

A Newcomer's Guide to

Community Services in Alberta

指南

亞伯達省的社會服務機構

Poradnik dla nowoprzybyłych

Usługi socjalne w Albercie

Una guía para los recién llegados sobre

Los Servicios para la Comunidad en Alberta

Sách hướng dẫn cho người mới đến về

Các Dịch Vụ Cộng Đồng Tại Alberta

A Newcomer's Guide to

Community Services in Alberta

指南

亞伯達省的社會服務機構

Poradnik dla nowoprzybytych

Usługi socjalne w Albercie

Una guía para los recién llegados sobre

Los Servicios para la Comunidad en Alberta

Sách hướng dẫn cho người mới đến về

Các Dịch Vụ Cộng Đồng Tại Alberta

 EDMONTON IMMIGRANT SERVICES
ASSOCIATION
McLAY HOUSE
1025 - 95 AVENUE
EDMONTON, ALBERTA
PH: (403) 420-0080 T5K 0E5

This book is about community services in Alberta.

There is a book to help newcomers during their first few days in Alberta. It is called *Welcome to Alberta*. There are other books about...

Health Care

Housing

Public Transportation

Driving

Working

Learning

Using Money

Rights and Duties

The books are free. You can get them at...

Immigrant Aid Organizations

Ethno-Cultural Organizations

Canada Immigration Centres

Canada Employment Centres

Government of Canada Citizenship Courts

**Government of Alberta, Manpower
Settlement Services**

Native Friendship Centres

這本小冊子是關於 亞伯達省的社會服務機構

還有一本書名“歡迎來亞省”是專為協助初到本省的人士而寫的。此外還有其他的書冊：

醫療衛生

住房供給

公共交通

駕駛

就業

就學

用錢

權利和義務

這些書冊都是免費贈閱，你可以向下列各處索取：

移民輔助團體，如華人社區服務中心。

各民族文化團體。

加拿大移民中心。

加拿大就業中心。

加拿大公民法庭。

亞省人力部定居服務處。

印第安人友誼中心。

Książka ta omawia zagadnienia usług socjalnych w Albercie.

Aby pomóc nowoprzybyłym w pierwszych dniach pobytu w Albercie, wydana została seria krótkich książek Informacyjnych. Pierwsza książka z tej serii nosi tytuł "Witajcie w Albercie". Tematy pozostałych książek to:

Opieka zdrowotna
Mieszkania
Transport publiczny
Prowadzenie pojazdów
Praca
Nauka
Gospodarowanie pieniędzmi
Prawa i obowiązki

Książki te można otrzymać bezpłatnie w:
Organizacjach Pomocy Emigrantom
Organizacjach Etniczno-Kulturalnych
Centrach Canada Immigration
Centrach Zatrudnienia Canada Employment
Sądach Przyznających Obywatelstwo
Służbach Osiedleńczych — Government of Alberta, Manpower
Centrach Rodzimej Przyjaźni

Este libro trata de los servicios para la comunidad en Alberta

Hay un libro para ayudar a los recién llegados durante los primeros días en Alberta. Se llama *Bienvenidos a Alberta*. Además, hay otros libros sobre:

Servicios médicos
Vivienda
Transporte público
Manejo del automóvil
Trabajar en Alberta
Aprender
Uso del dinero
Derechos y obligaciones

Estos libros son gratuitos. Se pueden encontrar en:

Organizaciones de ayuda al inmigrante
Organizaciones étnico-culturales
Centros de Inmigración de Canadá
Centros de Empleo de Canadá
Tribunales de Ciudadanía del Gobierno de Canadá
Gobierno de Alberta, Manpower, Settlement Services
Centros Indigenistas

Cuốn sách này nói về các dịch vụ cộng đồng tại Alberta.

Có một cuốn sách để giúp người mới tới trong những ngày đầu tiên tại Alberta có tên là "Chào mừng các bạn đến Alberta" (Welcome to Alberta). Ngoài ra, còn có những cuốn khác nói về . . .

Y tế
Nhà cửa
Lái xe
Làm việc
Học hành
Xử Dụng Tiền Bạc
Quyền lợi và Bòn phân
Phương Tiện Di chuyển công cộng

Sách miễn phí. Bạn có thể xin tại . . .

Immigrant Aid Organization (Những tổ chức giúp đỡ dân di trú.)
Ethno-Cultural Organizations (Những tổ chức văn hóa sắc tộc)
Canada Immigration Centres (Sở di trú)
Canada Employment Centres (Sở nhân dụng)
Government of Canada citizenship courts (Tòa án công dân quyền của chính phủ Canada)
Government of Alberta, Manpower, Settlement Services (Chính quyền tỉnh Alberta Sở Nhân lực, Cơ quan trông coi về vấn đề định cư cho người di trú)
Native Friendship Centres (Trung tâm hữu nghị Bản Xứ)

This book is about community services in Alberta.

These books were written in 1984. Prices and programs may have changed since then. The books explain how things work in Alberta. They talk about laws. But they do not give a complete or authoritative description of the law, and they are not intended to solve any legal problems. For complete information about laws, talk to a lawyer or another person trained to know about law. An immigrant aid organization may be able to help you find a lawyer.

這本小冊子是關於 亞伯達省的社會服務機構

這些書冊是1984年編訂，其中可能有些項目及價格已有變更。這些書冊講述在亞省的一些習慣規則，其中有談及法律的，但不是有關法律全面的或官方的解釋。你不能依靠本書去解決任何法律問題。有關法律的全面性資料，你必須去請教律師或有專門法律知識的人。各移民輔助團體，如華人社區服務中心，可能為你介紹一位適當的律師。

Książka ta omawia zagadnienia usług socjalnych w Albercie.

Książki te zostały napisane w roku 1984. Ceny i programy mogły się od tego czasu zmienić. Książki wyjaśniają zasady życia w Albercie w świetle przepisów prawa. Jednakże nie podają dokładnych i autorytatywnych przepisów prawnych, a także nie są przeznaczone do rozwiązywania problemów prawnych. Aby uzyskać dokładniejsze informacje o przepisach, należy zwrócić się do prawnika lub innej osoby mającej przygotowanie zawodowe do dyskusowania spraw prawnych. Organizacja pomocy emigrantom może być pomocna w znalezieniu prawnika.

Este libro trata de los servicios para la comunidad en Alberta

Estos libros fueron escritos en 1984. Los precios y los programas pueden haber cambiado desde entonces. Los libros explican cómo son las cosas en Alberta. Hablan de las leyes. Pero no dan una completa o autorizada descripción de la ley, y no se supone que puedan resolver problemas legales. Para una completa información sobre las leyes, hable con un abogado o con otra persona que tenga conocimientos legales. Una organización de ayuda al inmigrante puede indicarle cómo encontrar un abogado.

Cuốn sách này nói về các dịch vụ cộng đồng tại Alberta.

Những sách này được viết vào năm 1984. Giá cả và những chương trình được in trong sách có thể thay đổi sau này, những cuốn sách nêu trên giải thích những điều cần biết ở Alberta. Sách chỉ giải thích sự kiện nói về luật pháp mà không đi sâu vào chi tiết của luật pháp. Sách cũng không có chủ đích giải quyết bất kỳ những vấn đề có liên quan đến pháp lý nào. Muốn biết rõ thêm về luật pháp hãy liên lạc với một luật sư hay những ai có nghiên cứu về luật. Một tổ chức giúp đỡ dân di trú có thể giúp bạn tìm một luật sư.

In this book

目錄

Section 1	第一章	
Welcome to Alberta	歡迎來到亞伯達省	5
Finding your way	認路	7
Using the dictionary	使用字典	7
Using the telephone book	使用電話簿	7
If you live in a small community	如果你居住在一個小的社區	9
 Section 2	 第二章	
Community Services	社會服務機構	11
Today	今天	12
 Section 3	 第三章	
Some Organizations and Services	一些組織和機構	14
Getting help through an organization or service	通過某組織或機構獲得幫助	15
Day-care centres	日托托兒所	17
Family allowance	家庭津貼	21
Family counselling	家庭諮詢服務	22
Immigrant aid organizations	移民援助組織	22
Meeting the needs of the disabled	滿足殘廢人的需要	23
Services for seniors	老年人服務機構	23
Sexual assault centres	處理性攻擊中心	25
Social assistance	社會資助	26
Women's shelters	婦幼問題調停處	27
The Y	基督教青年會	28
 Section 4	 第四章	
A Community Services Dictionary	社會服務機構詞匯	29
 Section 5	 第五章	
Immigrant Aid Organizations	移民援助組織	34

Spis treści

Rozdział 1	
Witajcie w Albercie	5
Szukanie drogi	7
Korzystanie ze słownika	7
Korzystanie z książki telefonicznej	7
Jeśli mieszkasz w małej miejscowości	9
Rozdział 2	
Usługi socjalne	11
Obecnie	12
Rozdział 3	
Niektóre organizacje i usługi	14
Otrzymywanie pomocy poprzez organizację lub służbę	15
Ośrodki day-care	17
Dodatek rodzinny	21
Porady rodzinne	22
Organizacje pomocy emigrantom	22
Wychodząc naprzeciw potrzebom ludzi niepełnosprawnych	23
Usługi dla seniorów	23
Centra pomocy ofiarom napaści seksualnych	25
Pomoc socjalna	26
Schroniska dla kobiet	27
Organizacje "Y"	28
Rozdział 4	
Słownik	29
Rozdział 5	
Organizacje pomocy emigrantom	34

En Este Libro

Sección 1	
Bienvenidos a Alberta	5
Cómo orientarse	7
Cómo usar el diccionario	7
Cómo usar la guía de teléfonos	7
Si usted vive en una pequeña comunidad	9
Sección 2	
Servicios para la comunidad	11
Hoy	12
Sección 3	
Algunas organizaciones y servicios	14
Cómo obtener ayuda a través de una organización o un servicio	15
Guarderías	17
Subsidio Familiar	21
Orientación para la familia	22
Organizaciones de ayuda al inmigrante	22
Ayuda a los discapacitados	23
Servicios para personas de edad	23
Centros para quienes han sido objeto de ataques sexuales	25
Asistencia Social	26
Refugios para mujeres	27
La Asociación Cristiana de Jóvenes	28
Sección 4	
Diccionario de Servicios Comunitarios	29
Sección 5	
Organizaciones de Ayuda al Inmigrante	34

Trong Cuốn Này

Phần 1	
Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta	5
Tìm đường	7
Xử dụng phần tự điển	7
Xử dụng cuốn điện thoại niên giám	7
Nếu bạn sống trong một vùng nhỏ	9
Phần 2	
Các Dịch Vụ Cộng Đồng	11
Ngày nay	12
Phần 3	
Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ	14
Nhờ một tổ chức hay một văn phòng phục vụ giúp đỡ	15
Nhà trẻ	17
Tiền phụ cấp gia đình	21
Cổ vấn về gia đình	22
Các tổ chức giúp đỡ dân di trú	22
Đáp ứng nhu cầu của người tàn tật	23
Các dịch vụ dành cho người lớn tuổi	23
Trung tâm dành cho nạn nhân bị hãm hiếp	25
Trợ cấp xã hội	26
Nơi tạm trú cho phụ nữ	27
Hội chữ "Y"	28
Phần 4	
Tự Điển Về Các Dịch Vụ Cộng Đồng	29
Phần 5	
Các Tổ Chức Giúp Đỡ Dân Di Trú	34

Welcome to Alberta 歡迎來亞省

The people living in Alberta come from all over the world. The first people to live here were Native Indians. Then, in the 1800s, the first newcomers came. Since then, many newcomers have continued to come to Alberta every year.

This book is written for all newcomers and for people moving to new places in Alberta. Some newcomers find life in Alberta very new and different. Others find Alberta very similar to life at home.

Page 4 lists the information in the book. Use that list and turn to the information that will help you. If you find Alberta's way of life is very similar to your own, some of the information in this book may not be new to you.

If you need help understanding this book, go to an immigrant aid organization. The addresses and telephone numbers of immigrant aid organizations are at the back of this book on page 34.

亞省的居民來自世界各地，最早的居民為印第安人，自從十九世紀第一批移民到達本省後，每年都有新移民相繼來到。

本書是為所有新到的人士和在本省內遷居的人而寫的。有的新來人士對亞省感到新奇，也有的覺得亞省與他們的原居地並沒有多大差異。

目錄列有本書的內容，可以幫助你找到所需的章節。如果你覺得本省的生活方式與你以前的相似，那麼本書的一些內容對你並不算新奇。

如果你對本書內容需要特別的說明，請到移民輔助團體請教，本書最後列出一些移民輔助團體的地址及電話。

Witajcie w Albercie

Ludzie żyjący w Albercie pochodzą z całego świata. Pierwotni mieszkańcy tego obszaru to rdzenni Indianie. Pierwsi przybysze pojawili się tu w XIX wieku i od tego czasu każdego roku przybywa do Alberta wielu nowych emigrantów.

Książka ta jest przeznaczona dla wszystkich nowoprzybytych, jak również dla osób przenoszących się do nowych miejsc w Albercie. Dla niektórych przybyszów życie w Albercie będzie się znacznie różnić od dotychczasowego. Inni stwierdzą, że jest tu podobnie, jak w ich ojczystym kraju.

Na stronie 4 znajduje się spis treści książki. Wykorzystaj go dla znalezienia informacji, której potrzebujesz. Niektóre wiadomości zawarte w tej książce mogą nie stanowić nowości, ale wiele z nich z pewnością ułatwi ci poruszanie się w Albercie.

Jeżeli informacje zawarte w tej książce są niewystarczające dla twoich potrzeb, zwróć się do organizacji pomocy emigrantom. Adresy i numery telefonów organizacji pomocy emigrantom znajdują się na końcu tej książki poczynając od strony 34.

Bienvenidos a Alberta

La gente que vive en Alberta proviene de todo el mundo. Los primeros pobladores fueron indigenas. Luego, durante el siglo pasado, comenzaron a llegar nuevos pobladores. Desde entonces, han continuado llegando cada año nuevos pobladores a Alberta.

Estos libros han sido escritos para todos los recién llegados y para la gente que se traslada a nuevos lugares en Alberta. Algunos recién llegados encuentran que la vida en Alberta es muy nueva y diferente. Otros encuentran que Alberta tiene una vida muy semejante a la de su propio país.

En la página 4 hay una lista de la información que contiene este libro. Mire la lista y busque la información que pueda ayudarlo. Si usted encuentra que el modo de vida en Alberta es muy similar al suyo, parte de la información de este libro no será nueva para usted.

Si usted necesita ayuda para entender este libro, vaya a una organización de ayuda al inmigrante. Las direcciones y los números de teléfono de las organizaciones de ayuda al inmigrante están al final de este libro, en la página 34.

Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta

Người dân sống ở vùng Alberta đến từ khắp nơi trên thế giới. Dân tộc đầu tiên sống tại đây là người bản xứ Da Đỏ. Rồi một số người di dân đến đây vào những năm của thập niên 1800. Từ đó, mỗi năm nhiều người di dân tiếp tục đến tỉnh này.

Cuốn sách này được viết cho tất cả dân di trú cũng như những người mới chuyển đến Alberta. Một số người mới tới nhận thấy rằng đời sống ở Alberta rất mới lạ, số khác thì cho rằng cuộc sống nơi đây hoàn toàn gần gũi với cuộc sống ở quê hương họ.

Trang 4 của cuốn sách này liệt kê từng phần trong sách. Bạn hãy xử dụng nó để lật sang phần bạn cần tìm hiểu. Nếu thấy rằng cuộc sống ở Alberta rất tương tự với cuộc sống ở quê nhà bạn thì một số chi tiết trong sách có lẽ không có gì mới mẻ đối với bạn.

Nếu bạn cần giúp đỡ để hiểu rõ sách này, bạn hãy đến một văn phòng của tổ chức giúp đỡ dân di trú. Địa chỉ và số điện thoại của các tổ chức này ở phần cuối của sách trang 34.

Welcome to Alberta

歡迎來亞省

There are also ethno-cultural organizations that can help you. The Cultural Heritage Branch of Alberta Culture has the names of these organizations. You can find the telephone number of Alberta Culture in the *white pages* of your telephone book. Information on using your telephone book starts on page 7. To telephone Cultural Heritage, look under G for Government of Alberta, then find Culture. Ask the person who answers the telephone for the Cultural Heritage Branch.

There are also Native Friendship Centres in many cities and towns. You can find the telephone number in the *white pages* of your telephone book. Look under N for Native Friendship.

還有一些少數民族文化團體，也可能給予幫助，在亞省文化部的傳統文化處 (The Cultural Heritage Branch of Alberta Culture) 可以查到這些團體的名稱及地址。亞省文化部的電話可以在電話號碼簿的白頁部份查到。關於如何查閱電話號碼簿，本書第7頁有較詳細的說明。欲打電話給傳統文化處，先查 of Alberta, 再找 Alberta Culture 的號碼，撥通電話後，說明要找傳統文化處 (Cultural Heritage Branch) 即可。

在許多城市和鎮子裏還有土著人民友誼中心。你可在你的白頁電話簿，N頁裏查到土著人民友誼中心 (Native Friendship) 的電話號碼。

Witajcie w Albercie

Mogą ci także pomóc organizacje etniczno-kulturalne. The Cultural Heritage Branch of Alberta Culture (Dział Dziedzictwa Kulturalnego, Wydział Kultury Rządu Alberta) może podać nazwy i adresy tych organizacji. Numer telefonu Alberta Culture możesz znaleźć w części *white pages* (białe kartki) książki telefonicznej. Informacje o sposobie korzystania z książki telefonicznej znajdziesz na str. 7 niniejszej książki. Aby znaleźć numer telefonu Cultural Heritage szukaj pod literą G: Government of Alberta, a następnie odszukaj Culture. Osobę, która odbierze telefon, należy poprosić o połączenie z Cultural Heritage Branch.

W wielu miejscowościach znajdują się także Native Friendship Centres (Centra Rodzimej Przyjaźni). Numer telefonu takiego centrum możesz znaleźć w książce telefonicznej *white pages* pod literą N: Native Friendship.

Bienvenidos a Alberta

También hay organizaciones étnico-culturales que pueden ayudarte. La Sección de Patrimonio Cultural, del Ministerio de Cultura de Alberta (Cultural Heritage Branch, de Alberta Culture) tiene los nombres de estas organizaciones. Usted puede encontrar el número de teléfono de Alberta Culture en las *páginas blancas* de su guía de teléfonos. La información que le indica cómo usar la guía de teléfonos empieza en la página 7. Para llamar a Cultural Heritage, busque Government of Alberta en la G; luego busque Culture. Solicite a la persona que contesta el teléfono la Cultural Heritage Branch.

También hay Centros Indigenistas (Native Friendship Centres) en muchas ciudades y pueblos. Puede encontrar el número de teléfono en las *páginas blancas* de la guía de teléfonos. Busque Native Friendship en la N.

Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta

Ngoài ra, các Tổ chức văn hóa sắc tộc cũng có thể giúp bạn. Cơ Quan Bảo Tồn Văn Hóa Alberta (The Cultural Heritage Branch) có danh sách của các tổ chức này. Bạn có thể tìm số điện thoại của sở Văn Hóa Alberta (Alberta Culture) trong phần trang màu trắng của cuốn điện thoại niên giám. Phần hướng dẫn cách sử dụng điện thoại niên giám bắt đầu ở trang 7. Muốn gọi điện thoại đến Cơ Quan Bảo Tồn Văn Hóa, hãy tìm vần G cho chữ Government of Alberta (Chính quyền tỉnh Alberta), rồi tìm chữ Culture (Văn Hóa). Yêu cầu người trả lời điện thoại cho bạn nói chuyện với The Cultural Heritage Branch.

Ngoài ra, còn có nhiều Trung Tâm Hữu Nghị Bản Xứ (Native Friendship Centres) tại nhiều thành phố và thị trấn. Bạn có thể tìm số điện thoại trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám. Tìm vần N cho chữ Native Friendship.

Welcome to Alberta

歡迎來亞省

Finding your way

To find your way in your new town or city, you may need a map. You can buy a map at...

service stations

book stores

tourist information bureaus

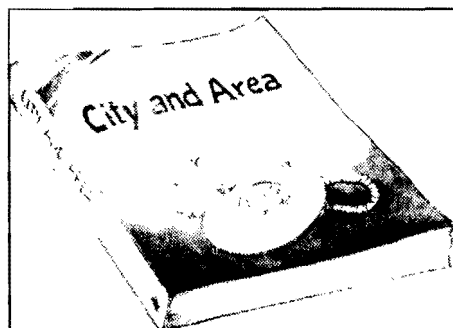
government departments of tourism

Using the dictionary

This book has a dictionary on page 29. Some words in this book are in **dark letters**. Dark letters mean you can find the word in the dictionary. The dictionary gives the meaning of the word and other helpful information.

Using the telephone book

To use this book, you need to know how to use the telephone book. The telephone book has two parts. The first part has *white pages*. The second part has *yellow pages*. Sometimes each part is in a separate book.



找尋地址

當你初到一個新的城鎮，要找尋地址時，一張地圖是必要的。出售地圖的地點一般為：

加油站

大小書店

旅遊服務中心

政府的旅遊部門

查閱小辭彙

本書小辭彙在第29頁，是本書一些名詞的註解，凡書中名詞印**黑體**的都可以在該辭彙中查到。

電話號碼簿

要使用這本書，你必須知道如何查電話簿。電話號碼簿分兩部份，一是**白頁**，一是**黃頁**，有時兩部份分別裝訂。

Witajcie w Albercie

Szukanie drogi

Posiadanie planu twojej miejscowości może ci bardzo pomóc w szukaniu drogi. Plan możesz kupić w:

stacjach benzynowych
księgarniach

biurach informacji turystycznej
rządowych departamentach turystyki.

Korzystanie ze słownika

Na stronie 29 niniejszej książki znajduje się słownik. Niektóre słowa w tekście zostały wyróżnione **tlustym drukiem**. Oznacza to, że słowa te znajdują się jako hasła w słowniku. Słownik wyjaśnia ich znaczenie i podaje inne użyteczne informacje.

Hasła polskiej części słownika są ustawione w kolejności, odpowiadającej alfabetycznemu porządkowi terminów angielskich.

Korzystanie z książki telefonicznej

Aby móc w pełni wykorzystać informacje zawarte w niniejszej książce, należy wiedzieć, jak korzystać z książki telefonicznej. Książka telefoniczna składa się z dwóch części. Pierwsza część ma *białe kartki* (white pages), natomiast druga część ma *żółte kartki* (yellow pages). Czasami obie części wydane są jako oddzielne tomy.

Bienvenidos a Alberta

Cómo orientarse

Para que usted pueda orientarse en su nuevo pueblo o ciudad, necesita un plano. Usted puede comprar un plano en:

estaciones gasolineras
librerías

oficinas de información turística
departamentos de turismo del gobierno

Cómo usar el diccionario

Este libro tiene un diccionario en la página 29. Algunas palabras en este libro están en **letras oscuras**. Las letras oscuras significan que usted puede encontrar esa palabra en el diccionario. El diccionario da el significado de la palabra y otras informaciones útiles.

Cómo usar la guía de teléfonos

Para usar este libro, usted debe saber cómo usar la guía de teléfonos. La guía de teléfonos tiene dos partes. La primera parte tiene *páginas blancas*. La segunda parte tiene *páginas amarillas*. A veces, cada parte viene en un tomo diferente.

Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta

Tìm đường

Muốn tìm đường ở một thành phố lạ, có lẽ bạn phải cần một bản đồ. Bạn có thể mua bản đồ tại . . .

Trạm xăng
Tiệm sách

Các văn phòng hướng dẫn du lịch
Các cơ quan du lịch của chính phủ

Xử dụng phần tự điển

Cuốn sách này có phần tự điển ở trang 29. Một số chữ trong sách được in đậm nét. Chữ được **đậm nét** có nghĩa là bạn có thể tìm thấy chữ này trong phần tự điển. Phần tự điển giải thích ý nghĩa của chữ và cho biết những chi tiết hữu ích khác.

Xử dụng cuốn điện thoại niên giám

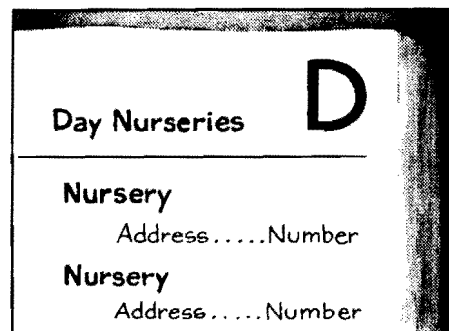
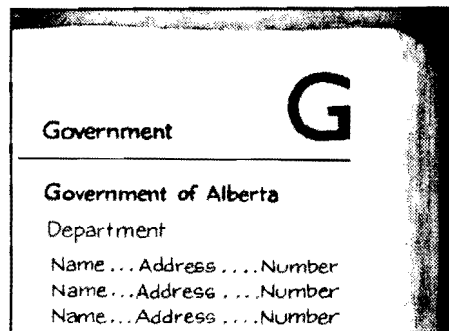
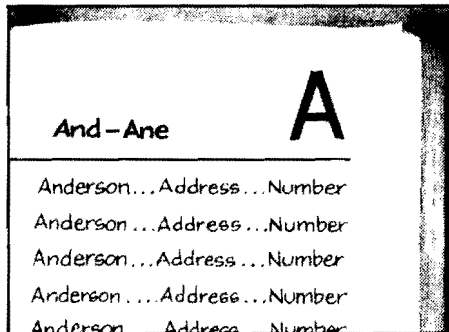
Muốn xử dụng được cuốn sách này, bạn cần phải biết cách xử dụng cuốn điện thoại niên giám. Cuốn điện thoại niên giám có hai phần. Phần đầu tiên là phần những trang màu trắng. Phần thứ hai là phần những trang màu vàng. Đôi khi mỗi phần được in trong một cuốn riêng biệt.

Welcome to Alberta

歡迎來亞省

Using the telephone book

The *white pages* list the names of people, businesses and government offices. People are listed by their family name. Look for the family name of the person you would like to telephone. Beside the person's name, you will find the address and telephone number.



To find the telephone numbers for government offices, look under G for Government of Alberta and Government of Canada. To find the telephone numbers for your city's or town's government offices, look under C for City, T for Town or V for Village. To find a business or organization, look under the first word of the business' name.

The *yellow pages* list businesses and services by the type of business.

電話號碼簿

白頁部份包括人名，商店，公司及政府單位等。人名是按姓一名的英文字母次序排列，地址及電話號碼列在人名之後。

聯邦政府及本省政府各部門，列在 G - Government 項下，市政府單位，列在 C - City 項下，鎮公所則列在 T - Town 項下，村公所則列在 V - Village 項下，商業單位及團體，則先查其英文名稱的第一字。

黃頁部份是把商行及服務業，按業務性質分別排列。

Witajcie w Albercie

Korzystanie z książki telefonicznej

Książka *white pages* wymienia nazwiska osób, nazwy przedsiębiorstw oraz biura rządowe. Ustawione są one w kolejności alfabetycznej. Jeśli chcesz znaleźć numer telefonu określonej osoby, szukaj w książce telefonicznej jej nazwiska. Obok nazwiska znajdziesz adres i numer telefonu.

Aby znaleźć numery telefonów biur rządowych, należy szukać pod literą G: Government of Alberta oraz Government of Canada. Numerów telefonów biur podległych władzom miejskim należy szukać pod literą C: City (duże miasto), albo T: Town (miasteczko), lub V: Village (wioska, osiedle). Aby znaleźć przedsiębiorstwo lub organizację, należy szukać według kolejności alfabetycznej pierwszego słowa nazwy instytucji.

Część *yellow pages* książki telefonicznej wymienia przedsiębiorstwa i firmy usługowe według ich rodzajów.

Bienvenidos a Alberta

Cómo usar la guía de teléfonos

Las *páginas blancas* tienen el listado de los nombres de personas, comercios y oficinas de gobierno. Las personas aparecen por sus apellidos. Busque el apellido de la persona a la que usted quisiera llamar. Al lado del apellido de la persona, encontrará la dirección y el número de teléfono.

Para encontrar los números telefónicos de las oficinas del gobierno, busque Government of Alberta o Government of Canada en la G. Para encontrar las oficinas municipales de su ciudad o pueblo, busque City (ciudad) en la C, o Town (pueblo) en la T, o Village (poblado) en la V. Para buscar un comercio o una organización, busque la primera palabra del nombre del comercio.

Las *páginas amarillas* tienen un listado de comercios y servicios de acuerdo con el tipo de comercio.

Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta

Xử dụng cuốn điện thoại niên giám

Phần trang màu trắng in tên người, cơ sở thương mại và các cơ quan chính phủ. Tên người được in theo họ trước, rồi đến tên riêng. Hãy tìm họ của một người bạn muốn gọi điện thoại. Bên cạnh tên người, bạn sẽ thấy địa chỉ và số điện thoại của người này.

Muốn tìm số điện thoại của các cơ quan chính phủ, bạn hãy tìm dưới vần G cho chữ Government of Alberta (Chính Quyền Alberta) và chữ Government of Canada (Chính Phủ Gia Nã Đại). Muốn tìm số điện thoại của cơ quan chính phủ nơi thành phố hay thị trấn bạn ở, hãy tìm vần C cho chữ City (Thành phố) vần T cho chữ Town (Thị trấn) hay vần V cho chữ Village (Làng, thôn). Muốn tìm số điện thoại của một cơ sở thương mại hay một tổ chức, hãy tìm vần đầu tiên của tên của cơ sở đó.

