ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਹਵਾਲੇ

ਪੁਲਿਸ	911
ਐਸ ਔ ਐਸ (SOS) ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ	514-873-9010 or 1-800-363-9010
ਡੀ ਪੀ ਜੇ (DPJ)	514-896-3100
ਸੀ ਏ ਵੀ ਏ ਸੀ (CAVAC)	1-866-532-2822
ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਚ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ	514-849-3671
ਰਿਟਾਇਰਮਟ ਕ੍ਵੀਬੇਕ (ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ)	514-864-3873
ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ (ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੱਚੇ ਭੱਤਾ)	1-800-387-1194
ਮੋਨਟ੍ਰਿਆਲ ਦੇ ਉੱਤਰੀ-ਅੰਤ ਦੇ ਸੀ ਆਈ ਯੂ ਐੱਸ ਐੱਸ ਐੱਸ (CIUSSS)	514-384-2000

- https://www.educaloi.qc.ca/en
- http://www.justice.gouv.qc.ca/english/accueil.asp
- http://domesticviolence.gouv.qc.ca/
- http://www.gouv.qc.ca/EN/Pages/Accueil.aspx
- http://cdi.merici.ca/2011-01-30/brisex_silence.pdf
- http://droit-finances.commentcamarche.net/
- http://fede.qc.ca/
- http://www.cra-arc.gc.ca/bnfts/ccb/menu-eng.html
- http://www.rrq.gouv.qc.ca/SiteCollectionDocuments/www.rrq.gouv.qc/Francais/formulaires/soutien_aux_enfants/LPF800_fr.pdf
- https://www.csj.qc.ca/SiteComm/W2007Francais/Main_fr_v4.asp
- http://www.rrq.gouv.qc.ca/fra/posae/Content/DO13_03.htm
- http://cra.arc.gc.ca/
- https://www.spvm.qc.ca/en/Fiches/Details/Domestic-and-Intrafamily-Violence

TABLE DE CONCERTATION EN VIOLENCE CONJUGALE
secteur Nord de Montréal

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ

ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਚੱਕਰ ਤੋ ਪਰੇ...

ਪਤਝੜ 2016

ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀ ਕਰ ਰਹੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕੇ ਤੁਸੀ ਪਤਲੀ ਪਰਤ ਤੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੇ ਤੁਸੀ ਕਦੇ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਚੰਗੇ ਨਹੀ ਹੋ ਸੱਕਦੇ ਅਤੇ ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡਾ ਕਸੂਰ ਹੈ।

ਤੁਸੀ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ ਇਸ ਪਾਸੇ ਲਗਾਦੇਂ ਹੋ, ਕੇ ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਠੀਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਤੀ ਕ੍ਰੋਧ ਨਾਲ ਪਾਗਲ ਨਾ ਹੋਣ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ, ਕੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਦੇਖਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਕਾਬੂ (ਕੰਨਰੋਲ) ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਉਹ ਈਰਖਾਲੂ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਅਪਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਦਿੱਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕਾਂਦਾ ਹੈ, ਡਰਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹਦਾਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀ ਭੈੜੀ ਮਾਂ ਤੇ ਪਤਨੀ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਯਕੀਨ ਨਹੀ ਹੈ ਕੇ ਤੁਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕਿ ਨਹੀ।

ਤੁਸੀ ਅਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਕਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕੇ ਕੋਈ ਹੁੰਦਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀ ਭੋਰੋਸੇ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀ ਆਉਦੀ, ਕੀ ਤੁਸੀ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਦਵੋ। ਤੁਸੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ, ਕੀ ਇਹ ਕਦਮ ਠੀਕ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਮੇਵਾਰੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀ ਜਾਣ ਲਵੋ ਕੇ **ਤੁਸੀ ਇਕਲੇ ਨਹੀ ਹੋ** ਅਤੇ ਮਦਦ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੋਜੂਦ ਹੈ। ਤੁਸੀ ਐਸ ਔ ਐਸ (SOS) ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ; ਤੁਸੀ ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ (CLSC) (ਸਥਾਨਕ ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ) ਜਾਂ ਮਹਿਲਾ ਕੇਂਦਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਸੇ ਸੰਕਟ ਕਾਰਨ, ਪੁਲਿਸ ਬੁਲਾਣ ਲਈ ੯-੧-੧ (9-1-1) ਨੰਬਰ ਘੁਮਾਓ, ੨੪ ਘੰਟੇ (24 hours/24) ਤੇ ੭ ਦਿਨ (7 days/7)। ਹਿੰਸਾ, ਭਾਂਵੇ ਸਰੀਰਕ, ਜ਼ਬਾਨੀ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ, ਆਰਥਿਕ, ਜਿਸਮਾਨੀ ਜਾਂ ਰੂਹਾਨੀ ਹੋਵੇ **ਗਲਤ ਹੈ, ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਤੋ ਬਹਿਰ ਅਤੇ ਮੁਆਫੀ ਦੇ ਕਾਬਲ ਨਹੀ ਹੈ**।

