

Guia para os Primeiros Dias

Para os Recém Chegados
ao Ontário

Generosamente Apoiado por:



© Ontario Council of Agencies Serving Immigrants 2008

First Days in Ontario - Portuguese

TÁBUA DE CONTEÚDO

Introdução	1
Chegada ao Ontário	3
Habitação	6
Saúde	11
Emprego	16
Educação	20
Imigração e Cidadania	22
Serviços Legais	24
Comunidade e Recreação.....	26
Informação para Consumidores	28
Etapas Seguintes.....	35

BEM-VINDO/A AO ONTÁRIO!

Mudar para um país diferente pode ser difícil. Deixar para trás amigos e, por vezes, família, é duro. Há muitas coisas que podem ser diferentes do país que acabou de deixar. A escola, os cuidados de saúde, o trabalho e a lei podem parecer muito estranhos, dependendo de onde veio. Encontrar o seu caminho no Ontário pode levar muito tempo, especialmente se não tiver a informação certa e não souber o que fazer.

O guia Primeiros Dias foi escrito pelos funcionários da Settlement.Org, um portal da internet (website) para recém-chegados, por pessoas que todos os dias ajudam recém-chegados a instalarem-se. Ele responde às perguntas mais importantes que os recém-chegados fazem e ajuda-os a tomar os seus primeiros passos para tornar o Ontário o seu novo lar.

O guia Primeiros Dias diz-lhe o que precisa saber para as suas primeiras duas semanas no Ontário. Ele não responderá a todas as suas perguntas sobre a vida na província do Ontário. Mas ajuda-o/a nos seus primeiros passos. Há muitos outros locais onde pode encontrar informação e nós vamos indicá-los mais tarde. Se tem acesso a um computador, e à Internet, visite o website Settlement.Org, www.settlement.org para mais informação sobre alguma coisa que leia aqui ou para outras perguntas que possa ter.

Este guia tem muita informação. Pode ser difícil para si saber onde começar. Tire algum tempo e leia-o cuidadosamente para ter a certeza de que sabe as coisas que são importantes para si, e como proceder.

Algumas pessoas já têm amigos aqui que as podem ajudar nalgumas das tarefas importantes e explicar como funcionam algumas coisas no Canadá. Isto pode ser realmente útil. Mas, de qualquer forma, leia este guia para ter a certeza de que compreende, por si próprio/a, todas estas coisas importantes. Pode não ter um/a amigo/a à sua espera. Por isso há muitas coisas que terá de fazer por si próprio/a. Também há muitas coisas que pode fazer antes de vir para o Ontário e que o/a ajudarão.

Nas suas primeiras semanas no Canadá tem muitas coisas para fazer. Precisa de preencher muitos impressos do governo. Estes impressos irão ajudá-lo/a a obter coisas com nomes que você não compreende, como os seus SIN, OHIP, CCTB, etc. Você não tem de pagar por estes impressos. Muitas vezes, pode descarregá-los da Internet. Você não tem de pagar para ser ajudado/a a preencher estes impressos. Pode obter auxílio gratuito para isso junto de agências de acolhimento. Neste guia poderá saber como as contactar.

Este guia está organizado em secções, por tópicos, como o website da Settlement.Org. Nele encontrará uma lista das coisas que precisa de fazer nas suas primeiras semanas no Ontário. As secções deste guia explicam estas coisas com mais detalhe. Cada secção terá mais informação para si. Há links (ligações) para artigos mais extensos no website e informação sobre onde pode obter auxílio. A partir do website pode descarregar e imprimir os impressos mais importantes.

COISAS A FAZER NAS SUAS PRIMEIRAS SEMANAS

Você pode decidir o que fazer primeiro. Pode não necessitar de fazer todas as coisas. Por exemplo, se não tem filhos, não precisa de encontrar uma escola perto da sua casa. Há algumas coisas que deveria fazer imediatamente, como requerer o seu cartão de saúde ou o seu Social Insurance Number (SIN - Número de Seguro Social).

Pode ser que tenha amigos ou família na cidade onde quer viver. Eles serão uma grande ajuda para si. Eles podem mostrar-lhe onde tudo fica na cidade e ajudá-lo/a a encontrar um local para você ficar. Eles podem ajudá-lo/a a tomar conhecimento da sua nova comunidade.

- Encontrar um local para ficar
- Requerer um Social Insurance Number (SIN)
- Requerer um Health Card (Cartão de Saúde) (OHIP)
- Requerer um Child Tax Benefit (Dedução de Impostos por Criança)
- Abrir uma conta bancária
- Obter informação sobre como encontrar emprego
- Encontrar a Agência de Acolhimento mais próxima da sua casa
- Encontrar o Centro Comunitário de Saúde mais próximo da sua casa
- Encontrar o Centro de Recursos de Emprego mais próximo da sua casa
- Encontrar a Biblioteca Pública mais próxima da sua casa
- Obter informação sobre os direitos como empregado/a e inquilino/a
- Saber como fazer para matricular os seus filhos na escola
- Obter mapas das ruas e conhecer as carreiras dos autocarros
- Encontrar aulas de Inglês para si e para a sua família
- Saber onde fazer compras
- Procurar informação no www.settlement.org

QUANTO CUSTA INSTALAR-SE NO CANADÁ?

Pode custar mais do que pensa. A Citizenship and Immigration Canada (Cidadania e Imigração do Canadá) pede-lhe para mostrar uma “prova de fundos” quando você chega. Eles querem que você prove que tem dinheiro suficiente para se aguentar, a si próprio/a e à sua família, depois de chegar ao Canadá.

Mas o montante de dinheiro que eles querem que você possua não é, provavelmente, suficiente para ter uma vida como tinha no seu país. Muitos recém-chegados não encontram um emprego durante muitos meses. Levará tempo para você ter a sua nova vida aqui como a deseja.

Quando arranjar um apartamento, tem de pagar o primeiro e o último mês de renda antes de começar a habitá-lo. Alguns apartamentos têm mobília, mas a maior parte não tem. Você tem de comprar mobília para o seu apartamento. Poderá ter de comprar roupas de Inverno. Poderá ter de pagar transportes, telefone, alimentação, medicamentos, diversões... A lista de coisas a pagar é longa.

Os custos não são os mesmos em todas as cidades. Para ver alguns exemplos de quanto custa viver no Canadá, leia o artigo *What does it cost for a family of three to live in Canada? (Quanto custa, para uma família de três pessoas, viver no Canadá?)* em Settlement.Org em www.settlement.org/FD/01

Você deveria descobrir quanto custa viver na cidade em que se quer instalar. Traga tanto dinheiro quanto lhe for possível para ser mais fácil durante os primeiros meses.

CHEGADA AO ONTÁRIO

Enquanto passa pela Customs and Immigration (Alfândega e Imigração), pergunte ao/à oficial da Canadian Immigration (Imigração do Canadá) todas as perguntas que tiver sobre o seu estatuto de imigração ou de visto. Se deixar para mais tarde, pode ser mais difícil obter as respostas que precisa.

Se estiver a ler este guia antes da sua chegada, leia o artigo **Que documentos devo trazer comigo, ao entrar no Canadá?** www.settlement.org/FD/02

Se entrar pelo Aeroporto Internacional Lester B. Pearson, em Toronto, o quiosque dos Immigrant Reception and Information Services (IRIS – Serviços de Recepção e Informação aos Imigrantes) tem um pacote com informação útil para o/a ajudar. Ele informa o que você precisa de fazer primeiro quando chega ao Ontário e onde encontrar agências que ajudam os novos imigrantes.

Os funcionários do aeroporto podem dizer-lhe a melhor maneira de chegar onde planeia ficar. Os aeroportos têm, muitas vezes, autocarros, táxis e outras formas de o/a transportar para onde você precisa de ir. Dependendo de para onde vai, uns custam muito mais que outros, pelo que deve verificar junto dos funcionários do aeroporto, ou do serviço de transporte, antes de escolher.

CONHECER A SUA NOVA CIDADE

Você tem muitas coisas para fazer quando chega. Precisa de passar parte do seu tempo a conhecer a sua nova cidade. A melhor maneira para o fazer é proceder como se fosse turista!

Antes de chegar, obtenha informação para turistas sobre a cidade onde planeia instalar-se. Quando chega, passe uns dias a ver a cidade, de carro ou autocarro. Isto ajuda-o/a de muitas formas. Conhecer a sua nova cidade irá ajudá-lo/a a:

- ver onde se encontram diversos tipos de lojas
- encontrar a melhor forma de se dirigir a diferentes lugares
- saber que actividades e locais estão disponíveis para si

É uma excelente maneira de relaxar e recuperar da sua viagem, antes de começar todo o trabalho de se instalar na sua nova cidade.

SOBRE O ONTÁRIO

Clima

O Ontário é uma província grande, pelo que as temperaturas variam de região para região. As temperaturas podem ser diferentes até na mesma região. Habitualmente, Janeiro é o mês mais frio do ano e Julho o mais quente. Os locutores da rádio e TV dão as temperaturas em graus Celsius (C), mas por vezes também em graus Fahrenheit (F).