Phần trang màu vàng in tên các cơ sở thương mại và các dịch vụ theo từng loại thương mại.

Welcome to Alberta

歡迎來亞省

If you live in a small community

You may live in a town or village where there are few businesses or services. If your telephone book does not list the business or service you need, look in the telephone book of a larger town or city near you.

If there are no government offices in your town or village, you can still telephone government offices for free. Use the Regional Information Telephone Enquiry (R.I.T.E.) system and the Canada Service Bureau.

To use the R.I.T.E. system, telephone the R.I.T.E. operator. Look in the *white pages* under G for Government of Alberta. Tell the operator the name of the office you want to telephone.

If there is no R.I.T.E. operator in your town or village, there will be a Zenith number. This is a number you can use to telephone a R.I.T.E. operator.

如果你在 小村鎮定居

如果你是住在較小的村鎮，商號不多，你往往需要查閱鄰近較大市鎮的電話號碼簿。

如果你所居住的村鎮沒有政府機構辦事處，你仍可通過地區電話查詢系統 (R.I.T.E.) 以及加拿大服務局 (Canada Service Bureau) 撥通在亞省的各政府單位，而且是免費的。

地區電話查詢系統 (R.I.T.E.) 的號碼列在 G - Government of Alberta 項下，撥通後，告訴接綫員你要的政府單位，就可接通了。

如果你居住的村鎮，沒有地區電話查詢系統 (R.I.T.E.) 的接綫員，可以用 Zenith 號碼接通 R.I.T.E. 接綫員。

Witajcie w Albercie

Bienvenidos a Alberta

Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta

Jeśli mieszkasz w małej miejscowości

Może się zdarzyć, że będziesz mieszkać w małym miasteczku lub osiedlu, gdzie jest niewiele przedsiębiorstw i zakładów usługowych. Jeśli w książce telefonicznej nie znajdziesz zakładów, których potrzebujesz, poszukaj ich w książce telefonicznej najbliższego większego miasta.

Jeśli w twoim mieście lub osiedlu nie ma biur rządowych, możesz mimo wszystko telefonować do tych biur bezpłatnie. Wykorzystaj system Regional Information Telephone Enquiry (R.I.T.E.) (Regionalna Informacja Telefoniczna) oraz biuro Canada Services.

Aby skorzystać z systemu R.I.T.E. należy połączyć się z operatorem R.I.T.E. Numer telefonu można znaleźć w książce telefonicznej *white pages* pod literą G: Government of Alberta. Operatorowi należy podać nazwę biura, z którym chcesz się skontaktować.

Jeśli w twojej miejscowości nie ma operatora R.I.T.E., będzie podany numer Zenith. Jest to numer, który możesz wykorzystać do połączenia się z operatorem R.I.T.E.

Si usted vive en una pequeña comunidad

Puede ser que usted viva en un pueblo donde hay pocos comercios o servicios. Si su guía de teléfonos no tiene la lista de los comercios o de los servicios que necesita, busque en la guía de teléfonos de un pueblo más grande o de una ciudad que esté cerca.

Si no hay oficinas de gobierno en su pueblo, usted puede, de todos modos, llamar gratuitamente a las oficinas de gobierno por teléfono. Use el sistema de Información Telefónica Regional (Regional Information Telephone Enquiry, abreviado R.I.T.E.) y la Oficina de Servicios de Canadá (Canada Service Bureau).

Para usar el sistema R.I.T.E., llame al operador del R.I.T.E. Busque en las *páginas blancas* Government of Alberta en la G. Dígame al operador el nombre de la oficina con la cual usted quiere comunicarse.

Si no hay un operador R.I.T.E. en su pueblo, habrá un número Zenith. Este es un número que usted puede usar para comunicarse con el operador del R.I.T.E.

Nếu bạn sống tại một vùng nhỏ

Bạn có thể sống tại một thị xã hay một làng nơi mà có rất ít cơ sở thương mại hay các ngành phục vụ. Nếu cuốn điện thoại niên giám của vùng bạn ở không có tên của một cơ sở thương mại bạn cần, hãy tìm trong cuốn điện thoại niên giám của vùng lớn hơn gần nơi bạn ở.

Nếu không có cơ quan chính phủ nơi vùng bạn ở, bạn vẫn có thể gọi điện thoại miễn phí đến các cơ quan này. Hãy sử dụng hệ thống Regional Information Telephone Inquiry viết tắt là R.I.T.E. và The Canada Service Bureau.

Muốn sử dụng hệ thống R.I.T.E., bạn hãy gọi cho điện thoại viên của hệ thống này. Tìm trong phần trang mẫu trắng của điện thoại niên giám dưới vắn G cho chữ Government of Alberta (Chính quyền Alberta). Cho điện thoại viên biết tên của cơ quan bạn muốn gọi điện thoại đến.

Nếu không có điện thoại viên của hệ thống R.I.T.E. trong vùng bạn ở thì sẽ có số Zenith. Đây là số bạn có thể dùng để gọi điện thoại viên ở hệ thống R.I.T.E.

Welcome to Alberta

歡迎來亞省

If you live in a small community

To find the Zenith number, look in the *white pages* under G for Government of Alberta. When you find the number, dial 0 to talk to the telephone operator. Give the operator the Zenith number. You will be connected to the nearest R.I.T.E. operator. Tell the R.I.T.E. operator the name of the office you want to telephone.

If there are no Government of Canada offices in your town or village, you can use the Canada Service Bureau. Telephone 1-800-232-9481. The person who answers can connect you to any Government of Canada office.

如果你在 小村鎮定居

Zenith 號碼是在 G - Government of Alberta 項下。查到 Zenith 號碼後，先撥零 (0) 將 Zenith 號碼告訴接線員，她就會給你接通 R.I.T.E. 然後說明你要的政府單位就可以了。

如果當地沒有聯邦政府的辦事處，你可以通過加拿大服務局 (1-800-232-9481) 接通你要的聯邦政府單位。

Witajcie w Albercie

Jeśli mieszkasz w małej miejscowości

Aby znaleźć numer Zenith, szukaj w książce telefonicznej *white pages* pod literą G: Government of Alberta. Gdy znajdziesz numer, wykręć '0' aby połączyć się z operatorem. Podaj operatorowi numer Zenith. Zostaniesz połączony z najbliższym operatorem R.I.T.E. Operatorowi R.I.T.E. podasz nazwę biura, z którym chcesz się skontaktować.

Jeśli w twojej miejscowości nie ma biur Government of Canada, możesz wykorzystać Canada Service Bureau (Biuro Usług Rządu Kanady). Wykręć numer 1-800-232-9481. Osoba, która się zgłosi, może połączyć cię z dowolnym biurem Government of Canada.

Bienvenidos a Alberta

Si usted vive en una pequeña comunidad

Para encontrar el número Zenith, busque en las *páginas blancas* Government of Alberta en la G. Cuando usted tenga el número, marque 0 para hablar con el operador telefónico. Dígale al operador el número Zenith. El operador lo comunicará con el operador del R.I.T.E. más cercano. Dígale al operador del R.I.T.E. con qué oficina usted desea comunicarse.

Si no hay oficinas del Gobierno de Canadá en su pueblo, puede usar el Canada Service Bureau. Marque 1-800-232-9481. La persona que contesta el teléfono puede conectarlo con cualquier oficina del Gobierno de Canadá.

Chào Mừng Các Bạn Đến Alberta

Nếu bạn sống tại một vùng nhỏ

Muốn tìm số Zenith, bạn hãy tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới vần G cho chữ Government of Alberta (Chính quyền Alberta). Sau khi đã tìm được số này, hãy quay số 0 để liên lạc với điện thoại viên của tổng đài, cho người này biết số Zenith, bạn sẽ được nối đường dây đến điện thoại viên của hệ thống R.I.T.E. gần nơi bạn ở. Cho điện thoại viên của hệ thống này biết tên của cơ quan bạn muốn liên lạc.

Nếu không có cơ quan chính phủ liên bang Gia-Nã-Đại trong vùng bạn ở, bạn có thể sử dụng Canada Service Bureau để gọi điện thoại miễn phí. Số điện thoại là 1-800-232-9481. Nhân viên trả lời điện thoại sẽ nối đường dây cho bạn đến bất kỳ cơ quan nào của chính phủ liên bang Gia Nã Đại.

Community Services 社會服務機構

There are many **community services** that provide help and support to people living in Alberta. Many of these services date back to the 1800s when the first newcomers came to Alberta.

The first newcomers who came to Alberta settled with their families in small communities. Family members supported and helped each other through difficult times. In many ways, the community itself was like a large family with families helping other families through difficult times.

Around 1900, many small communities started to grow into towns and cities. People came to the cities looking for work. Many came alone without family or friends. They knew no one and, at first, had no place to stay. Later, if they lost their job or had other problems, they had no family or community to help them.

Churches and other groups started services to help these people. For example, the Young Men's Christian Association (Y.M.C.A.) and the Young Women's Christian Association (Y.W.C.A.) were started around this time. They gave newcomers a place to stay and also gave other kinds of help. In Edmonton and Calgary, the Y.W.C.A. started Travellers' Aid booths in the train stations. A Y.W.C.A. worker would answer questions, give advice and help newcomers as they got off the trains.

有許多社會服務機構對在亞伯達省居住的人民提供幫助和援助。有許多機構從十九世紀，當最早的移民來到亞伯達時起就有了。

最早的移民帶着他們的家眷來到亞伯達，定居在較小的社區。家庭的成員們互相支持和幫助，渡過了艱難的歲月。在許多方面，一個社區自己就像一個有許多家庭幫助其他家庭渡過艱難歲月的大家族。

在1900年左右，許多小的社區已經漸漸組合成鎮子和城市了。人們到城市裏找工作。許多人是單獨來的，並沒有家眷或朋友。最初，他們誰也不認識，也沒有逗留的地方。後來，如果他們失去了工作，或是其他的問題發生了，他們沒有家庭或社區來幫助他們。

一些教堂和其他組織開始設立幫助這些人的服務機構。例如：基督教青年會 (Y.M.C.A.) 和基督教女青年會 (Y.W.C.A.) 就是大約在這個時期組建的。他們給移民一個居住的地方，也幫助其他兒童。在埃德蒙頓和卡爾加里，基督教女青年會在火車站設立了旅行者援助攤位。一位基督教女青年會的工作人員會在移民們一下火車後回答他們的問題，提供意見和幫助他們。

Look in the dictionary (starting page 29) for words in dark letters.

粗體字可在本冊詞源表中查到(由第29頁始)。

Usługi Socjalne

Ludzie mieszkający w Albercie mogą korzystać z wielu rodzajów usług socjalnych, które służą pomocą i wsparciem. Wiele organizacji służb socjalnych rozpoczęło swoją działalność jeszcze w wieku XIX, gdy pierwsi osiedleńcy przybyli do Alberta.

Pierwsi przybysze w Albercie osiedlali się wraz z rodzinami w małych ośrodkach. Członkowie rodziny pomagali sobie nawzajem w trudnych czasach. Samo środowisko stanowiło w pewnym sensie wielką wspólnotę, w której rodziny pomagały innym rodzinom będącym w trudnościach.

Około roku 1900 wiele małych osiedli zaczęło przekształcać się w miasteczka i miasta. Ludzie wędrowali do miasta szukać pracy. Wielu z nich przybywało samotnie, bez rodzin ani przyjaciół. Na początku nie znali nikogo i nie mieli gdzie się zatrzymać. Jeżeli potem tracili pracę lub napotykali inne problemy, nie było w pobliżu społeczności ani rodziny, którzy mogliby pomóc.

Kościół i inne organizacje rozpoczęły prowadzenie akcji pomocy dla tych ludzi. W tym czasie, na przykład, powstały Chrześcijańskie Stowarzyszenie Młodych Mężczyzn (Y.M.C.A.) oraz Chrześcijańskie Stowarzyszenie Młodych Kobiet (Y.W.C.A.). Dały one przybyszom miejsce do zatrzymania się w mieście i pomoc innego rodzaju. W Edmonton i Calgary organizacje Y.W.C.A. rozpoczęły prowadzenie stoisk pomocy podróżnym na stacjach kolejowych. Pracownik Y.W.C.A. odpowiadał na pytania, dawał porady i służył pomocą przybyszom, którzy wysiadali z pociągu.

Objaśnienia haseł wyróżnionych tłustym drukiem znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Servicios Para la Comunidad

Hay muchos servicios para la **comunidad** que dan ayuda y apoyo a la gente que vive en Alberta. Muchos de estos servicios se remontan al siglo pasado cuando los primeros inmigrantes llegaron a Alberta.

Los primeros inmigrantes que vinieron a Alberta se instalaron con sus familias en pequeñas comunidades. Los miembros de la familia se apoyaron y ayudaron mutuamente durante las épocas difíciles. En cierto modo, la comunidad fue, en sí misma, como una gran familia en la cual unas familias ayudaban a otras en las épocas difíciles.

Alrededor de 1900, muchas comunidades pequeñas empezaron a crecer hasta transformarse en pueblos y ciudades. La gente fue a las ciudades en busca de trabajo. Muchas personas llegaron solas, sin familia ni amigos. No conocían a nadie y, al principio, no tenían dónde vivir. Luego, si se quedaban sin trabajo o tenían otros problemas, no tenían una familia o una comunidad que pudiera ayudarlos.

Las iglesias y otros grupos empezaron con algunos servicios para ayudar a estas personas. Por ejemplo, la Asociación Cristiana de Jóvenes, rama masculina (Y.M.C.A.) y femenina (Y.W.C.A.), empezaron en esta época. Dieron a los recién llegados un lugar para vivir y, además, otros tipos de ayuda. En Edmonton y en Calgary, la Y.W.C.A. empezó con las casillas de Ayuda al Viajero en las estaciones de trenes. Una empleada de la Y.W.C.A. respondía preguntas, daba consejos y ayudaba a los recién llegados en cuanto bajaban de los trenes.

*Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.*

Các Dịch Vụ Cộng Đồng

Ở Alberta, có nhiều dịch vụ **cộng đồng** giúp đỡ mọi người dân ở trong tỉnh. Một số lớn các dịch vụ này phát xuất từ thập niên các năm 1800 vào thời mà những di dân đầu tiên mới đến Alberta.

Những di dân đầu tiên đến Alberta sống với gia đình họ thành từng cộng đồng nhỏ. Mọi người trong gia đình giúp đỡ và đùm bọc lẫn nhau qua những lúc khó khăn. Mỗi cộng đồng như là một đại gia đình gồm các gia đình giúp đỡ lẫn nhau trong lúc khó khăn.