ਇਸ ਪਰਚੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਕੁੱਝ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਦੇਣਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋਵੋਗੇ। ਫਿਰ ਵੀ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀ ਬਿਨਾ ਝਿਜੱਕੇ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। **ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਚੁੱਪੀ ਤੋੜਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।**

- ***ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤੇ ਇਸ ਹਿੰਸਕ ਸਥਿਤੀ ਤੋ ਬਾਹਰ ਆਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀ ਮੈਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾਂਵਾਂ?***

ਇਥੇ ਸਰੋਤੇ ਮਜੂਦ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀ ਪਨਾਹ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਕਿ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮੁਫਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨਗੇ, ਭਾਂਵੇ ਤੁਸੀ ਇਕੱਲੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ (ਘਰ, ਭੋਜਨ, ਗਰਮੀ, ਆਦਿ) । ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮ ਲੱਭ ਜਾਵੇਗਾ, ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰਵਾਈ (ਕਾਨੂੰਨੀ, ਡਾਕਟਰੀ, ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਅਤੇ ਹੋਰ) ਦੀ ਵਿਧੀ ਸਮਝ ਆਏਗੀ । ਇਹ ਸਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਗੁਪਤ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹਨ ।

ਜੇ ਤੁਸੀ ਘਰ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇੱਥੇ ਕੁੱਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚਿੱਜ਼ਾ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਖੜੋ:

- ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੇ ਕਾਰ ਦੀ ਨਕਲ (ਡੁਪਲੀਕੇਟ) ਚਾਬੀ;
- ਤੁਹਾਡੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਬ;
- ਤੁਹਾਡਾ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਲਾਇਸੰਸ ਅਤੇ ਮੈਟ੍ਰਿਕ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ;
- ਪਛਾਣ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ (ਤੁਹਾਡਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ) ਸਮਾਜਿਕ ਬੀਮਾ ਕਾਰਡ, ਪਾਸਪੋਰਟ, ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਫਾਇਲ ਅਤੇ ਹੋਰ;
- ਆਪਣੇ ਵਿਆਹ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ;
- ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਕਿਤਾਬ;
- ਤੁਹਾਡਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਡੈਬਿਟ ਕਾਰਡ, ਬੈਂਕ ਕਿਤਾਬ, ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਰਗੇਜ ਤੇ ਬੈਂਕ ਕਰਜ਼ੇ ਬਾਰੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼;
- ਤੁਹਾਡਾ ਲੀਜ਼ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦ ਖ਼ਿਤਾਬ;
- ਸਕੂਲ ਰਿਪੋਰਟ ਅਤੇ ਡਿਪਲੋਮੇ;
- ਤੁਹਾਡੀ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਜਿਵੇ ਕਿ: ਗਹਿਣੇ) ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਰਸੀਦ;

ਜੇਕਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਛੱਡਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਬਿਨਾਂ ਸੰਕੋਚ ਕਿੱਤੇ ਪਨਾਹਘਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ, ਸਰੋਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹਨ। ਤੇ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਅਜੇ ਵੀ ਘਰ ਹੋ, ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕੇ ਤੁਸੀ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੈਲ ਫੋਨ ਤੋ ਮਿਟਾ ਦੇਵੋ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸਮਝੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰਓਨਿਕ ਜੰਤਰ ਤੋ ਪਤਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀ ਕਿੱਥੇ ਹੋ। ਸਮਾਰਟ ਫੋਨ ਅਤੇ ਟੈਬਲੌਇਡ ਇੱਕ ਜੀ ਪੀ ਐਸ (GPS) ਨਾਲ ਲੈਸ ਹਨ (ਗਲੋਬਲ ਸਥਿਤੀ ਸਿਸਟਮ), ਜੋ ਕਿ ਭੂਗੋਲਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਉਪਭੋਗੀ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਹੈ।

