂਨੀਅਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ 32,000 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੈਂਬਰ ਹਨ।

ActionDignity ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ

Action Dignity ਸੋਸਾਇਟੀ (ActionDignity) ਇੱਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ-ਅਧਾਰਤ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਾਰਤਾਲਾਪਾਂ, ਸਿਖਲਾਈ, ਸਮਾਗਮਾਂ, ਭਾਈਚਾਰੇ-ਅਧਾਰਤ ਖੋਜ, ਅਤੇ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਵਕਾਲਤ ਰਾਹੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

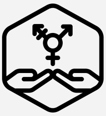
ਫੋਨ: 403-263-9900.
ਵੈਬਸਾਈਟ: www.actiondignity.org

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

The Workers' Rights ਵਰਕਰਜ਼ ਰਾਈਟਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮੀਟ ਪੈਕਿੰਗ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਾਭਕਾਰੀ ਕੰਮ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੇਸ਼ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਾਰਵਾਈ ਖੋਜ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਤਬਦੀਲੀ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਵਕਾਲਤ ਲਈ ਯਤਨਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

The Mental Health Systems Change ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਸਿਸਟਮਜ਼ ਚੇਂਜ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਨਸਲੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੀਤੀਆਂ, ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਮੂਲ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕਰਕੇ ਸੇਵਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਸਲੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ, ਗੈਰ- ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਗਤ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

The Public Safety ਪਬਲਿਕ ਸੇਫਟੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਸਲੀ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਅਤੇ ਨਸਲਵਾਦ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਗਰਾਸਰੂਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਸਮਾਨਤਾ ਪੱਖੀ ਅਤੇ ਨਸਲਵਾਦ ਵਿਰੋਧੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਨਸਲੀ-ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਕਰਕੇ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।



The Gender Equity ਜੈਂਡਰ ਇਕੁਇਟੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਸਲੀ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੈਂਗਿਕ ਸਮਾਨਤਾ ਦੀਆਂ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਅਤੇ ਢਾਂਚੇ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।
ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ, ਹੱਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਵਾਲਾ ਦੇਣ ਲਈ ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਬਣਾ ਕੇ ਲਿੰਗ ਸਮਾਨਤਾ ਵੱਲ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਨਾਲ ਹੀ ਮਰਦਾਂ ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨਾਲ ਲਿੰਗ ਬਾਰੇ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

The Social and Economic Inclusion ਸੋਸ਼ਲ ਐਂਡ ਇਕੋਨੋਮਿਕਸ ਇਨਕਲੂਜ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਮਕਸਦ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਵਜੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਨਿਰਪੱਖ ਮੌਕਿਆਂ ਅਤੇ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਪਹੁੰਚ ਅਤੇ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਰਣਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਲਗਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ, ਵਧਾਉਣ, ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ-ਅਧਾਰਿਤ ਕਾਰਜ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਹ ਨਸਲੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ 'ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

The GrOW Platform (Grassroot Organizational Empowerment)
GrOW ਪਲੇਟਫਾਰਮ (ਗ੍ਰਾਸਰੂਟ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ) ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਇੱਕ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਾਲੀ ਪਹੁੰਚ ਹੈ ਜੋ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ, ਸਮੂਹਿਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨ, ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਸਥਿਰਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਹਵਾਲਾ ਸੂਚੀ

ਐਲਬਰਟਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ - https://albertahumanrights.ab.ca/

ਐਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੰਮ ਦੇ 10 ਅਜਿਹੇ ਅਧਿਕਾਰ ਜਿਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ - https://www.cplea.ca/rightsatwork/10-rights-you-probably-didnt-know/

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਆਕੂਪੇਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ - https://www.ccohs.ca/

ਫਰੰਟੀਅਰ - https://www.frontiersin.org/

ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀ: ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ - https://actims.ca/wp-content/uploads/2020/08/GuideforEmployees-25.pdf

ਅਸਥਾਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਾਮੇ: ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ - https://www.canada.ca/en/employment-social-development/services/foreign-workers/protected-rights.html#h2.2'

915 33 St NE
Calgary, AB T2A 6T2

Phone: 403 263 9900
Fax: 403 262 8973

www.actiondignity.org
info@actiondignity.org

@ActionDignity