O ano é composto por quatro estações:

INVERNO – 21 DE DEZEMBRO A 19 DE MARÇO

No Inverno as temperaturas são baixas. É frequente haver neve. Durante os meses de Inverno (Dezembro, Janeiro e Fevereiro) a temperatura habitualmente permanece abaixo dos 0°C, dia e noite, na maior parte do país. Nalgumas partes da província as temperaturas podem cair abaixo dos -25°C. Na maior parte do Ontário a neve pode ficar no chão desde meados de Dezembro a meados de Março. Quanto mais para Norte for, mais longo e frio se torna o Inverno.

www.settlement.org/FD/24

PRIMAVERA – 20 DE MARÇO A 20 DE JUNHO

A Primavera é uma estação chuvosa na maior parte do Ontário. As temperaturas diurnas sobem ao longo da estação, mas as noites continuam frescas. As temperaturas diurnas médias andam à roda dos de 12°C em Março, Abril e princípios de Maio.

VERÃO – 21 DE JUNHO A 21 DE SETEMBRO

O Verão começa a 21 de Junho, mas para a maior parte dos habitantes do Ontário os principais meses de Verão são Julho e Agosto. No Verão, o clima é muito quente na maior parte do país. No sul do Ontário as temperaturas diurnas são habitualmente acima dos 20°C, subindo muitas vezes acima dos 30°C. O Verão pode ser quente e muito húmido. Você ouvirá na rádio e TV avisos sobre os problemas de saúde causados pelo calor, o Sol e o smog (bruma causada pela poluição).

OUTONO – 22 DE SETEMBRO A 20 DE DEZEMBRO

A estação do Outono (ou 'Fall', como é muitas vezes designada) começa em Setembro. O clima torna-se frio e as folhas de muitas árvores mudam de cor e caem. Também pode chover muito nesta altura do ano. Em algumas partes do norte do Ontário a neve pode começar a cair nos fins de Outubro. As temperaturas diurnas médias são à volta dos 10°C a 12°C na maior parte da província e tornam-se mais baixas à medida que o Inverno se aproxima. Os meses de Outono são Setembro, Outubro e Novembro.

Os Invernos no Ontário podem ser muito frios e com muito neve. Se vier de um país quente, terá um grande choque com o Inverno. Esta estação é tempo para diversões na neve, mas é importante conhecer os perigos e saber como se manter aquecido/a. Estas são as roupas de Inverno de que vai precisar:

- botas quentes
- um casaco grosso, à prova de vento
- um cachecol para usar à volta do pescoço e/ou da face
- luvas forradas
- roupa interior quente
- um chapéu que cubra as orelhas. Esta é uma parte importante da maneira como se veste para o Inverno, uma vez que as pessoas perdem a maior parte do calor do seu corpo pela cabeça.

Pode saber como vai ser o tempo na sua área ouvindo o rádio, vendo TV ou lendo o jornal diário.

ENCONTRAR AJUDA

Agências de acolhimento

Há muitas agências que o/a podem ajudar a iniciar a sua vida no Ontário. Elas são chamadas Agências de Serviços de Acolhimento ou para Imigrantes. Elas ajudam os novos imigrantes que chegam ao Ontário.

Logo que chega ao Ontário, procure uma agência de acolhimento perto de si. Elas ajudam-no/a a instalar-se na sua nova cidade. Pode ser que você tenha de ficar num hotel quando chegar. As agências de acolhimento podem ajudá-lo/a a encontrar o seu primeiro lugar para ficar. Também o/a podem ajudar a saber mais sobre a sua nova comunidade.

Você pode ouvir as pessoas chamarem a estes centros Agências ISAP, centros multiculturais ou agências de serviços a imigrantes. Você pode ter, ou não, este tipo de serviço no país de onde vem. No Canadá, as agências de acolhimento são gratuitas e sempre confidenciais. Estes são alguns dos serviços:

- Interpretação e tradução de documentos

- Ajuda para encontrar um lugar para ficar, classes de Inglês, emprego, programas de formação ou lugares para comprar comida, roupas ou mobília a baixo custo
- Ajuda no preenchimento de impressos e documentação
- Informação sobre outros recursos úteis na comunidade

Você pode procurar uma agência ou serviço de acolhimento quando chegar à sua nova comunidade, ou pode visitar a secção de Encontrar Ajuda Perto de Casa do website da Settlement.Org. www.settlement.org/FD/04

Centros de Informação para Recém-chegados (NIC)

Se você estiver em Toronto ou na Região de Peel, pode ir primeiro a um Newcomer Information Centre (NIC – Centro de Informação para Recém-chegados). Os NICs indicar-lhe-ão as agências comunitárias que o/a podem ajudar a instalar-se na Área da Grande Toronto. Procure na lista telefónica o NIC mais próximo de si.

Centros Comunitários de Informação

Se está à procura de informação sobre serviços comunitários, sociais, de saúde ou governamentais, telefone para o Centro Comunitário de Informação. Eles poderão ajudá-lo/a a encontrar um serviço gratuito perto da sua residência. O serviço deles é gratuito e confidencial. Você não precisa de lhes dar qualquer informação pessoal sobre si próprio/a.

Para encontrar o Centro Comunitário de Informação mais próximo, procure nas páginas azuis da lista telefónica. Procure a designação Community Information (Informação sobre a Comunidade). A lista telefónica mostrará o número de telefone e a morada do centro. Se não tem a certeza de como utilizar a lista telefónica, leia a secção de Como Utilizar a Lista Telefónica na secção de **Informação para Consumidores** deste guia.

Em muitas áreas, para obter informação sobre a comunidade, pode ligar para o 211 através do seu telefone.

CITIZENSHIP AND IMMIGRATION CANADA

(CIDADANIA E IMIGRAÇÃO DO CANADÁ)

Se tiver perguntas sobre o seu estatuto de imigração, depois de chegar ao Canadá, telefone ao Centro Telefónico da Citizenship and Immigration Canada (CIC).

Você pode obter informação através da mensagem gravada, 24 horas por dia, 7 dias por semana.

Se pretender falar com uma pessoa, telefone entre as 8:00am e as 4:00pm, de Segunda a Sexta-feira. Pode telefonar ao Centro Telefónico pelo **1-888-242-2100**. O Centro Telefónico só oferece serviços em Inglês e Francês.

HABITAÇÃO

ENCONTRAR UM LUGAR PARA FICAR

Se possível, tente arranjar, antes de chegar, um local onde vai ficar nas primeiras noites. Você pode contactar uma agência de viagens, no seu país, para encontrar e reservar um local para ficar em Toronto ou em outra cidade no Ontário.

Quando estiver na América do Norte, pode telefonar ao Tourism Ontario (Turismo do Ontário) pelo 1-800-ONTARIO (1-800-668-2746). O Tourism Ontario pode ajudá-lo/a a encontrar um quarto e fazer uma reserva. Este serviço é gratuito.

Você precisa de ficar nalgum sítio enquanto procura um local para viver. Pode procurar um hotel, cama e pequeno-almoço, hotel com apartamentos, um albergue para viajantes ou uma residência para estudantes, numa universidade ou num colégio. Pode ficar em albergues para viajantes ou em residências para estudantes durante dias, semanas ou meses, por menos dinheiro do que num hotel. Designa-se por 'cama e pequeno-almoço' um quarto na casa de uma pessoa, onde o/a dono/a lhe serve o pequeno-almoço todos os dias.

Se chegar ao Aeroporto Internacional Lester B. Pearson, em Toronto, sem um local para ficar, procure o sinal dos Immigrant Reception and Information Services (IRIS – Serviços de Recepção e Informação para Imigrantes) ou telefone para **905-672-3660**. Eles também têm informação sobre hotéis e locais para ficar perto do aeroporto. Os hotéis perto do aeroporto são caros, por isso tente encontrar hotéis mais perto da cidade.

Muitas das casas no Ontário são caras. A sua primeira casa pode não ser a casa que você deseja. Você precisa de tempo para compreender o mercado de aluguer e conhecer as áreas em que quer viver. Tente não gastar muito do seu dinheiro na habitação. A maior parte dos recém-chegados não encontra emprego durante muitos meses.

A maior parte dos especialistas diz para não gastar mais de um terço (33.3%) do seu rendimento total, antes de impostos, num local para viver.

OPÇÕES DE HABITAÇÃO

Você pode poupar dinheiro se partilhar um apartamento, ou casa, com outras pessoas. Os estudantes e os jovens fazem isto muitas vezes, mas os adultos também podem fazê-lo para poupar dinheiro.

Você paga quantias diferentes de renda consoante o local da cidade. Habitualmente, os custos de aluguer são mais altos perto do centro de uma cidade grande. Informe-se tanto quanto possível sobre o mercado de aluguer antes de chegar.

Perguntas a fazer antes de alugar:

- O apartamento fica perto do autocarro, eléctrico ou metropolitano?
- Que outros serviços existem perto? (escolas, lojas, lavandarias, parques, parques infantis, centros comunitários, clínicas médicas, igrejas)
- O apartamento é sossegado?
- Como são os outros inquilinos?
- Se tiver carro, há lugar para estacionamento?
- A vizinhança é segura?
- Se tiver filhos, fica perto de uma escola?
- Paga extra pelo aquecimento e electricidade?

RECURSOS

Eis alguns dos recursos onde pode descobrir mais sobre a habitação antes de vir para o Ontário.

Serviços de Aluguer de Imóveis: Estes serviços também são chamados de Gestão de Propriedades de Aluguer ou Localizadores de Propriedades de Aluguer. São companhias que auxiliam os senhorios a encontrar novos inquilinos. Pode contactá-los para o/a ajudar a encontrar um sítio para viver – pagando honorários.