ਜਦੋ ਜੀ ਪੀ ਐਸ (GPS) ਚੱਲਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਹਰ ਲਿਤੀ ਹੋਈ ਤਸਵੀਰ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸਹੀ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ (ਜੀਔ ਟੈਗ)। ਆਪਣੇ ਜੰਤਰ ਦੇ «ਚਿੱਤਰ ਭੂਗੋਲਿਕ ਚੋਣ ਨੂੰ» ਬੰਦ ਕਰੋ । ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਾਜਿਕ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਵਰਤੋ ਨਾਲ, ਤੁਸੀ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਤੇ ਹੋਵੋ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ ।ਤਸੱਲੀ ਕਰ ਲਵੋ ਕਿ ਭੂਗੋਲਿਕ ਸਥਿਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਫੋਨ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਹੈ (ਫੇਸਬੁੱਕ, ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ, ਟਵਿੱਟਰ, ਸਨੈਪਚੈਟ, ਆਦਿ)।

ਪਨਾਹ ਘਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਕਦਮ ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਵਾ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

➢ *ਮੇਰਾ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਸੰਯੁਕਤ ਖਾਤਾ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ?*

ਇੱਕ ਸੰਯੁਕਤ ਖਾਤੇ ਦੇ ਦੋਨੋ ਮਾਲਕ ਇਸ ਖਾਤੇ ਦੇ ਖਰਚ ਤੇ ਕਰਜ਼ੇ ਦੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਇੱਕ ਮਾਲਕ ਭੁਗਤਾਨ ਨਾ ਦਵੇ, ਤਾਂ ਦੂਸਰੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਅਦਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਾਣ ਤੋ ਬਾਅਦ ਤੁਰੰਤ ਇਸ ਖਾਤੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ, ਜੋ ਪੈਸਾ ਇਸ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਮਾਂ ਹਨ ਉਹ ਦੋਨੋ ਮਾਲਕਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਤੋ ਅੱਧੇ ਪੈਸੇ ਕੱਡਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਛੱਡਣ ਤੋ ਬਾਅਦ ਜਲਦੀ ਹੀ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਓ ਕਿ, ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਤੋ ਬਾਅਦ ਖਾਤੇ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਵੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀ ਪਨਾਹ ਘਰ ਜਾਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁੱਰਿਖਆ ਦੀ ਤਸੱਲੀ ਲਈ, ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਬੈਂਕ ਤੋ ਪੈਸੇ ਕਢਾਉਣਾ, ਕਿਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪੈਸੇ ਜਿਸ ਬੈਂਕ ਤੋ ਕੱਡੇ ਗਏ ਹਨ ਦਾ ਪਤਾ ਪੁੱਛ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

➢ *ਮੈਂ ਨਾ ਇੱਕ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਨਾਗਰਿਕ ਹਾਂ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇੱਕ ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸੀ; ਜੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ।*

ਆਪਣੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਫਾਇਮ ਬਾਰੇ (ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਦੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਫਾਇਲ ਜਾਂ ਸਪਾਨਸਰਸ਼ਿਪ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ), ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਸੰਭਵ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿਚ ਲੀਗਲ ਏਡ ਦੇ ਦਫਤਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਕੇ ਦਾਖਲੇ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਤੇ ਜਵਾਬ ਬਾਰੇ ਤਸਦੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਦੀ ਸੇਵਾ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਸੀ ਆਈ ਯੂ ਐਸ ਐਸ ਐਸ (CIUSSS) ਪੱਛਮੀ-ਮੱਧ ਅਤੇ ਦਿਵਸ ਪ੍ਰੈਡਾ ਵਆਏ ਅੱਮ ਸੀ ਏ (PRAIDA *YMCA)* ਰਫਿਊਜੀ ਦਾਅਵੇਦਾਰ ਤੋ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਲਾਹ ਫਰੈਂਚ ਜਾਂ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ, ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਤਰਜੁਮਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ। ਆਮ ਤੋਰ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ● ਤੋ ੧੮ (0 and 18) ਸਾਲ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ੧੮ (18) ਸਾਲ ਤੋ ਵੱਧ ਹੈ, ਕਈ ਵਾਰ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਮਰਾ ਮਿਲੇਗਾ, ਤੇ ਆਮ ਖੇਤਰ (ਰਸੋਈ, ਗੁਸਲਖਾਨਾ, ਬੈਠਕ) ਪਨਾਹ ਘਰ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਮਹਿਲਾਂਵਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਪਨਾਹ ਘਰ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੈ, ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਕੁੱਝ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਦਿਨ ਤੱਕ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਘਰ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਕਰਿੰਦੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