Vào khoảng năm 1900. Nhiều cộng đồng nhỏ bắt đầu lớn mạnh thành các thị trấn và thành phố. Người ta đến thành phố để tìm việc. Có nhiều người chỉ đến một mình không có bạn bè hay gia đình đến cùng. Đầu tiên họ không có chỗ ở và cũng không quen biết ai. Sau đó, nếu bị mất việc hay gặp khó khăn thì họ không có gia đình hoặc cộng đồng để giúp đỡ họ.

Nhà thờ và các đoàn thể khởi sự tổ chức các dịch vụ để giúp đỡ những người này. Chẳng hạn như, Hội Thanh Niên Cơ Đốc Giáo (Y.M.C.A.) và Hội Thanh Nữ Cơ Đốc Giáo (Y.W.C.A.) đã thành hình trong khoảng thời gian này. Họ giúp người mới đến chỗ ở và những giúp đỡ khác. Tại Edmonton và Calgary, Hội Y.W.C.A. lập ra trạm Giúp Đỡ Khách Đi Đường tại các nhà ga xe lửa. Nhân viên của hội Y.W.C.A. sẵn sàng trả lời các câu hỏi, giúp ý kiến và giúp người mới tới ngay khi họ vừa xuống xe lửa.

Tìm nghĩa của những chữ in đậm trong phần từ điển (bắt đầu trên trang 29).

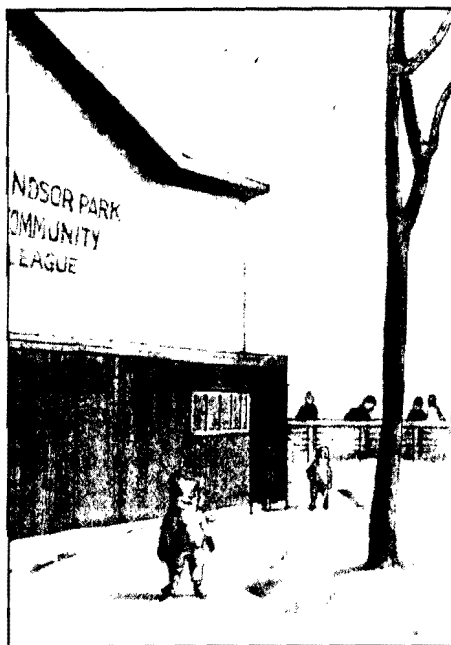
Community Services 社會服務機構

In 1919, the Alberta government started a program to help people in need. The program looked after health care and hospitals. It offered services for older people, **disabled** people, people with mental health problems, and people who did not have enough money to live on. The government also started a **social assistance** program. Through the program, the department helped families without enough money for basic needs.

Today

Today, the family and **community** are still important. Cities and towns are divided into areas called community leagues. Many community leagues have **community centres**. At the centres, there may be sports and social events, **day-care centres**, libraries and other services. Community leagues are often listed in the *yellow pages* under H for Halls. You can also ask people in your neighbourhood about the community league.

Today, there are hundreds of church and community services. Some community services are the Red Cross, Canadian Institute for the Blind (C.N.I.B.), Y.W.C.A., Y.M.C.A., Boy Scouts and Girl Guides. Many of the people who work for these organizations are **volunteers**.



在1919年，亞伯達省政府開始了一個方案，幫助有困難的人。這個方案照料健康問題和醫院。它對老年人、殘廢人、精神有問題的人、和不夠錢維持生活的人提供服務。政府也開始了一個社會援助方案，通過這個方案政府幫助不夠錢滿足基本需要的家庭。

今天

今天，家庭和社區仍然是重要的。城市和鎮子下面分區。許多區有社區中心。在這些中心裏可能會有運動會等社會事件，托兒所，圖書館和其他服務機構。社區的康樂中心常常列在黃頁電話簿，請在H頁查康樂中心Halls，你也向你的鄰居詢問有關社區的事。

今天，亞省有數百個教堂和社區服務機構。有些社區服務機構是紅十字會，加拿大盲人協會 (C.N.I.B.)，基督教女青年會，基督教青年會，男女童子軍。許多在這些組織裏工作人是自願的。

Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.

粗體字可在本冊詞彙表中查到(由第29頁始)。

Usługi Socjalne

W roku 1919 rząd Alberty rozpoczął program pomocy ludziom w potrzebie. Program ten dotyczył opieki zdrowotnej i szpitali. Służył pomocą ludziom starszym, ludziom **niepełnosprawnym** czy też mającym problemy psychiczne oraz tym, którzy nie mieli pieniędzy na przeżycie. Rząd zainicjował również program **pomocy socjalnej**. Poprzez ten program rząd pomagał rodzinom, które nie miały pieniędzy na podstawowe wydatki.

Obecnie

W obecnych czasach, rodzina i środowisko są nadal ważne. Miasta i miasteczka są podzielone na obszary środowiskowe zwane community league. Wiele z tych obszarów ma swoje **centra środowiskowe**. W centrach środowiskowych mogą być prowadzone imprezy sportowe i socjalne, mogą znajdować się ośrodki day-care, biblioteki i inne usługi. Obszary środowiskowe są wymienione często w książce *yellow pages* pod literą H: Halls. Możesz również zapytać ludzi mieszkających w sąsiedztwie o community league.

Dzisiaj istnieje kilkadziesiąt rodzajów usług socjalnych oferowanych przez kościoły i środowiska. Kilka z tych służb to: Czerwony Krzyż, Kanadyjski Instytut dla Niewidomych (C.N.I.B.), organizacje skautowskie dla chłopców i dziewcząt (Boy Scouts, Girl Guides). Wiele osób pracujących dla tych organizacji to **ochotnicy**.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **tlustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Servicios Para la Comunidad

En 1919, el gobierno de Alberta empezó un programa para ayudar a las personas necesitadas. El programa se ocupaba de la atención médica y de los hospitales. Ofrecía servicios a personas de edad, a **discapacitados**, a personas con problemas de salud mental y a personas que no tenían suficiente dinero para vivir. También el gobierno empezó un programa de **asistencia social**. Mediante este programa, el departamento ayudaba a familias que no tenían dinero suficiente para cubrir las necesidades básicas.

Hoy

Hoy, la familia y la **comunidad** son, todavía, importantes. Las ciudades y los pueblos están divididos en secciones que se llaman ligas de la comunidad (community leagues, en inglés). Muchas de las ligas de la comunidad tienen **centros comunales**. En los centros puede haber deportes y reuniones sociales, **guarderías**, bibliotecas y otros servicios. A menudo, las ligas de la comunidad se encuentran en las **páginas amarillas** como Halls, en la H. Además, usted puede preguntarle a las personas de su vecindad sobre la liga de la comunidad.

Hoy, hay cientos de iglesias y de servicios para la comunidad que ofrecen ayuda. Algunos de los servicios para la comunidad son la Red Cross (Cruz Roja), el Canadian Institute for the Blind (Instituto Canadiense para Ciegos, abreviado C.N.I.B.), la Y.W.C.A y la Y.M.C.A. (Asociación Cristiana de Jóvenes, rama femenina y masculina), los Boy Scouts (una agrupación para muchachos) y las Girl Guides (una agrupación para muchachas). Muchas de las personas que trabajan en estas organizaciones son voluntarios.

*Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.*

Các Dịch Vụ Cộng Đồng 2

Năm 1919, chính quyền Alberta thành lập một chương trình để giúp những người cần giúp đỡ. Chương trình này trông coi về vấn đề y tế và bệnh viện, giúp đỡ người lớn tuổi, người **tàn tật**, người bị bệnh tâm trí và những ai không có đủ tiền để sống. Chính phủ cũng thành lập một chương trình **trợ cấp xã hội**. Qua chương trình này, chính phủ giúp đỡ những gia đình không đủ tiền để đáp ứng nhu cầu cần bản.

Ngày nay

Ngày nay, gia đình và **cộng đồng** vẫn còn là điều quan trọng. Nhiều thành phố và thị trấn được chia thành nhiều vùng gọi là nhóm cộng đồng. Nhiều nhóm cộng đồng có các **trung tâm cộng đồng**. Tại đây có thể có những cuộc thi đấu thể thao, lễ lạc, vui chơi, có **nhà trẻ**, thư viện và những ngành phục vụ khác. Nhóm cộng đồng được in trong phần trang màu vàng của điện thoại niên giám dưới vần H chữ Halls. Bạn cũng có thể hỏi người láng giềng của bạn về nhóm cộng đồng.

Ngày nay, có hàng trăm dịch vụ của nhà thờ và cộng đồng. Một số dịch vụ cộng đồng này là Hội Hồng Thập Tự, Học Viện Dành Cho Người Mù (Canadian Institute for the Blind viết tắt là C.N.I.B.), Hội Thanh Nữ Cơ Đốc Giáo (Y.W.C.A.), Hội Thanh Niên Cơ Đốc Giáo (Y.M.C.A.), Hội Hướng Đạo và Hội Hướng Dẫn Thiếu Nữ. Có nhiều người **tình nguyện** làm việc cho các tổ chức này.

*Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).*

Community Services 社區服務機構

Today

There are also many government programs. For example, there are programs to help...
 people without enough money to live on
disabled people
 families and children
seniors
 unemployed people
 women
 Native Albertans
 newcomers

The government also helps fund some service organizations and community groups. For example, the Canadian and Alberta governments gave money to **immigrant aid organizations** to help write this book and the other Newcomer's Guides.

還有許多政府方案。例如，有些方案幫助：
 不夠錢維持生活的人

殘廢人

特別的家庭和兒童問題

老年人

失業的人

婦女

土著亞伯達人

移民

政府也為一些服務性組織和社區團體提供資金。
 例如，加拿大和亞伯達政府都給了**移民援助組織**錢來幫助寫這本小冊子和其他移民指導手冊。

*Look in the dictionary (starting page 29)
 for words in dark letters.*

粗體字可在本冊詞彙表中查到(由第29頁始)。

Usługi Socjalne

Obecnie

Istnieje również wiele programów rządowych. Są to, na przykład, programy pomagające:

ludziom, którzy nie mają pieniędzy na życie

ludziom **niepełnosprawnym**

rodzinom i dzieciom

ludziom starszym

kobietom

rodziny mieszkającym w Albercie

nowoprzybyłym.

Rząd również pomaga finansować niektóre organizacje i grupy środowiskowe. Na przykład rządy Kanady i Albery dały pieniądze **organizacjom pomocy emigrantom** jako pomoc w zrealizowaniu tej książeczki i innych książek serii "Poradnik dla nowoprzybyłych".

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str. 29.

Servicios Para la Comunidad

Hoy

Además, hay muchos programas del gobierno. Por ejemplo, hay programas para ayudar a:

la gente sin dinero suficiente para vivir

la gente **discapacitada**

las familias y los niños

las **personas de edad**

las personas desempleadas

las mujeres

los indígenas

los recién llegados

El gobierno, también, ayuda con dinero a algunas organizaciones de servicios y a grupos comunitarios. Por ejemplo, los gobiernos de Canadá y de Alberta dieron dinero a las **organizaciones de ayuda al inmigrante** para ayudar a escribir este libro y las otras Guías para Recién Llegados.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Các Dịch Vụ Cộng Đồng 2

Ngày nay

Ngoài ra còn có nhiều chương trình của chính phủ. Chẳng hạn như chính phủ có các chương trình giúp . . .

Người không đủ tiền để sinh sống

Người **tàn tật**

Gia đình và trẻ em

Người lớn tuổi

Người thất nghiệp

Phụ nữ

Dân bản xứ Alberta

Người mới đến

Chính phủ cũng giúp tài trợ cho một số tổ chức phục vụ và nhóm cộng đồng. Chẳng hạn như chính phủ Canada và chính quyền Alberta cấp tiền cho các **tổ chức giúp đỡ dân di trú** để viết cuốn sách này và những sách Hướng Dẫn cho Người Mới Tới khác.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Since there are so many service organizations and government services, we cannot tell you about all of them in this book. We can only list a few organizations and services.

In some cities, you can contact AID Services to find out about all the organizations and services in the city. The AID Services telephone number is listed inside the front cover of the *white pages*. Look under Emergency. When you telephone AID Services, explain your problem. AID Services will give you the names and telephone numbers of organizations that can help you.

If there are no AID Services where you live, another service organization may be able to **refer** you to the organization you want. For example, an **immigrant aid organization** may be able to refer you.

Alberta Social Services and Community Health can also give you information about many services. For example, it can give you information about **day-care centres**, **social assistance** and services for **seniors**. To find the telephone number for the district office of Social Services and Community Health, look in the *white pages* under G for Government of Alberta.

Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.

既然有這麼多的服務性組織和政府服務機構，我們不可能在這本小冊子裏全部都告訴你。我們只能列出一部份組織和服務機構。

在某些城市，你可接觸一下援助服務機構，就能查出這個城市所有的組織和服務機構。援助服務機構的電話號碼列在白頁電話簿的封裏，請在緊急情況一欄裏查。當你打電話給援助服務機構，請解釋你的問題，他們會把能夠幫助你的組織的電話號碼和名稱給你。

如果你住的地方沒有援助服務機構，其他服務組織也許能夠把你所要的組織指點給你。例如，**移民援助組織**也許能夠指點你。

亞伯達省社康服務中心也可以給你關於許多服務機構的資料。例如，它可以給你關於托兒所，社會援助和敬老院的資料。為了查到社康服務中心的區辦公室的電話號碼，請在白頁電話簿G頁查亞伯達省政府。

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje usługi

Jest tak wiele organizacji usługowych i służb rządowych, że nie jest możliwe omówienie ich wszystkich w tej książce. Możemy wymienić jedynie niektóre z nich.

W niektórych miastach możesz skontaktować się z agencją noszącą nazwę AID Services (Służby Pomocy), aby dowiedzieć się o wszystkich organizacjach i służbach działających w mieście. Numer telefonu agencji AID Services wymieniony jest na wewnętrznej okładce książki telefonicznej *white pages* pod hasłem Emergency. Gdy telefonujesz do tej agencji, wyjaśnij na czym polega twój problem. Agencja poda ci nazwy i numery telefonów organizacji, które mogą ci pomóc.

Jeżeli w twojej miejscowości nie ma agencji AID Services, inny ośrodek służący pomocą może **skierować** cię do organizacji, której potrzebujesz. Na przykład **organizacja pomocy emigrantom** może być w stanie odpowiednio cię skierować.

Wydział Alberta Social Services and Community Health może również udzielić informacji o wielu możliwych usługach. Na przykład może poinformować o ośrodkach day-care, ośrodkach pomocy socjalnej i służbach dla **seniorów**. Aby znaleźć numer telefonu dzielnicowego urzędu Social Services and Community Health, szukaj w książce *white pages* pod literą G: Government of Alberta.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Debido a que hay tantas organizaciones de servicios, y servicios de gobierno, no podemos hablarle a usted de todos ellos en este libro. Solamente podemos dar una lista de algunas organizaciones y servicios.