Pergunte-lhes quais os serviços que prestam. Devolvem-lhe o dinheiro se você não estiver satisfeito/a com o serviço deles? Se não o fizerem, **não** pague quaisquer honorários e não use os serviços deles.

Relocate Canada: É um guia online (na internet) para pessoas a regressarem ou mudarem-se para o Canadá. Você pode procurar a cidade que quer e encontrar informação sobre a habitação, cuidados com as crianças, clima, despesas e muitas outras coisas. Você também pode descarregar uma lista de telefones para a cidade que quer.
www.settlement.org/FD/03

Páginas Amarelas: As "Páginas Amarelas" são uma secção da lista telefónica que publica as empresas e as firmas profissionais por ordem alfabética. As empresas estão organizadas por categorias. Na Internet você pode pesquisar os Serviços de Aluguer de Imóveis através das Páginas Amarelas em www.settlement.org/FD/18.

Anúncios Classificados: A maior parte dos jornais do Ontário tem uma secção de Classificados onde muitos senhorios listam casas para alugar ou em lease (contrato a prazo). Habitualmente, os senhorios listam os seus apartamentos um mês antes de quererem que alguém os habite.

A leitura destes anúncios irá ajudá-lo/a a saber mais sobre o custo e a disponibilidade do tipo de casa que quer. Você pode encontrar estes anúncios classificados de habitação nos websites de muitos dos jornais do Ontário.

Habitualmente, terá de esperar até chegar para encontrar uma casa aqui, se for você próprio/a a abordar os senhorios. Você pode telefonar a um/a senhorio/a antes de chegar ao Ontário, mas não espere ter um apartamento à sua espera. A maior parte dos senhorios quer encontrar-se consigo, pessoalmente, antes de lhe alugar o apartamento ou a casa.

Agências de Acolhimento

Depois de chegar ao Ontário, pode contactar uma agência de acolhimento na sua nova comunidade. Elas prestam muitos serviços aos recém-chegados. Elas podem ajudá-lo/a a encontrar habitação, emprego e muitos outros serviços ou informação de que necessita para o/a ajudar a instalar-se na sua nova comunidade.

Algumas pessoas chamam a estes centros Agências ISAP, centros multiculturais ou centros de serviços a imigrantes. Todos estes nomes significam a mesma coisa. Eles ajudam os novos imigrantes no Ontário.

Pode visitar uma agência de acolhimento quando chegar à sua nova comunidade.

Pode encontrar uma lista de agências na secção Encontrar Auxílio Perto de Casa da Settlement.Org, www.settlement.org/FD/04

Centros de Auxílio para Habitação

Muitas comunidades têm Centros de Auxílio para a Habitação para ajudar as pessoas a encontrar habitação a baixo custo. Você só pode usar este serviço depois de chegar ao Ontário. As pessoas que não têm muito dinheiro usam este serviço. Uma agência de acolhimento pode ajudá-lo/a a encontrar o Centro de Auxílio para a Habitação na sua cidade.

Os serviços deles incluem:

- ajudá-lo/a a procurar habitação
- informação sobre serviços legais e sobre o Residential Tenancies Act (Lei do Inquilinato Residencial) – a lei que protege os inquilinos
- informação sobre como orçamentar do seu dinheiro
- ajudar os inquilinos a falar com assistentes sociais, prestadores de assistência legal, serviços de habitação social e gerentes de propriedades
- listas de senhorios privados
- informação e educação para senhorios
- ajudá-lo/a a requerer Habitação Social
- informação sobre albergues / abrigos
- ajudá-lo/a a encontrar programas que respondem a outras necessidades, tais como alimentação, vestuário ou saúde

Quadros de Afixação

Você pode encontrar quadros de afixação em centros comunitários, lavandarias, mercearias e outras empresas locais. Estes quadros de afixação têm, muitas vezes, informação sobre habitação para arrendar.

A maior parte das universidades e colégios tem quadros de afixação para habitação, websites (páginas especiais na internet) e escritórios de habitação para auxiliar os seus estudantes a encontrar habitação para arrendar. Se você é estudante, verifique estes quadros de afixação nos serviços de habitação do colégio ou da universidade. Eles são uns bons recursos.

Por vezes pode ver sinais de **"For Rent" (Para alugar)** ou **"Vacancy" (Vago)** em frente de prédios de apartamentos ou em janelas de casas com quartos ou apartamentos para alugar. Também pode perguntar aos superintendentes dos prédios de apartamentos se haverá algum apartamento vago dentro de pouco tempo. Peça-lhes para inscreverem o seu nome numa lista de espera.

A família e os amigos sabem, muitas vezes, de locais para arrendar. Diga-lhes que está à procura.

Procure primeiro em prédios mais pequenos, senhorios com apartamentos ou quartos para alugar nas suas casas. Algumas companhias grandes de alugueres querem que você lhes indique nomes de pessoas da cidade que o/a conhecem. Ou podem querer que você pague um depósito grande em dinheiro antes de lhe alugarem uma habitação.

Saiba mais aqui: Onde posso encontrar uma casa ou um apartamento para alugar?
www.settlement.org/FD/05

DOCUMENTOS E REQUERIMENTOS

Você pode precisar de dar estes documentos com um requerimento de aluguer:

- uma carta da sua entidade patronal indicando o seu salário
- uma declaração de um banco a mostrar que você tem dinheiro suficiente
- uma verificação de crédito
- um/a fiador/a ou consignatário/a (uma pessoa que promete pagar a sua renda se você não a puder pagar), se o seu rendimento for baixo ou se você não tiver um rendimento fixo

- referências pessoais, tais como senhorios anteriores, amigos, funcionário/a de serviços de acolhimento ou instrutor/a de língua

Alguns imigrantes e refugiados novos têm pouco dinheiro, nenhum emprego e conhecem muito poucas pessoas no Ontário, não podendo providenciar todos estes documentos.

DEPÓSITOS

Habitualmente, tem de pagar um depósito para o último mês de renda antes de entrar para a habitação. Pode pagá-lo em dinheiro, cheque, cheque certificado ou ordem bancária. Peça sempre um recibo.

Se a água, electricidade ou o gás (no Canadá designadas como 'utilities') não estiverem incluídos na renda, deve contactar a companhia respectiva para abrir uma conta e começar a fornecer os serviços.

Não pague mais que a renda do primeiro e do último mês como depósito. Deve obter um recibo escrito. O/A seu/sua senhorio/a tem de lhe pagar o juro, cada ano, relativamente ao depósito. O/A senhorio/a paga-lhe o depósito e o juro em dívida quando você sair. Este é o único tipo de depósito que a lei permite.

É ilegal um senhorio pedir a um/a inquilino/a para pagar um "depósito de segurança" para cobrir possíveis danos, ou "dinheiro pela chave" que seja mais que o custo de substituir as chaves.

“LEASE”

Quando o senhorio aprovar o seu requerimento, ele está pronto para lhe arrendar um apartamento. Depois você assina um contrato de arrendamento ou uma "lease". Ambos são um acordo legal entre si (o/a Inquilino/a) e a pessoa ou companhia a quem você arrenda (o Senhorio). Algumas vezes, o Senhorio não lhe pedirá para assinar uma "lease". Isto chama-se "renda mês a mês".

Você pode escolher assinar um lease ou alugar mês a mês. Em ambos os casos, você e o seu senhorio têm de obedecer às leis do Residential Tenancies Act.

Leia o seu lease cuidadosamente. Você deve concordar com todas as afirmações contidas na "lease" antes de a assinar.

Uma "Lease" indica:

- quanto tempo dura o contrato (habitualmente 12 meses)
- quanto você tem de pagar de renda
- quando a renda aumenta
- o que está incluído na renda (por exemplo: estacionamento ou serviços de água, electricidade ou gás)
- outra informação e regras sobre o apartamento

No fim da "lease", você pode renová-la ou arrendar mês a mês. Não tem que assinar uma nova "lease". Se quiser sair, deve escrever uma carta ao senhorio 60 dias antes de sair, para dizer que vai sair.

Um/a Inquilino/a deve:

- pagar a renda a tempo. A renda é, habitualmente, devida no primeiro dia de cada mês, mas a sua "lease" dirá quando é devida.
- manter o apartamento limpo e colocar o lixo no lugar adequado.
- não deixar outras pessoas viver no apartamento. (Os visitantes podem ficar consigo por alguns dias, mas não por um longo período de tempo).
- não perturbar os outros inquilinos.

Os Inquilinos têm o direito a:

- uma casa limpa, com boa manutenção, electricidade, água corrente, electrodomésticos que funcionem (frigorífico e fogão) e aquecimento.
- Privacidade. O senhorio tem de lhe dar uma carta de aviso 24 horas antes de entrar no seu apartamento, a menos que se verifique uma emergência (por exemplo: incêndio)
- terminar o seu arrendamento dentro do período permitido na “lease” ou por lei.

Depois de entrar na sua casa, elabore um plano do que fazer se ocorrer um incêndio. Depois pratique esse plano com a sua família. Verifique se o seu alarme de fumos funciona. Nunca remova as pilhas, excepto para as substituir.

Habitualmente, é boa ideia ter seguro de inquilino para a sua habitação.