➢ *ਕੀ ਹੋਏਗਾ, ਜੇ ਮੈਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਜੋ ਗਲਤ ਹੋਇਆ ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਾਂ?*

ਜੋ ਗਲਤ ਹੋਇਆ ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ, ਤੁਸੀ ੯-੧-੧ ਨੂੰ ਫੋਨ (dial 9-1-1) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਖੇਤਰ ਦੀ ਇੱਕ ੩੨ ਪੋਸਟ (32 post) ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ (www.spvm.qc.ca)। ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦੱਖਲ ਦੇਵੇਗਾ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਤਸੱਲੀ ਦੁਵਾਏਗਾ।

ਉਸ ਸੁਰਤ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਜੁਰਮ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਿਵੇਂ ਕੇ ਹਮਲਾ, ਧਮਕੀ, ਹਥਿਆਰ ਨਾਲ ਹਮਲਾ, ਜਿਸਮਾਨੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ, ਅਗਵਾ, ਛੇੜ-ਛਾੜ ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਕੋਲ ਕਾਫੀ ਸਬੂਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਅਪਰਾਧੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲੈਣਗੇ । ਉਹਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕੇ ਉਹ ਗਲਤ ਹਰਕਤਾਂ ਤੇ ਹਾਲਾਤ ਮੁੱਦਈ ਨੂੰ ਦੱਸਣ।

ਜੇ ਅਪਰਾਧੀ ਨਿੰਦਿਆ ਦੌਰਾਨ ਹਾਜ਼ਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ, ਪੁਲਿਸ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰਿਖਿਆ ਦਾ ਇਨਤਜ਼ਾਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅਪਰਾਧੀ ਨੂੰ ਲੱਭਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਇਨਸਾਫ ਮਿਲੇ।

ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਸੀਲੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਨੇ ਜਿਵੇਕਿ ਸੀ ਏ ਵੀ ਏ ਸੀ (CAVAC) ਸਮਰਥਨ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕੇਂਦਰ, ਸੀ ਐਲ ਐਸ ਸੀ (CLSC), ਅਤੇ ਜੇ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਨਾਹ ਘਰ ਵੀ ਛੱਡਕੇ ਆ ਸੱਕਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਅਸਲੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਨ ਲਈ ਘਟਨਾ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖਣਗੇ । ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਐਲਾਨ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ । ਤੁਸੀ ਇਹ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਬੱਚੇ ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ, ਪੁਲਿਸ ਵਾਲੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖ ਕੇ ਯੂਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਡੀ ਪੀ ਜੇ (DPJ) ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੂੰ ਦੇਣਗੇ ਤੇ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਣਗੇ।

ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮਾਨ ਜਿਵੇਂ ਕੇ ਪਾਸਪੋਰਟ, ਦਵਾਈ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਇਲ ਫਿਰ ਇੱਕ ਤਫਤੀਸ਼ਕਾਰ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਸ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਸਲੀਅਤ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਮੁੱਦਈ ਨੂੰ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੇਗਾ। ਮੁੱਦਈ ਦੋਸ਼ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਫਾਇਲ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਵੀ ਦੇਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਲਈ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਹਿਰਾਸਤ ਕੇਂਦਰ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਸਨੂੰ ਜੱਜ ਦੇ ਸਾਮਣੇ ਪੈਸ਼ ਕਰਨ ਤੱਕ ਕੈਦ ਵਿੱਚ ਰਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਾਂ ਤਫਤੀਸ਼ਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਬਰੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਉਸਨੂੰ ਬਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਜੱਜ ਦੇ ਸਾਮਣੇ ਫਿਰ ਆਣ ਤੱਕ ਉਸਨੂੰ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਿਲਨ ਲਈ ਮਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਉਸਦੀ ਪੇਸ਼ੀ ਤੋ ਬਾਅਦ, ਜੱਜ ਫੇਸਲਾ ਲਏਗਾ, ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨਾਲ ਛੱਡਿਆ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੀ ਤੱਕ ਕੈਦ ਵਿੱਚ ਰਖਿਆ ਜਾਵੇ।

ਤਫ਼ਤੀਸ਼ਕਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਰਾਧੀ ਦੀ ਰਿਹਾਈ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਨਾਲੇ, ਤੁਸੀ "ਕੋਟੇ ਕੋਰਟ" (Côté Cour) ਸੰਗਠਨ ਨਾਲ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਨਿਆਇਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਰਟ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਚੁੱਪੀ ਤੋੜਨ ਤੋ ਸੰਕੋਚ ਨਾ ਕਰੋ। ਸਮਰਪਿਤ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਕਰਨ ਮੌਜੂਦ ਹਨ!