En algunas ciudades, usted puede ponerse en contacto con AID Services (servicios de ayuda) para conocer cuáles son todas las organizaciones y los servicios que hay en la ciudad. El número telefónico de AID Services se encuentra en la cara interna de la cubierta de la guía de las *páginas blancas*. Busque en Emergency (emergencia). Cuando usted llame a AID Services, explique su problema. AID Services le dará los nombres y los números de teléfono de las organizaciones que puedan ayudarlo.

Si no hay AID Services en el lugar donde usted vive, es posible que otra organización de servicios pueda **remitirlo** a la organización que necesita. Por ejemplo, una organización de ayuda al inmigrante podría derivarlo a otra parte.

Los Servicios Sociales y de Salud de la Comunidad de Alberta también puede darle información sobre muchos servicios. Por ejemplo, pueden darle información sobre **guarderías, asistencia social** y servicios para **personas de edad**. Para encontrar el número de teléfono de la oficina regional de Servicios Sociales y de Salud de la Comunidad, busque en las *páginas blancas* Government of Alberta en la G. Allí busque Alberta Social Services and Community Health.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Bởi vì có quá nhiều tổ chức phục vụ và dịch vụ của chính phủ chúng tôi không thể kể hết ra trong cuốn sách này. Chúng tôi chỉ có thể nêu ra một số tổ chức và văn phòng phục vụ điển hình.

Tại một số thành phố, bạn có thể liên lạc với văn phòng phục vụ AID để tìm hiểu về tất cả các tổ chức và văn phòng phục vụ trong thành phố. Số điện thoại của văn phòng này được đăng ở bên trong trang màu trắng của cuốn điện thoại niên giám trang màu trắng. Bạn hãy tìm dưới phần Emergency. Khi bạn gọi cho văn phòng AID, hãy giải thích cho họ biết vấn đề của bạn. Văn phòng này sẽ cho bạn tên và số điện thoại của các tổ chức có thể giúp bạn.

Nếu không có văn phòng AID trong vùng bạn ở thì một tổ chức phục vụ khác có thể **giới thiệu** bạn đến một tổ chức bạn muốn. Chẳng hạn như một **tổ chức giúp đỡ dân di trú** có thể giới thiệu bạn.

Sở Y Tế và Xã Hội Alberta cũng có thể cho bạn biết các chi tiết về các văn phòng phục vụ. Thí dụ như họ có thể cho bạn biết chi tiết về **nhà trẻ, trợ cấp xã hội** và các dịch vụ dành cho **người lớn tuổi**. Muốn tìm số điện thoại của sở Y Tế và Xã Hội trong vùng, bạn hãy tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới văn G chữ Government of Alberta.

Tìm nghĩa của những chữ **in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

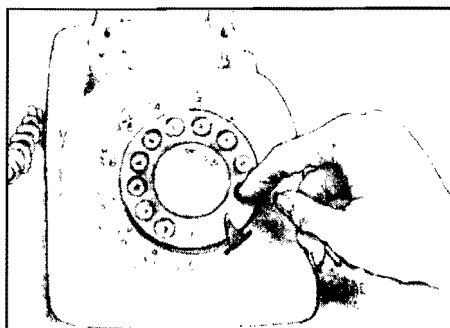
Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

3

Getting help through an organization or service

There are several steps to take if you need help from an organization...



- Telephone the organization. Explain your situation and ask if the organization can help.

- Ask if you can make an **appointment** for an **interview**. If you do not need an appointment, ask what hours the organization is open. You may have to wait or line up before your interview.
- Ask what papers and information you need to bring to the interview.

通過一個組織或一個服務機構得到幫助

如果你需要從一個組織得到幫助，有下列幾步手續

- 請先打電話給這個組織。向其解釋你的情形和詢問能否給予幫助。
- 徵求能否約定個時間會見。如果他說你不需要預先約定，則請問該組織何時開門。在你被接見以前，你也許不得不稍候或排隊。
- 請問問在被接見時，你是否需要攜帶甚麼文件或資料。

Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Otrzymywanie pomocy poprzez organizację lub służbę

Aby uzyskać pomoc od organizacji, należy podjąć następujące kroki:

- Zatelefonuj do organizacji. Wyjaśnij swoją sytuację i zapytaj, czy ta organizacja może ci pomóc.
- Zapytaj, czy możesz **umówić się** na **rozmowę** (wywiad). Jeżeli nie trzeba się umawiać, zapytaj w jakich godzinach organizacja urzęduje. Możliwe, że będziesz musiał czekać w kolejce zanim zostaniesz przyjęty.
- Zapytaj, jakie dokumenty lub zaświadczenia należy ze sobą przynieść.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **tłustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Cómo obtener ayuda a través de una organización o un servicio

Hay varios pasos que usted debe cumplir si necesita la ayuda de una organización:

- Llame por teléfono a la organización. Explique su situación y pregunte si la organización puede ayudarlo.
- Pregunte si debe solicitar una **cita** para una **entrevista**. Si usted no necesita una cita, pregunte con qué horario está abierta la organización. Es posible que usted tenga que esperar o hacer fila antes de la entrevista.
- Pregunte qué documentos e información usted necesita llevar a la entrevista.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Nhờ một tổ chức hay văn phòng phục vụ giúp đỡ

Có nhiều bước để tiến hành nếu bạn cần một tổ chức giúp đỡ . . .

- Hãy gọi điện thoại cho tổ chức này, giải thích hoàn cảnh của bạn và hỏi xem họ có thể giúp bạn được không.
- Hỏi xem bạn có thể lấy **hẹn** để được **phỏng vấn** hay không. Nếu không cần phải lấy hẹn thì hỏi xem giờ mở cửa của tổ chức. Bạn có thể phải đợi hoặc xếp hàng trước khi được phỏng vấn.
- Hỏi xem bạn cần mang theo giấy tờ gì.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần từ điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Getting help through an organization or service



- During your interview, a worker will ask you questions. The worker may ask for more information about your situation. If you do not speak English well, it is a good idea to bring an interpreter.

- You may have to show some **identification** and complete an **application form**. After answering the questions on the form, you may have to sign it to declare that all your answers are true. If you are asking for financial help, you may have to show that you **qualify** to receive benefits. For example, you may have to show that you are in financial need. If the worker says you do not qualify, you can **appeal** the decision. Ask the worker or the worker's supervisor how you can appeal.

通過一個組織或服務機構得到幫助

- 在你被接見時，工作人員會問你一些問題。該工作人員也許會向你詢問更多的有關情形。如果你的英語說得不好，最好帶一位翻譯。

- 你也許不得不出示你的**身份證**和填寫一份**申請表**。回答了表上的問題之後，你必須簽名以聲明你所有的回答是真實的。如果你要求經濟援助，你必須表明你有**資格**領取津貼。例如，你必須表明你有財政困難。如果該工作人員說你無資格領取，你可以為此決定而上訴。向該工作人員或他的上司詢問如何上訴。

Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Otrzymywanie pomocy poprzez organizację lub służbę

- Podczas rozmowy pracownik organizacji będzie zadawać ci pytania. Możliwe, że będzie niezbędne podanie dokładniejszych danych o twojej sytuacji. Jeżeli nie znasz dobrze języka angielskiego, postaraj się o pomoc tłumacza.
- Możliwe, że będziesz musiał pokazać **dowód tożsamości** i wypełnić **formularz podania**. Gdy już odpowiesz na pytania zawarte w formularzu, będziesz musiał złożyć swój podpis aby zadeklarować, że podane przez ciebie informacje są zgodne z prawdą. Jeżeli występujesz o pomoc finansową możliwe, że będziesz musiał udokumentować, że **kwalfikujesz** się do zasiłku. Na przykład będziesz musiał pokazać, że jesteś w potrzebie finansowej. Jeżeli urzędnik stwierdzi, że nie kwalifikujesz się do udzielenia pomocy, możesz **odwołać się** od tej decyzji. Zapytaj urzędnika lub jego przełożonego, w jaki sposób składać odwołanie.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **tłustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Cómo obtener ayuda a través de una organización o un servicio

- Durante su entrevista, un empleado le hará preguntas. El empleado le podrá preguntar más cosas sobre su situación. Si usted no habla bien inglés, es una buena idea ir con un intérprete.
- Puede ser que usted tenga que mostrar algún **documento de identidad** y rellenar un **formulario de solicitud**. Después de contestar las preguntas del formulario, es posible que tenga que firmarlo como declaración de que todas sus respuestas son verdad. Si usted pide ayuda financiera, tiene que demostrar que **reúne las condiciones** para recibir beneficios. Por ejemplo, usted tiene que demostrar que necesita ayuda financiera. Si el empleado le dice que usted no reúne las condiciones, usted puede **apelar** la decisión. Pregúntele al empleado, o al supervisor del empleado, cómo puede hacer para apelar.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Nhớ một tổ chức hay văn phòng phục vụ giúp đỡ

- Trong cuộc phỏng vấn, một nhân viên sẽ hỏi bạn nhiều câu hỏi. Người này có thể hỏi thêm chi tiết về hoàn cảnh của bạn. Nếu bạn không rành tiếng Anh thì cách tốt nhất là mang theo một thông dịch viên.
- Bạn có thể phải trình một số **giấy tờ chứng minh** và điền một tờ **đơn**. Sau khi trả lời các câu hỏi trong đơn, bạn có thể phải ký tên vào đơn để chứng minh những lời khai của bạn là đúng sự thật. Nếu bạn xin trợ cấp về tiền bạc thì có thể bạn phải chứng minh là bạn **hội đủ điều kiện** để nhận trợ cấp này. Chẳng hạn như, bạn phải chứng tỏ rằng bạn đang cần trợ cấp. Nếu nhân viên đó cho biết bạn không đủ điều kiện, bạn có thể **làm đơn xin cứu xét**. Hãy hỏi nhân viên này hay người trưởng phòng cách làm đơn.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Day-care centres

Day-care centres or day homes are places that will care for your children during the day. The law says children under 12 years old must be cared for by an adult or older child. If you work, go to school or have special needs, you can arrange to leave your children at a day-care centre.

To find out about day-care centres or day homes...

ask at a nearby school

ask **Alberta Social Services and Community Health**

ask an **immigrant aid organization**

look in the *yellow pages* under D for Day Nurseries

Day-care centres and day homes can be in private homes, schools, **community centres** or churches. They are usually open five days a week, Monday through Friday. They open early in the morning and usually stay open until 6:00 or 7:00 in the evening.

Most day-care centres have...

- full-time programs for children whose parents work or go to school full time Monday through Friday

Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.

日托托兒中心

日托托兒中心或日間托兒所是在白天照顧你孩子的地方。法律規定12歲以下的孩子必須由大人或者年長的孩子照顧。如果你要上班、上學或特殊的需要，你可安排在日間托兒所留下你的孩子。

要知道日托托兒中心或日間托兒所，請詢問：

附近的學校

亞伯達省社康服務中心

移民援助組織

查黃頁電話簿在D頁找日間托兒所

日托托兒中心和日間托兒所可設在私人家裏、學校、社區中心或教堂。它們通常一星期開五天，星期一至星期五。它們通常在早晨很早開門和一直到晚上六點或七點纔關門。

多數日托中心有：

- 全日托兒日程為從星期一至星期五全日要上班或上學的父母。

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Algunas Organizaciones y Servicios

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Ośrodki day-care

Ośrodki day-care, czyli ośrodki opieki dziennej lub domy dzienne, są to miejsca, w których zaopiekują się twoimi dziećmi w ciągu dnia. Zgodnie z prawem, dzieci w wieku poniżej 12 lat muszą mieć zapewnioną opiekę dorosłego lub starszego dziecka. Jeżeli pracujesz, chodzisz do szkoły lub masz inne zajęcia, możesz załatwić pozostawianie twoich dzieci w ośrodku day-care.

Aby dowiedzieć się więcej o ośrodkach zwanych day-care lub day home można: zapytać w najbliższej szkole zapytać w biurze **Alberta Social Services and Community Health** zapytać w **organizacji pomocy emigrantom** poszukać w książce *yellow pages* pod literą D: Day Nurseries.

Ośrodki opieki nad dziećmi mogą znajdować się w domach prywatnych, szkołach, **centrach środowiskowych** lub kościołach. Otwarte są one zwykle przez pięć dni w tygodniu, od poniedziałku do piątku. Otwierane są wcześniej rano i pozostają otwarte do godziny 6:00 lub 7:00 wieczorem.

Większość ośrodków day-care dysponuje:

- programami o pełnym wymiarze godzin dla dzieci, których rodzice pracują lub uczą się w pełnym wymiarze godzin, od poniedziałku do piątku.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Guarderías

Las **guarderías** (day-care centres, en inglés) u hogares diurnos, son lugares que pueden cuidar a sus hijos durante el día. La ley dice que los niños menores de 12 años deben ser cuidados por un adulto o por un niño mayor. Si usted trabaja, estudia o tiene necesidades especiales, puede decidir dejar a sus hijos en una guardería.

Para averiguar sobre las guarderías u hogares diurnos:

pregunte en una escuela cercana

pregunte en los **Servicios Sociales y de Salud de la Comunidad de Alberta**

pregunte en una **organización de ayuda al inmigrante**

busque en las *páginas amarillas* Day Nurseries en la D.

Las guarderías y los hogares diurnos pueden estar en casas privadas, en escuelas, en **centros comunales** o en iglesias. En general, están abiertas cinco días por semana, de lunes a viernes. Abren a la mañana temprano y, por lo general, permanecen abiertas hasta las 6 o las 7 de la tarde.

Lay mayoría de las guarderías tienen:

- programas para todo el día para los niños cuyos padres trabajan o estudian a tiempo completo de lunes a viernes

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Nhà trẻ

Nhà trẻ là nơi sẽ giữ con cho bạn vào ban ngày. Luật định rằng trẻ em dưới 12 tuổi phải có người lớn hay những em lớn hơn trông chừng. Nếu bạn đi làm, đi học hay bận công chuyện thì bạn có thể thu xếp để gửi con tại nhà trẻ.

Muốn tìm hiểu thêm về nhà trẻ bạn hãy . . .

đến hỏi nơi trường học gần nhà

hỏi **Sơ Y Tế và Xã Hội Alberta**

hỏi một **tổ chức giúp đỡ dân di trú**

tìm trong phần trang mẫu vàng của điện thoại niên giám dưới vấn D chữ Day Nurseries

Nhà trẻ có thể là trong nhà của tư nhân, trong trường học, **trung tâm cộng đồng** hay nhà thờ. Nhà trẻ thường mở cửa một tuần năm ngày, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu và thường mở cửa sớm vào buổi sáng và đóng cửa vào khoảng 6 giờ hay 7 giờ chiều.

Hầu hết các nhà trẻ đều có . . .