Pode obter mais informação sobre como encontrar habitação no Ontário na secção de Habitação da Settlement.Org, em www.settlement.org/FD/06

SAÚDE

É muito importante que você compreenda o sistema de saúde no Ontário antes de chegar. O Governo do Canadá e os governos provinciais recolhem impostos para pagar os serviços médicos e o seguro de saúde. O Ontario Health Insurance Plan (OHIP - Plano de Seguro de Saúde do Ontário) providencia a maior parte dos serviços de saúde básicos e de urgência, gratuitamente, para os residentes do Ontário.

COMO REQUERER O ONTÁRIO HEALTH INSURANCE PLAN (OHIP)



O seu Cartão de Saúde OHIP é o Ontario Health Insurance Plan que lhe dá acesso e providencia uma variedade de serviços de saúde. Ele cobre a maior parte dos serviços de saúde básicos e de urgência.

O OHIP não paga o custo dos medicamentos nem dos serviços dentários. Os prestadores de serviços de saúde, como médicos, hospitais e clínicas abertas ao público, verificarão o seu Cartão de Saúde (o cartão do OHIP) cada vez que você os visita. É importante trazer sempre consigo o seu Cartão de Saúde para poder receber auxílio médico numa urgência.

A maior parte dos recém-chegados **NÃO PODE** obter um cartão do OHIP senão depois de ter vivido no Ontário durante três (3) meses. O OHIP envia-lhe o seu cartão pelo correio três meses depois de você o ter requerido. É muito importante que você requeira o seu Cartão de Saúde logo que chega ao Ontário, para que possa ser segurado/a tão rapidamente quanto possível.

Para o requerer, você tem de ir a um escritório do OHIP. Telefone ao Ministério da Saúde e dos Cuidados de Longo Termo do Ontário e pergunte onde é o escritório mais próximo. O número de telefone é **1-800-268-1153**, que é uma chamada gratuita de qualquer parte do Ontário, ou o **416-327-4327** se estiver a telefonar de Toronto.

Quando for ao escritório do OHIP você tem de preencher um impresso de requerimento. Também tem de fornecer os documentos originais que provam o seu estatuto de imigração e que vive no Ontário. Se tiver filhos com idade de 15 anos e meio, ou mais, elas devem ir consigo ao escritório. Os funcionários do escritório do OHIP tirarão a fotografia deles para os cartões.

Depois de o OHIP aceitar o seu requerimento, eles enviam-lhe o seu Cartão de Saúde.

É boa ideia comprar imediatamente seguro de saúde junto de uma companhia privada, de modo a poder ter cuidados de saúde durante o período de espera de 3 meses. Contacte a Canadian Life and Health Insurance OmbudService (CLHIO) para informação sobre companhias de seguro - **1-800-268-8099**, que é uma chamada gratuita de qualquer parte do Ontário.

Seguro de Saúde Privado

Na Settlement.Org nós temos uma lista das companhias de seguros privadas que fornecem planos individuais de seguro de saúde. Pode não listar todas as companhias que oferecem este seguro. Nós não apoiamos qualquer companhia em particular. É melhor falar com várias companhias para encontrar o melhor seguro para si.

Habitualmente, a cobertura que você pretende é a para "visitantes do Canadá". Pergunte à companhia de seguros se eles prestam cobertura para os novos imigrantes no Canadá. **Você DEVE comprar este seguro dentro de 5 dias após chegar ao Ontário, ou as companhias de seguros**

poderão não lhe dar a cobertura. Saiba mais aqui: Private Health Insurance for New Immigrants (Seguro Privado de Saúde para Novos Imigrantes).

www.settlement.org/FD/07

É importante saber que:

As companhias de seguros cobram um prêmio diário por cada pessoa. Dependendo da sua idade e do plano de seguro que comprar. O seu prêmio pode ser de um mínimo de \$2.00 por dia a mais de \$8.00 por dia.

A maior parte das companhias privadas de seguro de saúde não pagarão o tratamento de condições de saúde de que já sofra antes de ter comprado o seguro, mesmo que você não tenha conhecimento delas.

Frequentemente, há um curto período de espera antes de você poder fazer participações ao seguro.

A maior parte dos seguros cobre urgências médicas, tratamentos necessários, testes clínicos e medicamentos receitados por médicos.

A maior parte dos planos privados de seguro de saúde para recém-chegados não paga os “check-ups” (exames de rotina) e visitas ‘regulares’ a um/a médico/a de família.

Quando precisar de serviços de saúde, telefone à companhia de seguros e pergunte se eles pagam esses serviços.

ENCONTRAR UM/A MÉDICO/A OU UM/A DENTISTA

Médico/a

Um/a médico/a de família também é chamado/a Praticante Generalista (Clínica Geral) ou G.P. O/A seu/sua médico/a de família é geralmente a primeira pessoa que você consulta quando não se sente bem ou está doente. Precisa de encontrar um/a médico/a que aceite novos doentes.

Quando você tem um/a médico/a de família, você vai consultá-lo/a quando está doente a não ser que seja uma urgência e tem de ir para o hospital. O/A seu/sua médico/a mantém um registo das suas condições clínicas e dos tratamentos que você recebe e acaba por o/a conhecer a si e à sua família.

Como encontrar um/a médico/a de família

Serviço Encontrar um/a Médico/a: Utilize o serviço ‘Find a Doctor’ (Encontrar um/a Médico/a) do College of Physicians and Surgeons of Ontario (Ordem dos Médicos e Cirurgiões do Ontário) para localizar um/a médico/a na sua área. Pode telefonar para **1-800-268-7096 ext 626 (Toronto 416-967-2626)** de qualquer parte do Ontário.

Páginas Amarelas: Outra forma de encontrar um/a médico/a é procurar nas Páginas Amarelas da sua lista telefónica local. Procure nas categorias de Physicians & Surgeons (Médicos e Cirurgiões) para Family Medicine (Medicina Familiar), Family Practice (Prática Familiar) ou Family Physician (Médico de Família).

Também pode perguntar aos seus amigos ou familiares se o/a médico/a deles está a aceitar novos doentes. Não espere até estar doente para tentar encontrar um/a médico/a de família.

Pode ser que não consiga encontrar um/a médico/a na sua área que aceite novos doentes. Pode ter que ir a uma clínica médica. Estas clínicas têm médicos, enfermeiras e outros trabalhadores de cuidados de saúde. Muitos hospitais têm clínicas para problemas de saúde que não sejam

urgências. Algumas clínicas têm horários prolongados, pelo que você pode consultar um/a médico/a ao fim do dia e nos fins-de-semana.

Utilizar uma clínica médica não é tão bom como ter um/a médico/a de família, mas você recebe na mesma cuidados de saúde através de um/a médico/a. Não precisa de marcar consultas para ir à maior parte das clínicas, mas pode ter de esperar uma hora para ver um/a médico/a. Para encontrar uma clínica perto de si, procure nas Páginas Amarelas da sua lista telefónica local, sob a categoria de "Clinics-medical" (Clínicas Médicas).

Dentista

Serviço Encontrar um/a Dentista: Utilize o serviço 'Find a Dentist' (Encontrar um/a Dentista) da Ontario Dental Association (Associação Dentária do Ontário) para encontrar um/a dentista na sua área. Para encontrar um/a dentista em qualquer parte do Ontário, excepto Toronto, telefone para **416-922-3900**. Não há qualquer custo para esta chamada, mesmo que seja de longa distância.

Para encontrar um/a dentista em Toronto, telefone para a Toronto Academy of Dentistry (Academia de Dentistas de Toronto) pelo **416-967-5649**.

Páginas Amarelas: Também pode procurar nas Páginas Amarelas da sua lista telefónica local, sob a categoria de 'Dentists' (Dentistas).

Programas de clínica dentária

Se houver uma Universidade ou Colégio na sua cidade, pode ser que tenha um programa de clínica dentária para a comunidade. Os estudantes da especialidade que prestam o serviço são supervisionados por dentistas treinados. O serviço não é gratuito, mas custa menos do que ir a um/a dentista.

O Ontário Health Insurance Plan (OHIP) não paga a maior parte dos serviços dentários. O OHIP só pagará se a vida do/a doente estiver em perigo e for requerido tratamento hospitalar.

Na maior parte das cidades do Ontário, o Departamento Comunitário ou de Saúde Pública oferece alguns serviços dentários gratuitos. No entanto, estes serviços só estão disponíveis para pessoas muito específicas (tais como pessoas da terceira idade e crianças elegíveis). Contacte o seu Departamento Comunitário ou de Saúde Pública local para saber que serviços estão disponíveis na sua comunidade.

Saiba mais em Como encontro um/a dentista?

www.settlement.org/FD/08

CENTROS COMUNITÁRIOS DE SAÚDE

Se precisar de cuidados de saúde mas não tiver um cartão do OHIP, poderá conseguir obter ajuda num Community Health Centre (CHC – Centro Comunitário de Saúde). Os serviços nos Community Health Centres são gratuitos ou custam uma pequena taxa. Todos os serviços são confidenciais.

URGÊNCIAS E HOSPITAIS

Você só vai ao hospital para urgências, cirurgia, para dar à luz ou para fazer testes ou tratamentos médicos especiais. Quando vai ao hospital, tem de ter o seu cartão do OHIP (Cartão de Saúde) consigo.