➢ ***ਮੈਂ ਕੀਵੇ ਛੱਡਕੇ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਲੀਜ਼ ਉਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਹਨ?***

ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸਰਬੰਦ ਵਿਚ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਜਿਸਮਾਨੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦੁਆਰਾ, ਸਾਬਕਾ ਪਤੀ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ, ਤੁਸੀ ਲੀਜ਼ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਤਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੋ ਤਸਦੀਕ ਫਾਇਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ; ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪੇਸ਼ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ:

1. ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਜਿਸਮਾਨੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਲੀਜ਼ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਲਈ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ। ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਸਹੁੰ ਖਾਕੇ ਕੇ ਮੰਗ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ: ਉਹ ਫਾਰਮ ਭਾਗ ਸਹੁੰ ਜਾਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੇ, ਅਤੇ ਸਹੁੰ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਹੋ ਕੇ, ਉਥੇ ਦੋਨੋ ਭਾਗਾਂ ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰੇ।

http://www.justice.gouv.qc.ca/english/publications/generale/bail.htm

➢ ***ਉਸਨੇ ਮੈਨੂੰ ਦਸਿਆ ਹੈ ਕੇ ਜੇ ਮੈਂ ਉਸਨੂੰ ਛਡਾਂਗੀ, ਮੂੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਗੁਆ ਦੇਵਾਂਗੀ।***

ਕਾਨੂਨ ਲਈ, ਦੋਵੇ ਮਾ-ਬਾਪ ਇੱਕ ਬਰਾਬਰ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਦੋਵੇ ਮਾ-ਬਾਪ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣ ਦਾ ਹੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀ ਮੰਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਉਸਨੂੰ ਸੌਪੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਨਹੀ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਘਰ ਛਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੀ ਪੂਰੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ।

ਜੇਕਰ, ਤੁਸੀ ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ, ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇ ਬਗੈਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕ੍ਵਿਬੇਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਇਹ ਫਿਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਤੋ ਜਲਦੀ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਅਗਵਾ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਤੋ ਬੱਚਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮੰਗ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ ਤੇ ਇੱਕ ਰਾਖੀ ਆਰਡਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਆਦੇਸ਼ ਜੱਜ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਹੈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਹ ਵੱਧ ਤੋ ਵੱਧ ੬ ਮਾਹੀਨੇ ਮਈ ਪ੍ਰਮਾਣਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਹੋਵੇਗਾ (ਜਿਵੇਕਿ: ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਿੰਡਰਗਾਰਡਨ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਅਤੇ ਹੋਰ)। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਆਮਦਨੀ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਅਨੁਸਾਰ ਅਦਾਲਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪਰ ਜੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਡਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀ ਇਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਰੀਖਣ ਦੌਰੇ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦਵੇ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇ ਕੇ ਤੁਸੀ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿਸ਼ਾ (ਡੀ ਵਾਏ ਪੀ DYP) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

ਜਾਣ ਲਵੋ, ਡੀ ਵਾਏ ਪੀ (DYP) ਦਾ ਟੀਚਾ ਮਾ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਨਹੀ ਹੈ, ਬਲਿਕਿ ਉਹਨਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਹੀ ਵਿਕਾਸ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਬਾਂਵੇ ਆਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਡੀ ਵਾਏ ਪੀ (DYP) ਦਾ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਬੂਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਨ ਤੇ ਤਹਾਡੇ ਸਾਂਝੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਤੋ ਇਨਕਾਰ ਨੂੰ ਜਾਇਜ਼ ਕਰਾਰ ਕਰਨ।

ਇਹ ਸਾਰੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲੰਬੀ ਅਤੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਹੋਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਫੈਸਲੇ ਲਈ ਮਦਦਕਾਰ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਹਿੰਸਕ ਅਵਸਥਾ ਵੇਲੇ ਵੀ, ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈਕਿ ਜੱਜ ਇਹ ਵਿਚਾਰੇ ਕੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਲਾਈ ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਜਾਰੀ ਰਖਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਵੇ ।