- Chương trình toàn thời gian dành cho trẻ em có cha mẹ đi làm hay đi học suốt tuần từ Thứ Hai đến Thứ Sáu.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần từ điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Day-care centres

- part-time programs for children whose parents work or go to school part time
- before and after school programs for school-age children
- drop-in programs for children whose parents need to leave them for a few hours at a time

The cost of day-care is different at every day-care centre. In 1984, leaving your child at a day-care centre every day, Monday to Friday, from morning until six o'clock in the afternoon, could cost about \$250 a month.

If you do not have enough money to pay for day-care, you can apply to Alberta Social Services and Community Health for a day-care **subsidy**. You will have to apply for this subsidy through your day-care centre.

When choosing a day-care centre, consider the...

- **Licence.** Does the day-care centre have a licence to show it meets government standards?
- **Location.** Is it easy for you to get to the day-care centre? Is it close to your home, school or work place?

Look in the dictionary (starting page 29) for words in dark letters.

日托托兒中心

- 非全日托兒日程，為非全日工作或上學的父母。
- 學校課程之前和之後，為學齡兒童的托兒日程。
- 監時托兒日程，為每次只需將孩子留下數小時的父母。

每一個日托托兒中心的費用是不同的。在1984年，每天把你的孩子留在托兒所，星期一至五，早上到下午六點鐘，要花費大約每月二百五十元。

如果你沒有足夠的錢付日托費用，你可向亞伯達省社康服務中心申請日托補助金。你必須通過你的日托托兒中心來申請這項補助金。

當你選擇日托托兒中心時，請考慮以下幾點：

- **執照。** 這個日托托兒中心是否有執照以示它達到了政府的標準。
- **地點。** 對你來說是否方便？是否離你的家，學校或工作的地方近？

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Ośrodki day-care

- programami o częściowym wymiarze godzin dla dzieci, których rodzice pracują lub studiują w niepełnym wymiarze godzin
- programami dla dzieci szkolnych, które przychodzą do ośrodka przed rozpoczęciem i po zakończeniu zajęć szkolnych
- programami noszącymi nazwę drop-in, dla dzieci, których rodzice chcą je tam czasami pozostawić na kilka godzin.

Koszt opieki w ośrodku day-care może być różny w różnych ośrodkach. W roku 1984 pozostawianie dziecka w ośrodku od poniedziałku do piątku, od rana do godziny szóstej po południu kosztowało około \$250 miesięcznie.

Jeżeli nie stać cię na opłacenie ośrodka day-care, możesz wystąpić do wydziału Alberta Social Services and Community Health o **dofinansowanie** na opiekę nad dzieckiem. Po dofinansowanie należy wystąpić przez ośrodek day-care, do którego uczęszcza twoje dziecko.

Sprawy, które należy rozważyć wybierając ośrodek day-care:

- **Zezwolenie.** Czy dany ośrodek posiada zezwolenie dla udowodnienia, że spełnia on państwowe wymagania?
- **Lokalizacja.** Czy usytuowanie ośrodka jest dla ciebie łatwo dostępne? Czy znajduje się on blisko twego domu, miejsca pracy lub szkoły?

Objaśnienia haseł wyróżnionych **tlustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Guarderías

- programas para medio día, para los niños cuyos padres trabajan o estudian a medio tiempo
- programas para antes o después de la escuela para los niños en edad escolar
- programas ocasionales para los niños cuyos padres necesitan dejarlos algunas horas de vez en cuando.

El costo de una guardería es diferente en cada una de ellas. En 1984, dejar a su hijo en una guardería todos los días, de lunes a viernes, desde la mañana hasta las 6 de la tarde, podía costar unos 250 dólares por mes.

Si usted no tiene dinero suficiente para pagar una guardería, puede solicitar a los Servicios Sociales y de Salud de la Comunidad de Alberta un **subsidio** para guardería. Usted tendrá que solicitar este subsidio a través de su guardería.

Al escoger una guardería, tenga en cuenta:

- **La licencia.** ¿Tiene la guardería una licencia que demuestre que cumple con las normas del gobierno?
- **La localización.** ¿Es fácil, para usted, llegar a la guardería? ¿Está cerca de su casa, de su escuela o de su lugar de trabajo?

Busque en el diccionario (empleza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Nhà trẻ

- Chương trình bán thời gian dành cho trẻ em có cha mẹ đi học hay đi làm bán thời gian.
- Chương trình trước và sau giờ học dành cho trẻ em ở tuổi đến trường.
- Chương trình drop-in dành cho trẻ em mà cha mẹ chỉ cần gửi chúng mỗi lần vài giờ.

Giá tiền giữ trẻ khác nhau tại mỗi nhà trẻ. Năm 1984, gửi con tại nhà trẻ mỗi ngày từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ sáng cho đến 6 giờ chiều giá khoảng \$250 một tháng.

Nếu không đủ tiền để trả tiền nhà trẻ thì bạn có thể làm đơn với Sở Y Tế và Xã Hội Alberta để xin tiền trợ cấp giữ trẻ. Bạn sẽ phải nộp đơn xin trợ cấp này qua nhà trẻ bạn gửi con.

Khi chọn một nhà trẻ, nên lưu ý . . .

- **Giấy phép.** Nhà trẻ này có giấy phép để chứng tỏ là đã đạt tiêu chuẩn của chính phủ không?
- **Địa điểm.** Có thuận đường cho bạn đến nhà trẻ không, có gần nhà, gần trường hay sở làm của bạn không?

Tìm nghĩa của những chữ in đậm trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

3



Day-care centres

- **Staff.** Are the people working at the day-care centre trained to look after children? How many people work at the centre? It is usually recommended that there are no more than seven children for each staff person.
- **Children.** How many children are enrolled at the day-care centre? If there are too many children, your child may not have space to play. How many children are the same age as your child?
- **Play area.** Is there a good place for your child to play? Are there toys for the children to play with?
- **Food.** Does the day-care centre provide meals and snacks?
- **Medical care.** What will the day-care centre do if your child becomes ill during the day?
- **Programs.** What educational programs does the day-care centre offer?
- **Waiting list.** At some day-care centres, you may have to wait several months before there is space for your children.

Look in the dictionary (starting page 29) for words in dark letters.

日托托兒中心

- **職員：**該日托中心的職員是否受過照料兒童的訓練？有多少人在該日托中心工作？據說最好是 一個職員照料不超過七個小孩。
- **兒童：**該日托中心已有多少兒童報名了？如果那裏太多孩子，你的小孩也許就沒地方玩了。有多少孩子與你的孩子年齡相同？
- **遊戲場：**是否有一個好地方給你的孩子玩耍？有無玩具給你的孩子玩？
- **食物：**該日托中心是否提供膳食和小吃？
- **醫療保健：**如果你的孩子病了，該日托中心會怎麼辦？
- **課程：**該日托中心提供些甚麼教學課程？
- **候補名單：**在有些日托中心，你也許要等候數月纔會有名額給你的孩子加入。

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Ośrodki day-care

- **Pracownicy.** Czy osoby pracujące z dziećmi mają do tego odpowiednie przygotowanie? Jak wiele osób pracuje w danym ośrodku? Zaleca się zwykle, aby na jedną osobę zatrudnioną przypadało nie więcej niż siedmioro dzieci.
- **Dzieci.** Jak wiele dzieci uczęszcza do danego centrum day-care? Jeżeli jest tam już za dużo dzieci, twoje dziecko może nie mieć miejsca do zabawy. Ile dzieci jest w wieku twojego dziecka?
- **Miejsce do zabawy.** Czy jest tam odpowiednie miejsce do zabawy dla twojego dziecka? Czy są tam odpowiednie dla dzieci zabawki?
- **Jedzenie.** Czy ośrodek przygotowuje posiłki i przekąski?
- **Opieka medyczna.** Czy ośrodek poradzi sobie, jeżeli twoje dziecko zachoruje w ciągu dnia?
- **Program.** Jakie programy edukacyjne dla dzieci są prowadzone w ośrodku?
- **Lista oczekujących.** W niektórych ośrodkach day-care trzeba będzie oczekiwać przez kilka miesięcy na wolne miejsce dla twojego dziecka.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Guarderías

- **El personal.** ¿Las personas que trabajan en la guardería están preparadas para cuidar a sus hijos? ¿Cuántas personas trabajan en la guardería? Se recomienda, en general, que no haya más de siete niños por cada persona que los atiende.
- **Los niños.** ¿Cuántos niños van a la guardería? Si hay demasiados niños, es posible que su hijo no tenga lugar para jugar. ¿Cuántos chicos hay que tienen la edad de su hijo?
- **El área de juegos.** ¿Hay un buen lugar para que su hijo juegue? ¿Hay juguetes con que los niños puedan jugar?
- **La comida.** ¿La guardería da comidas y algunos bocadillos?
- **La atención médica.** ¿Qué hará la guardería si su hijo se enferma durante el día?
- **Los programas.** ¿Qué programas educativos ofrece la guardería?
- **La lista de espera.** En algunas guarderías, usted tendrá que esperar durante varios meses antes de que haya lugar para sus hijos.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Nhà trẻ

- **Nhân viên.** Nhân viên làm việc tại nhà trẻ có được huấn luyện để giữ trẻ em không? Có bao nhiêu người làm việc tại đây? Thông thường, mỗi nhân viên không được giữ quá bảy em.
- **Trẻ em.** Có bao nhiêu em đến nhà trẻ? Nếu quá đông, có thể con bạn sẽ không có chỗ chơi đùa. Có bao nhiêu em cùng lứa tuổi với con bạn?
- **Chỗ chơi.** Có phải là chỗ tốt cho con bạn chơi không? Có nhiều đồ chơi cho các em chơi không?
- **Thức ăn.** Nhà trẻ có cung cấp thức ăn cho các em không?
- **Chăm sóc thuốc men.** Nhà trẻ sẽ làm gì nếu con bạn bị bệnh trong lúc đang ở tại nhà trẻ?
- **Chương trình.** Nhà trẻ sẽ dạy những chương trình gì cho các em?
- **Danh sách chờ đợi.** Tại một số nhà trẻ, bạn có thể phải đợi nhiều tháng trước khi họ có chỗ cho con bạn.

Tìm nghĩa của những chữ **in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

3

Day-care centres

If you want to use the day-care centre, you put your name on the waiting list and wait for the day-care workers to contact you. Sometimes, it can take months before the day-care contacts you. It is a good idea to get your name on the waiting list as soon as you know you will be needing day-care.

When your child starts at the day-care centre, tell the day-care worker...

your name, address and telephone number
the telephone number of where you are during the day

what time you will pick up your child

how often you plan to leave your child at the day-care centre

if your child must eat special foods or cannot eat certain foods

if your child has special problems, needs or must take **medicine**

your **Alberta Health Care Insurance** number

Telephone the day-care centre if you cannot pick your child up on time. If someone else is picking up your child, tell the centre who the person is.

日托托兒中心

如果你想使用日托中心，請你將你的名字放在候補名單上及等候日托中心的工作人員向你聯繫。有時要等候幾個月纔會有人向你聯繫。所以，一旦你知道將會需要日托服務，請儘早將你的名字列在候補名單上。

當你的孩子在日托中心開學時，請告訴日托工作人員：

你的名字，地址和電話號碼

你在白天的電話號碼

甚麼時候你來接你的孩子

你打算把孩子留在日托中心多少次

你的孩子必須吃甚麼特別的食物或不能吃某些食物

你的孩子有甚麼特別的問題，需要或必須服的藥

你亞伯達醫療保險的號碼

如果你不能準時來接你的孩子，請打電話給該日托中心。如果你委託其他人來接，也請打電話通知。移民組織的資料附錄在本冊的第34頁。

*Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.*

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Algunas Organizaciones y Servicios

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Ośrodki day-care

Jeżeli chcesz skorzystać z usług danego ośrodka day-care, wpisz swoje nazwisko na liście oczekujących i czekaj, aż pracownicy ośrodka skontaktują się z tobą. Czasami trwa to kilka miesięcy zanim otrzymasz wiadomość z ośrodka. Korzystne jest umieszczenie swojego nazwiska na liście oczekujących natychmiast jak tylko zorientujesz się, że trzeba będzie skorzystać z usług ośrodka day-care.

Gdy twoje dziecko zaczyna chodzić do ośrodka day-care, podaj pracownikowi ośrodka:

swoje nazwisko, adres i numer telefonu

numer telefonu, pod którym przebywasz w ciągu dnia

porę dnia, o której będziesz odbierać dziecko

Jak często planujesz pozostawiać dziecko w ośrodku

czy dziecko musi dostawać specjalne pożywienie, czy też jest coś, czego dziecko nie może jeść

czy dziecko ma jakieś problemy, potrzeby lub musi brać lekarstwa

swoj numer **Alberta Health Care Insurance**.

Jeżeli nie możesz odebrać dziecka

o wyznaczonym czasie, zatelefonuj do ośrodka.

Jeżeli ktoś inny odbiera dziecko, poinformuj ośrodek, kim jest ta osoba.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **tłustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Guarderías

Si usted desea hacer uso de la guardería, agregue su nombre a la lista de espera y espere que los empleados de la guardería se pongan en contacto con usted. A veces, pueden pasar meses hasta que los empleados de la guardería se pongan en contacto con usted. Es una buena idea anotarse en la lista de espera tan pronto como sepa que necesitará la guardería.

Quando su hijo empiece a ir a la guardería, dígame a los empleados de la guardería:

cuál es su nombre, su dirección y su número de teléfono

el número de teléfono del lugar donde usted está durante el día

a qué hora usted pasará a buscar a su hijo

con qué frecuencia usted piensa dejar a su hijo en la guardería

si su hijo debe comer alimentos especiales o no puede comer ciertos alimentos

si su hijo tiene problemas especiales, necesidades de algún tipo o debe tomar **medicamentos**

cuál es su número del **Seguro de Salud de Alberta**

Llame por teléfono a la guardería si usted no puede ir a buscar a su hijo a tiempo. Si otra persona va a buscar a su hijo, comuníquese a la guardería quién es esa persona.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Nhà trẻ

Nếu muốn gọi con vào nhà trẻ thì bạn hãy ghi tên vào danh sách đợi rồi đợi nhân viên nhà trẻ liên lạc với bạn. Đôi khi phải mất nhiều tháng trước khi nhà trẻ liên lạc với bạn. Vì vậy điều tốt nhất là ghi tên vào danh sách đợi ngay khi bạn biết mình sẽ cần đến nhà trẻ.

Khi con bạn mới vào nhà trẻ, bạn nên cho nhân viên nhà trẻ biết . . .