URGÊNCIAS MÉDICAS

Para urgências médicas sérias, marque **911** no seu telefone. Se você, ou alguém da sua família, se sentir subitamente muito doente (tiver dores severas, estiver inconsciente, não conseguir respirar, estiver a sangrar muito, tiver uma sezão ou um acidente sério), deve chamar-se o **911**.

Se não falar Inglês, diga apenas "Help!" (Ajuda) e diga ao/à operador/a a língua que fala. Eles arranjarão um/a intérprete que fale a sua língua. A ambulância, a polícia e os bombeiros chegarão ao mesmo tempo.

Esteja pronto/a para dar a seguinte informação ao telefone:

- uma descrição do que está a acontecer
- onde você está
- o seu nome, morada e número de telefone

Mantenha-se no telefone até o/a operador/a lhe dizer para desligar.

Se for ao hospital mais próximo numa urgência, vá ao Departamento de Urgência ou Sala de Urgências (ER). A ER está, geralmente, muito ocupada. A não ser que você esteja em perigo de vida, podem passar várias horas antes de você ser visto/a por um/a médico/a.

Se você não tiver OHIP nem seguro privado de saúde, o hospital enviar-lhe-á uma conta pelo transporte de ambulância e todos os serviços médicos de que você precisou.

AUXÍLIO NUMA CRISE

Os centros de crise ou situação difícil prestam aconselhamento gratuito e confidencial pelo telefone, 24 horas por dia, 7 dias por semana. Telefone para um centro de crise se:

- está a pensar em suicídio
- pensar que outra pessoa pode estar a considerar o suicídio
- precisar de falar com alguém

Você pode encontrar os números de telefone para Crise/Situações Difíceis visitando www.settlement.org/FD/04

TELEHEALTH ONTARIO

Se está doente mas não sabe se precisa de ir ao departamento de urgência do seu hospital local, telefone para a Telehealth Ontario.

A Telehealth Ontario é um serviço telefónico gratuito e confidencial a que você pode telefonar para obter aconselhamento de um/a enfermeiro/a registado/a sobre uma questão de saúde. Está disponível 24 horas por dia e 7 dias por semana. O serviço é prestado em Inglês e Francês, com intérpretes disponíveis para algumas outras línguas.

Telefone para o 1-866-797-0000 de qualquer parte no Ontário.

Quando você telefona para a Telehealth Ontario, falará com um/a enfermeiro/a registado/a. Este/a pedir-lhe-á para descrever o seu problema e responderá a perguntas sobre a seriedade do seu problema. Depois, o/a enfermeiro/a dir-lhe-á como tomar conta de si próprio/a, se você precisa de consultar um/a médico/a ou dar-lhe-á os números de telefone dos recursos comunitários perto de si.

Não telefone à Telehealth se souber que é uma urgência – **911** é o primeiro número que deve telefonar para uma urgência.

DEPARTAMENTOS COMUNITÁRIOS OU DE SAÚDE PÚBLICA

O Departamento de Saúde Pública enfoca na saúde do público ou da comunidade em geral. Os profissionais de saúde pública incluem médicos, dentistas, enfermeiros, nutricionistas e muitos outros profissionais da saúde. O Departamento de Saúde Pública presta serviços em três áreas: protecção de saúde (prevenção de doença), detenção atempada – prevenção – de problemas de saúde e promoção de saúde (educação de pessoas sobre formas saudáveis de viver).

Os profissionais de saúde pública dão informação e prestam serviços em escolas e locais de trabalho. Por exemplo, um/a enfermeiro/a de saúde pública pode vacinar as suas crianças contra doenças ou verificar todas as crianças na escola, para ver se têm parasitas na cabeça.

Se os serviços de Citizenship and Immigration Canada lhe deram um impresso de Medical Surveillance Undertaking (Compromisso de Observação Médica), você tem de visitar o departamento de saúde pública local dentro de 30 dias após entrar no Canadá.

MEDICAMENTOS/RECEITAS

O Ontário Health Insurance Plan (OHIP) não cobre receitas de medicamentos.

Se o/a seu/sua médico/a lhe passar uma receita para medicamentos, deve levá-la a uma farmácia. Os farmacêuticos são profissionais de cuidados de saúde que lhe podem dar os medicamentos que o/a seu/sua médico/a receita. Eles trabalham em lojas de medicamentos ou em farmácias nos grandes armazéns, hospitais e centros comunitários de saúde.

Os farmacêuticos:

- verificam se a dose e a quantidade do medicamento indicadas na sua receita estão correctas
- informam-no/a sobre os possíveis efeitos secundários
- verificam se há reacções com outros medicamentos que você esteja a tomar
- explicam como tomar o medicamento
- respondem às perguntas que você possa ter sobre o medicamento

Os medicamentos podem ser muito caros.

Habitualmente, a farmácia cobra-lhe uma taxa de aviamento. Uma taxa de aviamento é o montante que uma farmácia cobra pela preparação de produtos. As farmácias do Ontário cobram taxas de aviamento desde \$1.99 a \$16.95. O/A farmacêutico/a adiciona esta taxa ao custo do medicamento.

Encontre mais informação sobre os cuidados de saúde no Ontário em Settlement.Org aqui www.settlement.org/FD/09

EMPREGO

NÚMERO DE SEGURO SOCIAL (SIN)

Você deve ter um Social Insurance Number (SIN – Número de Seguro Social) para trabalhar no Canadá.

É ilegal para uma entidade patronal contratá-lo/a sem este número. Você também usa este número quando requer serviços governamentais ou paga os seus impostos.

Requerer um SIN

Para requerer um SIN, você tem de ir a um Service Canada Centre (Centro de Serviço Canadá). Telefone para **1-800-206-7218** saber qual o centro mais próximo de si ou visite www.settlement.org/FD/04.

No Service Canada Centre, tem de preencher um impresso de requerimento. Também tem de mostrar os seus documentos para provar quem é e confirmar o seu estatuto de imigração. Para saber quais os documentos que eles aceitam, visite o website do Service Canada em www.settlement.org/FD/21 ou telefone para o número acima. Quando eles aceitarem o seu requerimento, enviar-lhe-ão um cartão com o seu SIN impresso.

Mostrar o seu cartão de SIN à sua entidade patronal

As entidades patronais têm de pedir a todos os novos empregados para verem o cartão de SIN, logo que os contratam. Você tem de mostrar o seu cartão de SIN à entidade patronal dentro de três (3) dias após começar o seu trabalho.

Se o seu SIN começar pelo número “9”, é um SIN temporário. Antes de uma entidade patronal o/a poder contratar, ela também tem de ver a sua autorização de emprego (work permit) emitida pela Citizenship and Immigration Canada.

Nem sempre tem que mostrar o seu cartão de SIN

Muitas empresas pedem para ver os cartões de SIN como forma de identificação ou para verificar a sua classificação para crédito.

O seu cartão de SIN não é uma peça de identificação. Não mostre o seu cartão de SIN nem dê o seu número a pessoas que não precisam dele. Não há qualquer lei que impeça uma empresa de lhe pedir o seu SIN, mas você não tem de mostrar.

Algumas pessoas usam cartões de SIN furtados ou perdidos para terem acesso a informação pessoal importante ou para roubar pessoas, governo e empresas.

Se alguém conseguir um emprego e usar o seu SIN, você tem de pagar impostos sobre o dinheiro que essa pessoa ganha.

A lei diz que você tem de mostrar o seu SIN a departamentos do governo a todos os níveis, e a todas as instituições de onde você recebe um rendimento ou juros (bancos, caixas económicas).

ENCONTRAR UM EMPREGO

“É fácil encontrar emprego no Ontário?” é uma questão que muitos recém-chegados perguntam nos fóruns de discussão da Settlement.Org. Não há qualquer resposta simples sem ser dizer que nem sempre é fácil encontrar, no Canadá, o emprego certo para as suas capacidade e experiência.

Vai ouvir, muitas vezes, que as entidades patronais querem ‘experiência Canadiana’. Por que razão eles querem experiência Canadiana? As entidades patronais pensam que isso prova que você tem bons conhecimentos de língua e capacidade de comunicação e que você sabe como funciona a cultura empresarial Canadiana.

Você precisa de aprender como mostrar o valor da sua educação e experiência de trabalho no exterior. Muitas das entidades patronais não sabem como avaliar a sua experiência, pelo que você tem de lhes mostrar como esta pode ser valiosa para elas.

Conhecimentos de Língua

Se este guia, na versão Inglesa, for difícil de ler para si, você pode não estar pronto/a para um local de trabalho com linguagem técnica Inglesa no Ontário. É muito importante que você tenha bons conhecimentos de Inglês quando vem para o Ontário.

O Inglês é a língua principal da província. Ser fluente ajuda no trabalho e facilitará o seu acolhimento na sua nova comunidade. Há muitas comunidades multilingues e você pode encontrar pessoas que falam a sua língua. Mas se o seu objectivo é imigrar para o Ontário permanentemente, deve aprender a falar, ler e escrever bem Inglês.

Cultura Empresarial

Você pode ver algumas diferenças na forma como as pessoas trabalham e fazem negócios no Canadá em comparação com a forma como as pessoas fazem as coisas no seu país. Em cada país, as pessoas fazem negócios de formas diferentes do que se passa noutros países. Ninguém lhe pode dizer exactamente como as coisas diferem. Você tem de trabalhar no Ontário para descobrir isso. Depois pode ver como convencer uma entidade patronal de que você é o tipo de empregado/a que ela quer e que você será um bem para a empresa.