ਅਗਰ ਤੁਸੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਨਹੀ ਹੋ, ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਕੀਲ ਦੀ ਫੀਸ ਭਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਜੁਰੀਪੋਪ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਲੀਨਿਕ ਵਰਗੇ ਸੰਗਠਨਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਦਾਖਲੇ ਦੀ ਕਸੋਟੀ ਤੇ ਪੂਰੇ ਹੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਸੰਗਠਨ ਤੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਤੇ ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਦੀ ਸੇਵਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

➢ ***ਮੇਰਾ ਪਤੀ ਮੈਨੂੰ ਸਹਿਮਤ ਅਲਹਿਦਗੀ ਤੇ ਵਿਚੋਲਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ ਕਰਦਾ ਹੈ । ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਉਸਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?***

ਜੱਦ ਅਲਹਿਦਗੀ ਜਾਂ ਤਲਾਕ ਦੀ ਵਾਰੀ ਆਂਦੀ ਹੈ, ਕਾਨੂੰਨ ਭਾਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੋਰ ਤੇ ਵਿਆਹਤ ਪਤੀ ਪਤਨੀ, ਸਿਵਲ ਯੂਨੀਅਨ, ਜਾਂ ਕਾਮਨ-ਲ਼ਾਅ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਇੱਕ ਵਿਚੋਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ। ਵਿਚੋਲਗੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤਲਾਕ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਜਵਾਬ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ, ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਵੰਡ, ਖਾਣੇ ਦਾ ਭੱਤਾ ਵਿਸ਼ਿਆ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ, ਤੁਸੀ ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ, ਕਾਨੂੰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਜ਼ਰ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵੇਗਾ, ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾਏ ਜਾਂ ਧਮਕਾਏ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਨਾ ਮਿਲੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕੇ ਉਸਦੀ ਮੌਜੁਦਗੀ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀ ਕੁੱਝ ਮੰਗਣ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਸ ਲਈ, ਗੱਲਬਾਤ ਬਰਾਬਰੀ ਦੀ ਨਹੀ ਹੋਵਾਗੀ।

ਤੁਸੀ ਕਈ ਵਾਰ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕੇ ਇਹ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਘੱਟੋ ਘੱਟੋ ਸੰਭਵ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇ, ਵਿਚੋਲਗੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕੇ, ਸਹਿਮਤੀ ਭੁਗਤਾਨ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੱਲ ਨਿਕਲੇ। **ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ । ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ । ਤੁਹਾਡੇ ਕਈ ਹੱਕ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾ ਦਾ ਆਦਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।**

ਜੇ ਤੁਸੀ ਵਿਆਹਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੋਰ ਤੇ ਅੱਡ ਜਾਂ ਤਲਾਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਲਹਿਦਗੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਕਿ ਬੱਚਿਆ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ, ਖਾਣੇ ਦਾ ਭੱਤਾ ਜਾਂ ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਵੰਡ। ਪਰ, ਇਹ ਵਿਆਹ ਦਾ ਅੰਤ ਨਹੀ ਕਰਦੀ, ਇਸਲਈ ਪਤੀ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਏਕਤਾ ਦੇ ਬੰਧਨ ਦੇ ਹੱਕ ਤੇ ਫਰਜ਼ਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਤੁਸੀ ਹੈਠਲੀ ਵੈਬ ਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ: https://www.educaloi.qc.ca/capsules/la-separation-legale.

ਜੇ ਤੁਸੀ ਕਾਮਨ-ਲਾਅ ਯੂਨੀਅਨ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕੇ ਕਾਨੂੰਨ ਕੁਝ ਖਾਸ ਚਿਜ਼ਾ ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰਖਿਆ ਨਹੀ ਕਰਦਾ ਜਿਵੇਕਿ ਸੰਪਤੀ ਦੀ ਵੰਡ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ ਪਤੀ ਤੋ ਖਾਣੇ ਦਾ ਭੱਤਾ।

ਫਿਰ ਵੀ, ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਆਹੁਤਾ ਸਥਿਤੀ ਕਿਵੇ ਜਹੀ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਕੋਈ ਵੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਤੋ ਸਲਾਹ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਨੂੰ ਸਹੁੰ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਨਗਰ ਪਾਲੀਕਾ ਉੱਤੇ ਅਧਿਕਾਰ ਹੋਵੇ:

2. ਇੱਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਮੰਗ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:
   - ਉਸ ਦੇ ਬਿਆਨ ਦੀ ਕਾਪੀ
   - ਇੱਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਜੋ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਜੋ ਉਸ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਜੋ ਕਿ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:
     - ਪਨਾਹ ਘਰ ਦਾ ਵਾਚਕ (ਸਪੀਕਰ);
     - ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਸਹਿਯੋਗ ਕੇਂਦਰ (ਸੀ ਏ ਵੀ ਏ ਸੀ CAVAC) ਦਾ ਇੱਕ ਵਾਚਕ (ਸਪੀਕਰ);
     - ਜਿਸਮਾਨੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕੇਂਦਰ (ਐਸ ਏ ਸੀ SACs) ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਲੜਨ ਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਰਿੰਦਾ; ਇੱਕ ਵਾਚਕ (ਸਪੀਕਰ) ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸੇਵਾ (ਹਸਪਤਾਲ, ਸਹਿਤ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ, ਨੌਜਵਾਨ ਕੇਂਦਰ) ਦੀ ਸੰਸਥਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਵੇ;
     - ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ;
3. ਉਸ ਦੇ ਲੀਜ਼ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮਕਾਨ ਮਾਲਿਕ ਨੂੰ ਨੋਟਿਸ ਭੇਜਣ ਤੋ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਲੀਜ਼ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਾ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਲੀਜ਼ ਅਣਮਿੱਥੀ ਮਿਆਦ ਜਾਂ ੧੨ ਮਹੀਨੇ ਤੋ ਘੱਟ ਸਮੇ ਲਈ ਹੈ। ਇਸ ਮਿਆਦ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਜਾਰੀ ਰਖਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਸਾਵਧਾਨ, ਸਿਰਫ ਉਸ ਵਿਆਕਤੀ ਨੂੰ ਜਿਸਨੇ ਲੀਜ਼ ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇਨੇ ਇਹ ਹੱਕ ਤੇ ਤਾਕਤ ਹੈ ਕੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕੇ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਲੀਜ਼ ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਨਹੀ ਕੀਤੇ, ਤਾਂ ਤਹਾਨੂੰ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀ ਕਦੇ ਵੀ ਆਪਣਾ ਘਰ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹੋ।

➢ ***ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?***

ਜਦੋ ਤੁਸੀ ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀ ਯੋਗਤਾ ਮਾਪਦੰਡ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ (ਐਚ ਐਲ ਐਮ HLM) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਰਜੀਹ ਮਿਲੇ, ਜੇ ਤੁਸੀ ਆਪਣੀ ਮੰਗ ਨਾਲ ਪਨਾਹ ਘਰ ਤੋ, ਪੁਲਿਸ ਫੋਰਸ ਤੋ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸੇਵਾ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਵਲੋ ਇੱਕ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ।

ਇਸ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ੩ ਤੋ ੬ (3 to 6) ਮਹੀਨੇ ਲਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਖਾਸ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ (ਜਿਵੇਕਿ: ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰ), ਸਮੇ ਦੀ ਸੀਮਾ ਵੱਧ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਨਹੀ ਤਾਂ, ਦੂਜਾ ਕਦਮ ਮਕਾਨ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਅਤੇ ਸਬਸਿਡਾਈਜ਼ਡ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਕੁੱਝ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਪਰ, ਉਸ ਲਈ, ਪਹਿਲੇ ਤੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਨਾਹ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਆਮ ਤੋਰ ਤੇ, ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ੩ ਮਹੀਨੇ ਤੋ ੨ ਸਾਲ (3 months to 2 years) ਤੱਕ ਹੈ।

- ***ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਆਮਦਨੀ ਨਹੀ ਹੈ, ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾ ਦੀ ਪੁਰਤੀ ਕਿਵੇ ਕਰਾਂ?***

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਆਪਣੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਲੋੜਾਂ ਮਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਕਰਕੇ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਇਕਮੁੱਠਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਆਖਰੀ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਦਾਖ਼ਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਕੀਤਨੇ ਪੈਸੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀ ਕੀਤਨੀ ਸੰਪਤੀ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ। ਨਾਲੇ, ਜੇ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਪਨਾਹ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਸੀਮਤ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ 100 $ ਦੇ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਭੱਤਾ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ। ਵੈਲਫਏਰ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਂਕ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਿਜੀ ਖਾਤਾ ਖੋਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਖਾਤਾ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਉਸ ਖਾਤੇ ਦਾ ਆਨਲਾਈਨ ਗੁਪਤ-ਕੋਡ ਪਤਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰਾਂ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਤੇ ਦਾ ਬਿਆਨ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਂਦਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਬੈਂਕ ਸੰਸਥਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਨਵਾਂ ਪਤਾ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