Tên, địa chỉ và số điện thoại của bạn

Số điện thoại ở nơi bạn có mặt vào ban ngày giờ nào bạn đến đón con

Con bạn có phải ăn loại thức ăn đặc biệt nào không hoặc loại thức ăn nào con bạn không ăn được

Con bạn có vấn đề, nhu cầu đặc biệt hay phải uống **thuốc** gì không

Số thẻ **Bảo Hiểm sức khỏe** của bạn

Hãy gọi điện thoại cho nhà trẻ nếu bạn không thể đón con đúng giờ được. Nếu người khác đón con thay bạn, hãy nói với nhà trẻ người đó là ai.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Day-care centres

If your child must take medicine, put your child's name on the medicine container. Give the medicine to the person looking after your child and tell the person how much and how often your child must take the medicine.

Family allowance

The Canadian government pays a family allowance to families with children. This is to help pay for the cost of raising a child. You can receive the allowance if at least one parent is a Canadian citizen or permanent resident. Visitors to Canada may receive family allowance cheques after they have lived, worked and paid income tax in Canada for one year.

To receive family allowance, you must complete an **application form**. You apply for the allowance when your child is born or when you and your children arrive in Canada. You then receive the allowance every month until your child is 18 years old. If your child starts earning money before then, the government will stop the allowance.

You can get a family allowance application form at post offices or in the hospital when your baby is born. You can also go to Health and Welfare Canada. To find the address and telephone number, look in the *white pages* under G for Government of Canada. Find H for Health and Welfare. Then find Family Allowance.

Look in the dictionary (starting page 29) for words in dark letters.

日托托兒中心

如果你的孩子需要服用藥物，那麼你便應要把孩子的名字寫在盛載藥物的容器上，然後把藥物交給替你照顧孩子的人，並把孩子的服藥時間及用量告訴他。

家庭津貼

爲了減輕教養子女的花費，所以加拿大政府支付津貼給每一個有子女的家庭。如果你的父母或其中一人是加拿大公民或是永久居民，你便可以領取這項津貼。在加拿大的旅客，如果在加拿大居住、工作及支付所得稅滿一年，他們也可以獲得這項津貼。

如果你希望獲得家庭津貼，你必須先填寫一份申請表。當你的孩子出生後或你和你的孩子到達加拿大後，你便可以申請這項津貼，此後你便會每月定期收到這項津貼，直到你的子女年滿十八歲時止。如果你的子女在十八歲以前已經開始工作，政府便會立即終止這項津貼。

你可在郵局或你孩子出生的醫院領取家庭津貼申請表。你也可以在加拿大健康福利部領取。要找到該部門的地址和電話號碼，可在白頁電話簿G的加拿大政府中查H健康福利部，然後找家庭津貼處。

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Ósrodki day-care

Jeżeli dziecko bierze lekarstwa, napisz nazwisko dziecka na opakowaniu lekarstwa. Daj lekarstwo opiekunce dziecka i powiedz jej, jakie należy stosować dawki i jak często.

Dodatek rodzinny

Rząd Kanady wypłaca **dodatek** rodzinny rodzinom posiadającym dzieci. Jest to pomoc w kosztach wychowania dziecka. Dodatek można otrzymać, jeżeli przynajmniej jedno z rodziców jest obywatelem kanadyjskim albo jedno z rodziców posiada status permanent resident. Osoby, które mieszkają w Kanadzie mając wizę na pobyt czasowy, mogą otrzymać dodatek rodzinny po okresie pracy i płacenia podatków w Kanadzie przez jeden rok.

Aby otrzymać dodatek rodzinny, musisz wypełnić **formularz podania**. O dodatek rodzinny występujesz zaraz po urodzeniu dziecka, albo po twoim i dzieci przyjeździe do Kanady. Otrzymujesz potem dodatek co miesiąc, aż do czasu, gdy dziecko skończy 18 lat. Jeżeli dziecko zaczyna zarabiać pieniądze przed ukończeniem 18 lat, rząd przestaje płacić dodatek.

Formularz podania o dodatek rodzinny możesz otrzymać na poczcie lub w szpitalu po urodzeniu dziecka. Możesz również zgłosić się do urzędu Health and Welfare Canada (Zdrowia i Opieki Społecznej). Aby znaleźć adres i numer telefonu tego urzędu, szukaj w książce *white pages* pod literą G: Government of Canada. Znajdź H: Health and Welfare, a potem Family Allowance.

Objaśnienia haseł wyróżnionych tłustym drukiem znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Guarderías

Si su hijo debe tomar un medicamento, escriba el nombre de su hijo en el envase del medicamento. Déle el medicamento a la persona que cuida a su hijo y dígame qué cantidad debe tomar su hijo, y cada cuánto tiempo debe hacerlo.

Subsidio familiar

El gobierno canadiense paga un **subsidio** familiar (family allowance, en inglés) a las familias con hijos. Esto es para ayudar con los gastos de crianza de un niño. Usted puede recibir el subsidio si, por lo menos, uno de los padres es ciudadano canadiense o residente permanente. Las personas con categoría de visitantes de Canadá podrán recibir cheques de subsidio familiar después de haber vivido, trabajado y pagado impuestos a los ingresos en Canadá durante un año.

Para recibir el subsidio familiar, usted debe rellenar un **formulario de solicitud**. Usted solicita el subsidio familiar cuando su hijo nace o cuando usted y sus hijos llegan a Canadá. Luego, usted recibe el subsidio todos los meses hasta que su hijo cumpla 18 años. Si su hijo empieza a ganar dinero antes de esa fecha, el gobierno dejará de pagarle el subsidio.

Usted puede obtener un formulario de solicitud de subsidio familiar en las oficinas de correo o en el hospital cuando su hijo nace. También, usted puede ir a Salud y Bienestar de Canadá (Health and Welfare Canada). Para encontrar la dirección y el número de teléfono, busque en las **páginas blancas** Government of Canada en la G. Allí busque Health and Welfare en la H. Luego busque Family Allowance.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en letras oscuras.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Nhà trẻ

Nếu con bạn phải uống thuốc, bạn hãy viết tên con vào chai thuốc. Đưa thuốc cho người giữ con bạn và nói cho người này biết số lượng thuốc và giờ nào con bạn phải uống thuốc.

Tiền phụ cấp gia đình

Chính phủ Canada cấp **tiền phụ cấp** gia đình cho những gia đình có con cái. Tiền này giúp một phần phí tồn nuôi con. Bạn có thể lãnh được trợ cấp này nếu ít nhất người cha hay mẹ là công dân Canada hoặc là dân thường trú. Những người nước ngoài đến Canada có thể lãnh phụ cấp gia đình sau khi họ đã sống, làm việc và đóng thuế ở Canada trong vòng một năm.

Muốn lãnh phụ cấp gia đình thì bạn phải làm **đơn**. Bạn nộp đơn xin phụ cấp khi con bạn vừa được sinh ra hay khi bạn và con mới đến Canada. Sau đó bạn sẽ nhận được tiền phụ cấp hàng tháng cho đến khi con bạn được 18 tuổi. Nếu con bạn bắt đầu làm có tiền trước đó thì chính phủ sẽ ngừng phụ cấp.

Bạn có thể lấy đơn xin phụ cấp gia đình tại bưu điện hay bệnh viện khi bạn mới sinh con. Bạn cũng có thể đến lấy đơn tại Sở Y Tế và An Sinh Xã Hội. Muốn tìm địa chỉ và số điện thoại, bạn hãy tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới văn G chữ Government of Canada. Rồi tìm văn H chữ Health and Welfare. Sau đó tìm chữ Family Allowance (Phụ Cấp Gia Đình).

Tìm nghĩa của những chữ in đậm trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Family counselling

There are organizations that can help families with marriage and family problems. People working at the organization will talk to you and try to help you solve your problems. To find out about these organizations, talk to **Alberta Social Services and Community Health**.

Immigrant aid organizations

These organizations help newcomers. Many of the people who work at **immigrant aid organizations** are newcomers. Many speak different languages. They can give advice, answer questions and help newcomers with their problems. For example, they help newcomers find...

housing

day-care centres

schools

jobs

lawyers

health care

other organizations that can also help

Immigrant aid organizations are listed at the back of this book on page 34.

*Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.*

家庭顧問

有些組織可以幫助你解決婚姻及家庭問題。組織裏的成員會與你會談及嘗試替你解決困難。欲想得到關於這些組織的資料，請與亞省社康服務中心聯絡。

移民援助組織

這些組織的宗旨是幫助移民，許多在這些組織裏工作的成員也是移民，他們大部份說不同的語言。他們可以向移民提供意見，回答諮詢及幫助解決個別問題。例如，他們可以幫助移民尋找：

房 屋

托兒中心

學 校

工 作

律 師

醫療保健

其他能夠幫助移民的組織

移民組織的資料附錄在本冊的第34頁。

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Porady rodzinne

W Albercie istnieją organizacje, które mogą pomagać rodzinom w rozwiązywaniu problemów małżeńskich i rodzinnych. Ludzie pracujący w tych organizacjach porozmawiają z tobą i będą starać się pomóc ci w twoich kłopotach. Aby dowiedzieć się o tych organizacjach, zwróć się do urzędu **Alberta Social Services and Community Health**.

Organizacje pomocy emigrantom

Organizacje te pomagają nowoprzybyłym. Wiele z osób pracujących dla **organizacji pomocy emigrantom**, to także niedawni przybysze. Wielu zna obce języki. Mogą poradzić, odpowiedzieć na pytania i pomóc nowoprzybyłym w ich problemach. Na przykład mogą pomóc znaleźć:

mieszkanie

ośrodek day-care

szkołę

pracę

prawnika

opiekę medyczną

Inne ośrodki służące pomocą.

Organizacje pomocy emigrantom są wymienione na końcu tej książki, na stronie 34.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Orientación para la familia

Hay organizaciones que pueden ayudar a las familias que tienen problemas matrimoniales y familiares. Las personas que trabajan en esas organizaciones hablarán con usted y tratarán de resolver sus problemas. Para averiguar sobre estas organizaciones, hable con los **Servicios Sociales y de Salud de la Comunidad de Alberta**.

Organizaciones de ayuda al inmigrante

Estas son organizaciones que ayudan a los recién llegados. Muchas de las personas que trabajan en las **organizaciones de ayuda al inmigrante** son inmigrantes ellos mismos. Muchos hablan diferentes idiomas. Ellos pueden aconsejar, contestar preguntas y ayudar a los recién llegados a resolver sus problemas. Por ejemplo, ayudan a los recién llegados a encontrar:

vivienda

guarderías

escuelas

trabajo

abogados

atención médica

otras organizaciones que también pueden dar ayuda.

Las organizaciones de ayuda al inmigrante se encuentran al final de este libro, en la página 34.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Cố vấn về gia đình

Có những tổ chức có thể giúp nhiều gia đình về vấn đề hôn nhân và gia đình. Nhân viên của tổ chức này sẽ nói chuyện với bạn và tìm cách giúp bạn giải quyết vấn đề. Muốn biết về các tổ chức này, bạn hãy liên lạc với **Sở Y Tế và Xã Hội Alberta**.

Các tổ chức giúp đỡ dân di trú

Các tổ chức này giúp đỡ người mới đến. Nhiều người làm việc tại đây là người mới đến. Nhiều người nói nhiều thứ tiếng khác nhau. Họ có thể giúp ý kiến, giải đáp thắc mắc và giúp người mới đến giải quyết khó khăn. Thí dụ như họ giúp người mới đến tìm . . .

Nhà ở

Nhà trẻ

Trường học

Việc làm

Luật sư

Bảo vệ sức khỏe

Các tổ chức khác có thể giúp đỡ bạn

Tổ chức giúp đỡ dân di trú được in ở phần cuối sách trên trang 34.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần từ điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

3



Meeting the needs of the disabled

There are also services to help the **disabled** learn new skills and find housing. For more information, talk to **Alberta Social Services and Community Health**. For information about housing for the disabled, talk to Alberta Housing. To find the telephone number, look in the *white pages* under G for Government of Alberta. Find H for Housing.

提供殘廢人仕的需求

有一些服務部門會幫助殘廢人仕學習新的技能及解決居住的問題。欲知詳情，請與亞省社康服務中心聯絡。關於殘廢人仕的居住問題，請向亞省住房部門查詢。欲知該部門的電話號碼，可查閱白頁電話簿中的 **G** 頁，尋找出亞省的政府部門，然後再按英文字母 **H** 在政府部門中找出住房部 **Housing**。

Services for seniors

There is an Alberta government office that can tell you about services for **seniors**. It is called the Senior Citizens Bureau. The telephone number is 427-7876. If you do not live in Edmonton, you can use the R.I.T.E. system to contact the office. For information on the R.I.T.E. systems, see page 9.

老年人服務

亞省有一個可以提供老年人服務的部門，名叫高齡公民處，它的電話號碼是427-7876。如果你不是居住在埃德蒙頓，你可以用 R.I.T.E. 系統與該處聯繫。關於 R.I.T.E. 系統的資料，請參閱本冊的第九頁。



Many cities and towns have senior citizen centres. These centres have social events for seniors. Many also have information on services for seniors in the **community**. To find the address and telephone number of a nearby senior citizen centre, look in the *white pages* under S for Senior.

許多城鎮都沒有老年人中心，這些中心會替老人們安排社區活動。此外，在許多社區中都可以得到關於老年人服務的資料。欲知附近老年人中心的地址及電話號碼，可查閱白頁電話簿的 **S** 頁中的老年人部份 **Senior**。

Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.

粗體字可在本冊詞彙表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Wychodząc naprzeciw potrzebom ludzi niepełnosprawnych

Śą w Albercie również służby pomagające osobom **niepełnosprawnym** w nauce nowego zawodu i w znalezieniu mieszkania. Aby dowiedzieć się więcej o tych służbach, skontaktuj się z biurem **Alberta Social Services and Community Health**. Informacje na temat mieszkań dla osób niepełnosprawnych możesz otrzymać w wydziale Alberta Housing (Wydział Mieszaniowy). Aby znaleźć numer telefonu, szukaj w książce *white pages* pod literą G: Government of Alberta. Znajdź H: Housing.

Usługi dla seniorów

W Albercie znajduje się biuro rządowe, które może udzielić informacji o usługach dla **seniorów**. Biuro to nosi nazwę Senior Citizens Bureau. Numer telefonu tego biura jest 427-7876. Jeżeli nie mieszkasz w Edmonton, możesz skorzystać z systemu R.I.T.E. aby tam zatelefonować. Informacja o systemie R.I.T.E. znajduje się na stronie 9.

W wielu miastach i miasteczkach znajdują się centra dla osób starszych. W centrach tych odbywają się imprezy dla seniorów. W wielu z nich jest dostępna informacja na temat świadczeń dla seniorów w **środowisku**. Aby znaleźć adres i numer telefonu pobliskiego ośrodka dla seniorów, szukaj w książce *white pages* pod literą S: Senior.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Ayuda a los discapacitados

También hay servicios para ayudar a los **discapacitados** (personas con problemas físicos) a aprender nuevas actividades y a encontrar vivienda. Para tener más información, hable con los **Servicios Sociales y de Salud de la Comunidad de Alberta**. Para tener información sobre vivienda para los discapacitados, póngase en contacto con el departamento de Vivienda de Alberta (Alberta Housing). Para encontrar el número de teléfono, busque en las *páginas blancas* Government of Alberta en la G. Allí busque Housing.