É difícil de aceitar, mas você poderá não encontrar o emprego dos seus sonhos imediatamente. Poderá ter que aceitar um “emprego de sobrevivência” quando acaba de chegar. Se tiver sorte, este emprego pode ser na sua área, ainda que a um nível inferior do que o que tinha antes de chegar.

Procura de Emprego

Os recém-chegados têm experiências diferentes na procura de emprego. Alguns encontram, em poucos meses, o mesmo tipo de trabalho que tinham. Para outros, isso pode levar anos. Antes de chegar, tire tempo para pesquisar o mercado de trabalho Canadano. Conheça o apoio que está disponível para si e como encontrar emprego mais facilmente no Ontário.

As pesquisas de trabalho no Ontário podem ser diferentes da sua experiência. Para si, a própria necessidade de procurar emprego pode vir a ser uma surpresa. Você pode ter de aprender a escrever um resumé (currículo, CV) ou a criar um dossiê demonstrativo do seu trabalho. Sabe quais os tipos de resumé que as entidades patronais da sua indústria esperam que você forneça? Pode ter de procurar ajuda para encontrar um emprego no Canadá.

Obter Ajuda

O governo não arranja empregos para as pessoas. Ele tem programas que o/a ajudarão a encontrar um emprego, mas estes programas não lhe vão encontrar um emprego. Se alguém diz que lhe pode garantir um emprego, pode ser que eles lhe queiram vender qualquer coisa. Tenha muito cuidado quanto a dar-lhes dinheiro.

Muitas das agências comunitárias prestam serviços de emprego que ajudam os recém-chegados a encontrar empregos. Estes serviços estão disponíveis gratuitamente na sua comunidade.

Não é fácil para os recém-chegados encontrar emprego no Ontário. Porquê? Eis algumas das coisas que você precisa saber ou pensar:

- Como encontrar empregos que não são anunciados.
- Assegurar-se de que os seus conhecimentos de língua são suficientemente bons para o emprego que quer.
- Está disposto/a a começar a um nível inferior no seu primeiro emprego ou a começar em companhias pequenas ou de dimensão média?
- Compreende a cultura empresarial Canadiana e a importância das capacidades de comunicação, trabalho de equipa e organização?

Não pode esperar saber tudo sobre a cultura empresarial Canadiana logo que chega ao Ontário. Há muito para aprender, mas há muitas pessoas que o/a podem ajudar.

Uma das melhores coisas que pode fazer é pedir ajuda. As agências de acolhimento podem ajudá-lo/a a encontrar um emprego e instalar-se na sua comunidade.

Alguns serviços comunitários podem ajudá-lo/a com aconselhamento individual. Um/a funcionário/a ajudá-lo/a-á a criar o seu resumé e uma carta de apresentação, e a encontrar companhias locais. Outros têm programas onde você pode aprender, numa classe, como encontrar emprego, na sua carreira, no Canadá.

Sem a ajuda de um programa, você pode enviar 200 resúmes e não obter qualquer resposta. Com ajuda, pode encontrar o emprego que realmente quer.

Todas as agências de serviços a imigrantes do Ontário lhe podem dar alguma ajuda em como começar a sua procura de emprego. Para encontrar organizações perto de si, visite a nossa secção Encontrar Ajuda Perto de Casa, em www.settlement.org/FD/04.

Elas também lhe conseguirão falar sobre os serviços de emprego para grupos específicos tais como:

- Profissionais e Operários Especializados Educados Internacionalmente
- Mulheres
- Jovens
- Trabalhadores Mais Idosos (Adultos)

Muitas agências de acolhimento no Ontário providenciam Sessões de Trabalho de Procura de Emprego gratuitas para ajudar os recém-chegados a aprender como encontrar emprego no Canadá. As sessões de trabalho duram 3 ou 4 dias. Para participar, você tem de ser Residente Permanente que possa, legalmente, trabalhar no Canadá.

Pode acontecer que você se irrite com a sua procura de trabalho porque não entende por que é que as companhias não contratam alguém com as suas capacidades. Você tem de descobrir o que as entidades patronais querem, que é muito mais do que apenas as qualificações necessárias para fazer o trabalho.

Você poderá precisar de, ou querer, aprender novas qualificações ou actualizar as que tem. Há muitas maneiras de obter ajuda e formação. Alguma dessa formação custa dinheiro; outra é gratuita para certos grupos de pessoas. As organizações de acolhimento podem ajudá-lo/a a saber mais sobre a formação que você pode tirar.

PADRÕES DE EMPREGO

As leis laborais federais e provinciais protegem os seus direitos enquanto trabalhador/a. O Ontario Employment Standards Act (Lei dos Padrões de Emprego do Ontário) protege a maior parte dos trabalhadores no Ontário.

Ninguém pode discriminar contra si por causa da sua idade, género (sexo masculino ou feminino), religião, raça ou orientação sexual. Qualquer entidade patronal que discrimine contra si por estas razões, está a violar a lei.

Nos termos da lei, os trabalhadores também têm responsabilidades. Você tem de aprender como as leis o/a podem manter em segurança e com saúde no emprego. Se quer que os outros o/a tratem com justiça no emprego, você precisa de saber o que as leis dizem.

Para mais informação sobre os seus direitos e responsabilidades no emprego, pode visitar a secção de Padrões de Emprego da Settlement.Org (um portal governamental na internet) disponível em www.settlement.org/FD/10

AVALIAÇÃO DA EDUCAÇÃO E QUALIFICAÇÕES PARA EMPREGO

Se se candidatar a um emprego ou se inscrever num programa educativo, a entidade patronal ou a escola podem pedir-lhe a prova do seu nível de educação ou formação. A entidade patronal ou a escola também quererão saber como a sua formação se compara aos diplomas ou certificados passados no Canadá.

Você pode precisar de obter uma avaliação de credenciais para lhes mostrar.

A avaliação de credenciais significa obter a comparação das suas credenciais de educação com as suas equivalentes Canadianas. Quando obtém a avaliação dos seus documentos de educação, você terá um relatório ou uma carta, por escrito, que descreve cada um dos seus certificados, diplomas ou graus. Esta carta deverá dizer-lhe quais são as equivalentes Canadianas para as suas classificações e documentos.

Se quiser trabalhar numa profissão ou ramo e usar a designação profissional (como Engenheiro/a ou Cabeleireiro/a), você precisa de ter uma licença ou certificado. Para obter esta licença, tem de se registar com a associação que regulamenta a sua ocupação. Tal como algumas escolas, estes grupos têm os seus próprios processos de avaliação.

A avaliação de credenciais custa dinheiro. Fale com a sua entidade patronal, escola ou a associação regulamentadora da sua ocupação sobre que tipo de avaliação eles precisam, antes de pagar por uma avaliação.

Uma avaliação preparada para uma entidade patronal pode não ser a mesma que é preparada para um programa educativo.

Quando chegar ao Canadá, veja diferentes serviços de avaliação e os seus relatórios antes de usar os seus serviços. Você pode precisar de avaliações para emprego, imigração, educação mais elevada, licenciamento e formação de aprendizagem. Tente obter um relatório que seja útil para diversos fins, em vez de comprar um para cada um destes fins.

Para mais informação sobre todas estas áreas, visite a secção da Settlement.Org em www.settlement.org/FD/11.

EDUCAÇÃO

INSCRIÇÃO DOS SEUS FILHOS NA ESCOLA

No Ontário, a lei diz que todas as crianças dos 6 aos 18 anos de idade devem ir à escola. Mas a maior parte das crianças começa a escola no jardim infantil quando têm 4 ou 5 anos de idade. Depois de um ou dois anos no jardim infantil, vão para o grau 1. Do jardim infantil ao grau 8, chama-se escola primária. Do Grau 9 ao grau 12, chama-se escola secundária, ou liceu.

Você tem de registar os seus filhos na escola ou na direcção escolar (school board). Telefone à direcção escolar local para saber a localização da escola mais próxima e como registar a sua criança. As crianças que têm idade suficiente para ir para a escola secundária podem querer saber quais os programas especiais de algumas escolas, antes de escolher aquela para onde vão. Pode fazer perguntas sobre estas na sua escola local ou na direcção escolar.

No Ontário, a maior parte das crianças frequenta as escolas públicas. Também há um sistema público separado de escolas católicas. As diversas direcções escolares locais gerem as escolas em cada sistema. A direcção escolar pode dizer-lhe os nomes das escolas que a sua criança pode frequentar.

O estatuto de imigração das crianças, dos seus pais ou do guardião legal, não impede as crianças de frequentarem a escola. Se tiver problemas para inscrever uma criança por causa do estatuto de imigração, contacte a sua Clínica Legal Comunitária para ajuda.

O ano escolar começa no dia a seguir ao Dia do Trabalho, em Setembro, e acaba no fim de Junho. Cada direcção escolar toma as suas próprias decisões sobre permitir que as crianças comecem a escola noutra altura do ano.

Pode encontrar toda a informação de que necessita sobre o sistema escolar nos Guias para os Recém-chegados sobre a Educação no Ontário em www.settlement.org/FD/12.