- ***ਕੰਨੈਡੀਅਨ ਬੱਚਾ ਭੱਤਾ (ਸੀ ਸੀ ਏ CCA) ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।***

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੱਚੇ ਭੱਤਾ ਇੱਕ ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ ਮਾਸਿਕ ਭੁਗਤਾਨ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸਦੀ ਯੋਗਤਾ ਕਸੌਟੀ ਦੇ ਤਹਿਤ ੧੮ (18) ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋ ਘੱਟ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਤੇ ਮਦਦ ਦੇਣ ਲਈ। ਸੀ ਸੀ ਏ (CCA) ਯੋਜਨਾ, ਲਗਭਗ, 6 ਸਾਲ ਤੋ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋ ਵੱਧ ਪ੍ਰਤੀ 6 400 $ ਸਾਲਾਨਾ ਲਾਭ 6 ਤੋ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ 5 400 $ ਦੇਵੇਗੀ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ, ਇੱਕ ਸੂਬਾਈ ਲਾਭ ਹੈ, ਟੈਕਸ-ਮੁਕਤ, ਇਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਹਰ 3 ਮਹੀਨੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਜਾਂ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਮੰਗ ਕਰੇ)। ਇਹ ਰਕਮ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੈ ਕਈ ਵਖਰੇ ਤੱਤਾਂ ਕਾਰਨ (ਜਿਵੇਕਿ: ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਹੋਰ) ।

ਆਮ ਤੋਰ ਤੇ ਜਦੋ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਇੱਕ ਛੱਤ ਹੇਠਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਬਾਂਵੇ ਉਹ ਸੀ ਸੀ ਏ (CCA) ਹੋਵੇ ਜਾ ਬੱਚਾ ਸਹਾਇਤਾ ਭੁਗਤਾਨ, ਇਹ ਰਕਮ ਮਾਤਾ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀ ਵਿਆਹੁਤਾ ਹਿੰਸਾ ਕਾਰਨ ਘਰ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਿਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਰਕਮ ਸੰਯੁਕਤ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਇਸ ਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਖਾਤਾ ਖੋਲੋ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਸੰਬਧਤ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਸਦੇ ਨਾਲ, ਜਦੋ ਤੁਸੀ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਸਮਝਾਓਗੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਮੰਗ (ਦੋਨੋ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ) ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕੇ ਇੱਕ ਗੁਪਤ-ਕੋਡ ਲਗਾ ਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਇਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਵੈਬ ਸਾਈਟ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

http://www.cra-arc.gc.ca/bnfts/ccb/menu-fra.html
http://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/Pages/page404.aspx?url=/fr/programmes/soutien_enfants/paiment/Pages/paiement

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜੇ ਇਸ ਭੁਗਤਨਿ ਦੀ ਰਕਮ ਤੁਹਾਡੇ ਪਤੀ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਜਲਦੀ ਤੋ ਜਲਦੀ ਦੋਨੋ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ ਤੇ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਦਸੋ ਅਤੇ ਰੱਧ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਮ ਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਭੇਜਣ।

- ***ਮੈਂ ਵੱਖ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਨਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਪੈਸੇ ਨਹੀ ਹਨ।***

ਅਲਹਿਦਗੀ ਕਾਰਜ ਦੇ ਕੰਮ ਦੀ ਬਣਤਰ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ, ਵਕੀਲ ਦੀ ਫੀਸ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਦਾਖਲੇ ਦੀ ਕਸੌਟੀ ਤੇ ਪੂਰੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਵੈਲਫਏਰ ਤੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਦੁਆਰਾ ਮੁਫਤ ਉਪਲੱਭਦ ਕਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਲਿਗਿਲ ਏਡ ਦੇ ਦਫਤਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਲੀ ਹਾਲਤ (ਜਿਵੇ ਕਿ: ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਹੋਰ) ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇਖਕੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇਗੀ। ਕਈ ਹਲਾਤਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੋਗਦਾਨ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਦੇਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾ ਪਹਿਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਦਫਤਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਇਸ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਤੁਸੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵੈਬ ਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ: https://www.csj.qc.ca/