Servicios para personas de edad

Hay una oficina del gobierno de Alberta que puede informarle a usted sobre los servicios para **personas de edad** (seniors, en inglés). Se llama Senior Citizens Bureau. El número de teléfono es 427-7876. Si usted no vive en Edmonton, puede usar el sistema R.I.T.E. para ponerse en contacto con la oficina. Para información sobre el sistema R.I.T.E., vaya a la página 9.

Muchas ciudades y pueblos tienen centros para personas de edad. Estos centros organizan actividades sociales para personas de edad. Hay muchos que tienen también información sobre los servicios para personas de edad que existen en la **comunidad**. Para encontrar la dirección y el número de teléfono de un centro para personas de edad (senior citizen centre, en inglés) que esté cerca, busque en las *páginas blancas* Senior en la S.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Đáp ứng nhu cầu của người tàn tật

Ngoài ra còn có các dịch vụ để giúp người tàn tật học nhiều kỹ năng mới và tìm nhà ở. Muốn biết thêm chi tiết, hãy liên lạc với **Sở Y Tế và Xã Hội Alberta**. Muốn biết thêm chi tiết về nhà ở cho người tàn tật, hãy liên lạc với sở Alberta Housing. Muốn tìm số điện thoại, bạn hãy tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới văn G chữ Government of Alberta. Tìm văn H chữ Housing.

Các dịch vụ dành cho người lớn tuổi

Có một cơ quan chính phủ có thể cho bạn biết về các dịch vụ dành cho **người lớn tuổi** gọi là Senior Citizen Bureau. Số điện thoại là 427-7876. Nếu bạn không ở tại Edmonton thì bạn có thể sử dụng hệ thống R.I.T.E. để liên lạc với cơ quan này. Muốn biết thêm chi tiết về hệ thống R.I.T.E., bạn hãy xem trang 9.

Nhiều thành phố và thị trấn có các trung tâm dành cho người lớn tuổi. Trung tâm này thường có các buổi giải trí vui chơi dành cho người lớn tuổi. Nhiều trung tâm còn có chi tiết về các dịch vụ dành cho người lớn tuổi trong **cộng đồng**. Muốn tìm địa chỉ và số điện thoại của một trung tâm gần nhà, hãy tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới văn S chữ Senior.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

3

Services for seniors

The Alberta government has **subsidized** housing for seniors who need it. You can find out about this housing from a senior citizen centre or from the Senior Citizens Bureau.

Seniors more than 65 years old may receive reduced fares when travelling. For example, in most cities, seniors can receive bus passes at reduced cost. To find out about these bus passes, talk to your city transit department. Look in the *white pages* under C for City of; then find T for Transit.

Seniors more than 65 years old may also receive **retirement benefits**. If you have worked in Canada and paid into the Canada **Pension Plan** for at least five years, you can get Canada Pension Plan benefits. To find out more about the Canada Pension Plan, contact a Canada Pension Plan office. Look in the *white pages* under G for Government of Canada. If you have worked in Canada and paid into a private pension plan, you can also get a private pension when you **retire**.

老年人服務

亞省政府提供一些由政府補助的房屋給有需要的老年人，你可以向老年人中心或高齡公民處查詢有關資料。

那些年齡超過65歲的老人出外旅遊時，他們的車費可以得到減價優待。例如，在大部份的城市中，老人可以用較低廉的價錢購買公共汽車的乘車証。如欲獲得這類乘車証，請向運輸部門查詢。該部門的資料可查閱白頁電話簿中的 C 頁找出你居住的城市的名稱，然後再在該城市中，根據英文字母 T 便可找出運輸部門 Transit。

超過65歲的老人可以領取退休福利金。如果你曾經在加拿大工作及參與加拿大養老金計劃至少五年，你便可以享受養老金計劃的利益。關於養老金計劃的資料，請向加拿大養老金計劃部門查詢，該部門的資料可在白頁電話簿 G 頁中的加拿大政府部門查悉。如果你曾經在加拿大工作及參與私人的養老金計劃，那麼當你退休的時候，你也可以享用你的私人養老金。

*Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.*

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Usługi dla seniorów

Rząd Alberta **dofinansuje** mieszkania dla osób starszych, jeżeli zachodzi taka potrzeba. O tym systemie dofinansowania możesz dowiedzieć się w centrum dla seniorów albo w biurze Senior Citizens Bureau.

Osoby starsze w wieku powyżej 65 lat, mogą otrzymać zniżki na komunikację. Na przykład w większości miast, seniorzy mogą otrzymać bilety autobusowe po zniżonych cenach. Aby zasięgnąć informacji o tych biletach, zwróć się do wydziału komunikacji miejskiej. Szukaj w książce *white pages* pod literą C: City of, potem znajdź T: Transit.

Osoby w wieku powyżej 65 lat mogą również otrzymać **świadczenia emerytalne**. Jeżeli pracowałeś w Kanadzie i płaciłeś składki na fundusz emerytalny (Canada Pension Plan), przez co najmniej pięć lat, możesz otrzymać świadczenia emerytalne wypłacane przez Canada Pension Plan. Aby dowiedzieć się więcej o tej instytucji, skontaktuj się z biurem Canada Pension Plan. Szukaj w książce *white pages* pod literą G: Government of Canada. Jeżeli pracowałeś w Kanadzie i płaciłeś składki na prywatny fundusz emerytalny, możesz po **przejściu na emeryturę** również otrzymywać pieniądze z ubezpieczenia prywatnego.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Servicios para personas de edad

El gobierno de Alberta tiene viviendas **subsidiadas** para las personas de edad que tengan necesidad de ellas. Usted puede obtener información sobre estas viviendas a través de un centro para personas de edad o del Senior Citizens Bureau.

Las personas de más de 65 años de edad pueden obtener tarifas reducidas cuando viajan. Por ejemplo, en la mayoría de las ciudades, las personas de edad puedan comprar abonos de autobús a menor precio. Para averiguar sobre estos abonos de autobús, hable con el departamento de transporte urbano de su ciudad. Busque en las *páginas blancas* City of (ciudad de) en la C; allí busque Transit en la T.

Las personas de más de 65 años de edad también pueden recibir **beneficios jubilatorios**. Si usted ha trabajado en Canadá y ha pagado el Plan de **Jubilación** de Canadá (Canada Pension Plan) durante, por lo menos, cinco años, puede obtener los beneficios del Plan de Jubilación de Canadá. Para tener más información sobre el Plan de Jubilación de Canadá, póngase en contacto con la oficina del Plan de Jubilación de Canadá. Busque en las *páginas blancas* Government of Canada en la G. Si usted ha trabajado en Canadá y ha pagado un plan privado de jubilación, también puede obtener un jubilación privada cuando se **jubila**.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Các dịch vụ dành cho người lớn tuổi

Chính quyền Alberta có **trợ cấp** nhà ở cho người lớn tuổi cần nhà ở. Bạn có thể tìm hiểu thêm về nhà ở nói một tầm dành cho người lớn tuổi hay cơ quan Senior Citizens Bureau.

Những người trên 65 tuổi có thể được giảm giá vé khi đi chuyên. Chẳng hạn như tại hầu hết các thành phố, người lớn tuổi có thể được mua thẻ xe bus với giá rất thấp. Muốn biết thêm về loại thẻ xe bus này, hãy liên lạc với phòng vận chuyển thành phố. Tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới vần C chữ City of; rồi tìm vần T chữ Transit.

Người trên 65 tuổi còn có thể được lãnh **hưu bổng**. Nếu bạn đã làm việc tại Canada và đóng tiền cho Chương Trình **Hưu Trĩ** Canada trong vòng ít nhất là năm năm thì bạn được lãnh tiền hưu trĩ Canada. Muốn biết thêm về Chương Trình Hưu Trĩ Canada, bạn hãy liên lạc với một văn phòng của chương trình này. Tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới vần G chữ Government of Canada. Nếu bạn đã làm việc tại Canada và đóng tiền cho một chương trình hưu trĩ tư thì bạn cũng có thể lãnh được tiền hưu trĩ tư khi **về hưu**.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).

Some Organizations and Services

一些組織和服務機構

Services for seniors

Seniors more than 65, who have lived in Canada for at least 10 years, may also **qualify** for Old Age Security, Guaranteed Income Supplement and Alberta Assured Income Supplement. To find out about these benefits, talk to the Old Age Security office. Look in the *white pages* under G for Government of Canada.

Sexual assault centres

There are centres to help women, men and children who have been sexually assaulted. Many of the workers at the centres are sensitive and concerned **volunteers**. They can talk to victims and give advice on how to contact the police and get **medical** and **legal** help.

There are sexual assault centres in Edmonton, Calgary and Lethbridge. Look in the *white pages* under S for Sexual Assault. If you do not live in these centres, there may be other **community groups** that can help you. Ask an **immigrant aid organization** if there are other groups. You may also be able to talk to a sexual assault centre in the city nearest you.

老年人服務

在加拿大居住至少十年的超過65歲的老年人，也有資格領取老年保險金，保證收入補助金和亞伯達收入補助金。要想知道有關這些福利，請與老年保險辦公室談。請在白頁電話簿 G 頁裏查加拿大政府 Government of Canada 。

處理性攻擊中心

許多中心會幫助那些曾經遭受性攻擊的女性，男性及兒童。在中心裏工作的員工都是熱心的志願工作者，他們會與受害者會談及建議受害人向警方舉報，此外，這些中心也會對受害人提供醫藥及法律的援助。

在埃德蒙頓，卡爾加里和萊斯布里季都設有此服務中心。你可查閱白頁電話本 S 項得知有關中心的地址及電話。如果你的居所附近沒有此類服務中心，你可以向其他組織求助或向移民援助組織詢問，此外，你也可以向附近城市的處理性攻擊中心聯絡。

*Look in the dictionary (starting page 29) for words in **dark letters**.*

粗體字可在本冊詞匯表中查到(由第29頁始)。

Niektóre organizacje i usługi

Usługi dla seniorów

Osoby w wieku powyżej 65 lat, które mieszkały w Kanadzie przynajmniej przez 10 lat, mogą również kwalifikować się do otrzymywania zasiłków zwanych Old Age Security, Guaranteed Income Supplement lub Alberta Assured Income Supplement. Zwróć się do biura Old Age Security, aby dowiedzieć się więcej o tych świadczeniach. Szukaj w książce *white pages* pod literą G: Government of Canada.

Centra pomocy ofiarom napaści seksualnych

Centra te istnieją, aby pomóc kobietom, mężczyznom i dzieciom, którzy padli ofiarą napaści seksualnej. Wielu z pracowników tych ośrodków, to wrażliwi i głęboko zaangażowani ochotnicy. Rozmawiają oni z ofiarami napadów i udzielają porad, jak skontaktować się z policją oraz jak otrzymać pomoc lekarską i prawną.

Centra pomocy ofiarom napaści seksualnych znajdują się w Edmonton, Calgary i Lethbridge. Szukaj w książce *white pages* pod literą S: Sexual Assault. Jeżeli nie mieszkasz w żadnym z tych miast, w twojej miejscowości mogą być inne grupy **środowiskowe** pomagające w tych sprawach. Zapytaj w **organizacji pomocy emigrantom** o takie grupy. Możesz również zgłosić się do ośrodka pomocy ofiarom napaści seksualnej w najbliższym mieście.

Objaśnienia haseł wyróżnionych **łustym drukiem** znajdziesz w słowniku zaczynającym się na str. 29.

Algunas Organizaciones y Servicios

Servicios para personas de edad

Las personas de más de 65 años que han vivido en Canadá durante, por lo menos, 10 años, también pueden **reunir las condiciones** para la Pensión a la Vejez (Old Age Security), el Suplemento Garantizado de Ingreso (Guaranteed Income Supplement) y el Suplemento Asegurado de Ingreso de Alberta (Alberta Assured Income Supplement). Para averiguar sobre estos beneficios, pregunte en la oficina de Old Age Security. Busque en las *páginas blancas* Government of Canada en la G.

Centros para quienes han sido objeto de ataques sexuales

Hay centros para ayudar a las mujeres, a los hombres y a los niños que han sido objeto de ataques sexuales. Muchas de las personas que trabajan en esos centros son **voluntarios** comprensivos y preocupados por los casos. Ellos pueden hablar con las víctimas y aconsejarles sobre la manera de ponerse en contacto con la policía y obtener ayuda médica y **legal**.

Hay centros para quienes han sido objeto de ataques sexuales en Edmonton, en Calgary y en Lethbridge. Busque en las *páginas blancas* Sexual Assault (ataque sexual) en la S. Si usted no vive en estos lugares, es posible que haya otros grupos **comunitarios** que puedan ayudarlo. Pregunte en una **organización de ayuda al inmigrante** si hay otros grupos. También, usted podrá hablar en un centro para quienes han sido objeto de un ataque sexual, en una ciudad cercana al lugar donde vive.

Busque en el diccionario (empieza en la página 29) la palabras en **letras oscuras**.

Một Số Tổ Chức Và Văn Phòng Phục Vụ

Các dịch vụ dành cho người lớn tuổi

Người trên 65 tuổi đã ở Canada ít nhất là mười năm cũng có thể đủ điều kiện để lãnh tiền thuốc các chương trình Old Age Security, Guaranteed Income Supplement và Alberta Assured Income Supplement. Muốn biết thêm chi tiết về các loại tiền này, hãy liên lạc với cơ quan Old Age Security. Tìm trong phần trang màu trắng dưới văn G chữ Government of Canada.

Trung tâm dành cho nạn nhân bị hãm hiếp

Có nhiều trung tâm giúp đỡ phụ nữ, nam giới và trẻ em bị hãm hiếp. Nhiều nhân viên làm việc tại trung tâm là những người **tiềm nguyện** nhạy cảm và quan tâm đến vấn đề này. Họ có thể nói chuyện với nạn nhân và giúp ý kiến về cách làm thế nào để liên lạc với cảnh sát, xin giúp đỡ về vấn đề **thuốc men** và **pháp lý**.

Có nhiều trung tâm ở Edmonton, Calgary và Lethbridge. Tìm trong phần trang màu trắng của điện thoại niên giám dưới văn S chữ Sexual Assault. Nếu bạn không ở tại các vùng trên, có thể có các nhóm **cộng đồng** khác có thể giúp bạn. Hãy hỏi một **tổ chức giúp đỡ dân di trú** xem có những nhóm đó không. Bạn cũng có thể nói chuyện với một trung tâm gần thành phố bạn ở nhất.

Tìm nghĩa của những **chữ in đậm** trong phần tự điển (bắt đầu trên trang 29).