EDUCAÇÃO E ACTUALIZAÇÃO PARA ADULTOS

Você também poderá querer tirar cursos ou encontrar um programa de estudo que se relacione com a sua carreira. Pode encontrar informação sobre o que está disponível para si, e como ter acesso, na secção de Educação da Settlement.Org em www.settlement.org/FD/13

Aprender Inglês

Quando chega, pode querer melhorar os seus conhecimentos de Inglês. Como novo/a imigrante, é muito importante que você seja capaz de comunicar facilmente em Inglês. Isso irá ajudá-lo/a a encontrar emprego e a instalar-se mais rapidamente no Ontário.

O Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC – Educação Linguística para Recém-chegados ao Canadá) é um programa gratuito de instrução linguística para os novos imigrantes no Canadá.

Para entrar no programa LINC, você tem de:

- ser Residente Permanente do Canadá (Imigrante) ou Refugiado/a por Convenção
 - **ou** ser um/a recém-chegado/a autorizado/a a permanecer no Canadá, a quem o CIC planeia dar um estatuto de residente permanente, e que não é ainda cidadão/ã Canadiano/a
- e
- ter idade superior à de saída da escola (adulto/a: 18 anos, ou mais, de idade)
 - fazer um teste do seu conhecimento de língua num Centro de Avaliação de Língua.

Algumas classes do LINC têm serviços de creche.

As classes do LINC são oferecidas em todo o Ontário em:

- escolas
- colégios comunitários
- agências de acolhimento de imigrantes
- organizações comunitárias

Registo no LINC

Para se registar nas classes do LINC tem de ir a um Centro de Avaliação do LINC. O Centro de Avaliação do LINC testará o seu nível de língua e ajudá-lo/a-á a registar-se numa escola do LINC.

Os funcionários do centro far-lhe-ão um teste de audição, fala, leitura e escrita. O teste pode levar entre uma a três horas. Quanto mais elevado for o seu nível de conhecimento da língua, mais demorado será o teste.

O centro ajudá-lo/a-á a registar-se para a classe certa. Telefone a uma agência de acolhimento ou a um Centro Comunitário de Informação e pergunte onde é o Centro de Avaliação do LINC mais próximo. Você tem de telefonar ao Centro de Avaliação para marcar um teste.

Pode encontrar informação de contacto para estas organizações na secção de Encontrar Ajuda Perto de Casa da Settlement.Org em www.settlement.org/FD/04

Formação Avançada em Inglês

Também pode encontrar formação mais avançada em Inglês em:

- universidades
- colégios comunitários (equivalentes aos institutos superiores)
- escolas particulares de línguas
- organizações comunitárias

Contacte estas escolas e organizações directamente para informação sobre os cursos e os preços. Alguns são gratuitos, mas pode haver custos relativamente a algumas destas classes.

Para mais informação sobre classes de Inglês, visite a secção Inglês como Segunda Língua (ESL) da Settlement.Org em www.settlement.org/FD/14.

IMIGRAÇÃO E CIDADANIA

CARTÃO DE RESIDENTE PERMANENTE (MAPLE LEAF)

Você obterá o seu Cartão de Residente Permanente (RP) no correio, depois de chegar ao Canadá. Quando entra no Canadá e passa pela Imigração, tem de lhes dar um endereço postal para que lho possam enviar.

Se não tiver dado o seu endereço postal à Citizenship and Immigration Canada (CIC) no seu ponto de entrada, por favor faça-o tão depressa quanto possível. Visite o website da CIC ou contacte o Centro Telefónico para Cartões de RP para lhes dar o seu endereço.

Se não receber o seu Cartão de RP dentro de 30 dias, depois de ter enviado o seu endereço à CIC, telefone ao Centro Telefónico da Citizenship and Immigration Canada.

Se a CIC não receber o seu endereço dentro de 180 dias, a contar da data em que chegou ao Canadá, terá de requerer novamente o seu Cartão de RP e pagar um emolumento.

O Cartão de RP é um documento de identidade e prova o seu estatuto de Residente Permanente.

Telefone ao Centro Telefónico para Cartões de RP para todas as perguntas que tiver sobre o Cartão de Residente Permanente.



REQUISITOS DE RESIDÊNCIA

Pode viajar para fora do Canadá depois de chegar. No entanto, deve passar 730 dias (2 anos) de residência física no Canadá em cada período de 5 anos para manter o seu estatuto de Residente Permanente.

Isto significa que pode passar um total de até 3 anos fora do Canadá durante um período de 5 anos. Mas, se deixar o país para uma visita longa, tem de provar à Citizenship and Immigration Canada que planeia continuar a viver no Canadá.

DIREITOS E RESTRIÇÕES DOS RESIDENTES PERMANENTES

Direitos dos Residentes Permanentes

- Viver e trabalhar em qualquer lugar no Canadá
- Ter direito à Ajuda Legal (auxílio para pessoas que não têm dinheiro para pagar a um/a advogado/a)
- Ter Seguro de Saúde Provincial
- Direito à educação
- Direito a trabalhar
- Direito às leis de protecção aos trabalhadores:
 - Saúde e Segurança
 - Padrões de Emprego
 - Seguro de Emprego

- o Negociação Colectiva (em termos de sindicalização – contratos colectivos de trabalho)
- o Workers' Compensation (Compensação para trabalhadores acidentados no trabalho)
- Direitos Humanos
- Direito a benefícios de serviços sociais, tais como o Ontario Works, habitação de baixo custo e creches, abrigos, programas de alimentação e vestuário gratuitos, aconselhamento e outros tipos de assistência em agências comunitárias.

Restrições dos Residentes Permanentes

- A Citizenship and Immigration Canada pode recusar deixá-lo/a ficar no Canadá se:
 - o Você tiver documentos falsos e/ou ter dado informação falsa quando requereu a residência permanente ou quando chegou e ficou imigrante.
 - o Não obedeceu às condições do seu estatuto de residente permanente (se tinha algumas).
 - o For condenado/a por um crime.
 - o As autoridades acreditarem que você esteve envolvido/a em espionagem, crime organizado ou tenha cometido crimes de guerra.
- Você não pode votar em eleições nem candidatar-se a lugares políticos.

PERGUNTAS SOBRE IMIGRAÇÃO

Se tiver quaisquer perguntas sobre imigração, o seu estatuto ou serviços a que pode ter acesso, contacte uma agência de acolhimento. Pode encontrar uma Agência de Acolhimento quando chegar à sua nova comunidade. Pode encontrar uma lista destas agências na secção Encontrar Ajuda Perto de Casa da Settlement.Org em www.settlement.org/FD/04.

Também pode telefonar gratuitamente ao Centro Telefónico da Citizenship and Immigration Canada a partir de qualquer lugar no Ontário.

Pode obter informação através de uma mensagem gravada, 24 horas por dia, 7 dias por semana.

Se pretender falar com uma pessoa, telefone entre as 8:00am e as 4:00pm, de Segunda a Sexta-feira. O Centro Telefónico só oferece serviços em Inglês e Francês.

**Para informação sobre
imigração e cidadania, telefone
para o Centro Telefónico da
Citizenship and Immigration
Canada
1-888-242-2100**

SERVIÇOS LEGAIS

DIREITOS HUMANOS

No Canadá, os homens e as mulheres são iguais e têm os mesmos direitos. Estes direitos estão descritos na Canadian Charter of Rights and Freedoms (Carta Canadiana de Direitos e Liberdades). Qualquer tipo de abuso - físico, mental ou financeiro – por parte de qualquer pessoa, é ilegal.

Há muitas agências comunitárias a trabalhar para educar as pessoas sobre os direitos das minorias visíveis, das mulheres, dos homossexuais, lésbicas, pessoas com deficiências e idosos. O Ontario Human Rights Code (Código dos Direitos Humanos do Ontário) protege as pessoas contra a discriminação.

Discriminação significa tratamento injusto baseado em:

- idade
- cor
- incapacidade/deficiência
- ancestralidade
- raça
- estado civil
- estatuto familiar
- origem
- registo de ofensas (registo criminal)
- dependência da assistência pública
- religião
- cidadania
- origem étnica
- sexo
- ou orientação sexual.

O Ontario Human Rights Code diz que todos têm o direito a estar livres de discriminação quando procuram serviços, bens e instalações, habitação, contratos, emprego e inscrição como membros em grupos.

POLÍCIA

No Ontário, e em todo o Canadá, a polícia é separada do governo e dos militares. Há três níveis de polícia no Ontário:

- polícia local (ou municipal)
- Ontário Provincial Police (OPP – Polícia Provincial do Ontário)
- e a polícia nacional, que é designada Royal Canadian Mounted Police (RCMP).

Agora, a maior parte das forças de polícia utiliza uma abordagem de policiamento comunitário. Policiamento comunitário significa que os membros da polícia trabalham com os residentes de cada comunidade para evitar o crime e aumentar a segurança.

Quando a polícia o/a manda parar, revista, prende ou detém, eles têm de seguir regras muito rigorosas. Os membros da polícia têm de lhe dizer

- por que o/a estão a prender,
- informá-lo/a de todos os seus direitos,
- e garantir que você os compreende

Se você for preso/a ou acusado/a por causa de uma ofensa, você tem o direito a um/a advogado/a. Você tem o direito de escolher o/a seu/sua advogado/a e tem direito a aconselhamento legal na sua primeira língua.

ENCONTRAR UM/A ADVOGADO/A

Encontrar o/a advogado/a certo/a é muito importante. Eis algumas maneiras de começar:

- pergunte a amigos, colegas e família se eles conhecem algum/a advogado/a que possam recomendar
- peça sugestões a um/a funcionário/a de acolhimento ou a um membro de uma agência de serviços sociais
- procure nas Páginas Amarelas da lista telefônica, na categoria de "Lawyer"
- contacte o Lawyer Referral Service (Serviço de Indicação de Advogado/a) gerido pela Law Society of Upper Canada (Ordem dos Advogados do Ontário)
- visite as listagens de websites de firmas legais ou de advogados

Lawyer Referral Service (LRS)

O Lawyer Referral Service (LRS) pode dar-lhe o número de telefone de um/a advogado/a na sua área, que pratique o ramo de lei relacionado com a sua situação. Você também pode pedir ao LRS para se assegurar que o/a advogado/a que sugerem fala a sua primeira língua. Este serviço custa \$6 por cada indicação. Esta taxa é adicionada à sua conta de telefone.

Você pode telefonar ao/à advogado/a indicado/a pelo LRS para uma consulta de duração não superior a trinta (30) minutos. Pode decidir não contratar esta pessoa como o/a seu/sua advogado/a, mas não pode pedir ao LRS outra indicação para o mesmo problema legal.

Lawyer Referral Service

1-900-565-4577

O telefonema para este número tem um custo de serviço de \$6 por cada

CLÍNICAS COMUNITÁRIAS DE SERVIÇOS LEGAIS

Também poderá obter auxílio legal numa clínica comunitária de serviços legais. As clínicas têm advogados e funcionários comunitários para serviços legais para o/a ajudar. Habitualmente, a pessoa tem de viver na área que a clínica serve. Também tem de poder pagar a um/a advogado/a por si próprio/a.

As clínicas só prestam serviços em áreas específicas da lei. Estas incluem:

- disputas entre senhorios e inquilinos
- Workers' Compensation (Compensação para trabalhadores acidentados no trabalho)
- seguro de emprego
- assistência social
- Canada Pension Plan (Plano de Pensões do Canadá)
- lei de refúgio e imigração
- lei do trabalho
- e direitos humanos.

As clínicas não costumam prestar serviços nas áreas da lei criminal e de família. Para estes serviços, você precisa de um/a advogado/a privado/a e de um certificado de Legal Aid (Ajuda Legal).

Para obter auxílio nas clínicas legais comunitárias, não precisa de um certificado de Legal Aid.

www.settlement.org/FD/25

COMUNIDADE E RECREAÇÃO

INSERÇÃO NA COMUNIDADE

Você passará muito do seu tempo à procura de um lugar para viver, a aprender ou melhorar o seu Inglês e a encontrar um emprego. Mas instalar-se-á mais rapidamente na sua nova comunidade, no Ontário, se participar em actividades recreativas e comunitárias. Também conhecerá pessoas novas e criará contactos para o/a ajudar na sua procura de emprego.

Todas as cidades do Ontário têm programas comunitários e recreativos, para além de instalações que você pode usar. Muitas vezes, a sua utilização é gratuita ou custa muito pouco.

No Verão muitos pais querem encontrar actividades desportivas ou recreativas para os seus filhos. Estas são designadas como campos de dia, campos de Verão ou programas de Verão. Frequentemente, pode encontrar informação sobre estas actividades no seu centro comunitário ou na piscina.

Descubra os programas disponíveis para si e para a sua família. Há programas para todos os grupos etários e eles incluem coisas como manutenção de forma física, artes e trabalhos manuais e grupos sociais. Há actividades diferentes para cada estação. Por exemplo, você pode encontrar ringues de patinagem no Inverno e piscinas no Verão.

Vá ao centro de informação da sua comunidade ou à agência de acolhimento para conhecer os programas. Também pode contactar o seu Parks and Recreation Department (Departamento de Parques e Recreio) governamental local.

BIBLIOTECAS

A biblioteca é um local público importante na sua comunidade. As bibliotecas têm um pouco de tudo para pessoas de todas as idades. Você tem de obter um cartão de biblioteca para pedir livros emprestados ou utilizar os computadores na sua biblioteca. Para obter um cartão, tem de levar prova de identidade (por exemplo, uma carta de condução ou o seu Cartão de Residente Permanente) e um documento recebido pelo correio que mostre o seu endereço (por exemplo, uma conta do telefone). A biblioteca precisa de prova de quem você é e do seu endereço local. O cartão é gratuito para as pessoas que vivem na comunidade.

Eis alguns dos programas e serviços que pode encontrar na biblioteca:

- clubes de trabalhos de casa para ajudar as crianças no seus trabalhos escolares
- horários para leitura histórias e secção de brinquedos para as crianças
- classes e recursos para procura de emprego e planeamento de carreira
- programas de alfabetização para adultos, com tutores que ensinam alfabetização ou ajudam a melhorar as capacidades de leitura
- colecções em diversas línguas: livros, fitas gravadas, jornais e revistas
- recursos para English-as-a-Second-Language (ESL – Inglês como Segunda Língua)
- Leituras por autores locais e exposições por artistas locais
- palestras ou classes sobre tópicos como saúde e finanças pessoais

Os computadores são uma parte importante no modo como as bibliotecas funcionam. Muitas bibliotecas têm computadores e impressoras que você pode usar para processamento de texto, ver anúncios de empregos e aceder à Internet.

DIVERSÕES (RECREIO)

Todas as comunidades do Ontário têm eventos, celebrações, parques, artes e actividades culturais gratuitas ou de custo baixo. Durante todo o ano, ocorrem festivais artísticos e culturais. Alguns podem ter o foco numa forma artística, como música, ou em todas as artes de um grupo comunitário, como a comunidade Chinesa-Canadiana. Muitos dos festivais culturais e artísticos do Ontário realizam-se ao ar livre, durante o Verão, e são gratuitos. Há festivais de comédia, jazz, autores e filmes.

A maior parte das comunidades tem museus, galerias de arte, locais históricos e outros locais e eventos de interesse. Muitas galerias e museus têm um dia por semana em que a entrada é livre ou a um preço baixo. Muitas vezes, o custo é mais baixo para as crianças e pessoas com idade de 65 anos, ou mais.

O Novo Ano Chinês, as Pride Parades (Paradas dos Homossexuais e Lésbicas) a Caribana de Toronto e o Winterlude de Ottawa, são apenas alguns exemplos dos eventos especiais e celebrações importantes no Ontário. Muitos destas, incluindo o Dia do Canadá, no dia 1 de Julho, são celebrações públicas com paradas, fogo de artifício e música.

Para mais informação sobre diversões e formas interessantes de ser envolver na sua comunidade, visite a secção de Celebração da Settlement.Org em www.settlement.org/FD/15.

INFORMAÇÃO PARA CONSUMIDORES

TROCA DE DIVISAS

É boa ideia ter algum dinheiro Canadano antes de chegar ao Ontário. Pode conseguir uma taxa de câmbio melhor no país de onde vem.

No Aeroporto Internacional Pearson de Toronto pode cambiar divisas estrangeiras nos quiosques de câmbios, entre as 5:00am e as 11:00pm, sete dias por semana. No entanto, provavelmente conseguirá uma taxa de câmbio melhor fora do aeroporto.

Também pode encontrar serviços de câmbio de divisas em bancos, agências de viagens e nas zonas da baixa da maior parte das cidades. Os hotéis também trocarão pequenas quantidades de dinheiro, mas a taxa de câmbio pode não ser tão boa. Frequentemente, os bancos são o melhor lugar para cambiar divisas.

UTILIZAÇÃO DO TELEFONE

Como obter serviço telefónico para casa

A Bell Telephone fornece-lhe o serviço telefónico na sua casa. Tem de telefonar para o 310-BELL (310-2355) ou visitar uma loja Bell Centre para pedir o serviço.

Os novos imigrantes poderão ter de dar um depósito para instalar o serviço de telefone. Após seis meses este dinheiro ser-lhe-á devolvido. A Bell também cobra uma taxa de ligação para um novo telefone em casa. Saiba mais no website da Bell - www.settlement.org/FD/23

Depois de a Bell concordar em fornecer-lhe o serviço, eles marcam uma data e hora para irem à sua casa. Tem que estar em casa nessa altura, para que o técnico possa instalar o serviço. As chamadas locais feitas de sua casa serão gratuitas, mas as de longa distância têm um custo extra.

Telefones celulares / portáteis

Os telefones celulares (telemóveis) são muito populares no Canadá e existe uma variedade confusa de planos por onde escolher! Pode descobrir muita coisa sobre os tipos de planos de telefones celulares na Internet, antes de chegar. Eis um website para o/a auxiliar :

www.settlement.org/FD/19.

Aqui os serviços podem ser diferentes dos do país de onde vem. Informe-se sobre os diferentes custos, planos e tipos de telefones disponíveis antes de assinar um contrato com um fornecedor de telefone celular.

Telefone públicos / com pagamento

Encontrará telefones públicos no aeroporto, estações de autocarros e comboios, restaurantes, lojas, centros comerciais e nalgumas ruas. Estes também são conhecidos como "payphones" (telefones a pagar).

Chamadas locais

As chamadas locais, feitas do seu telefone de casa, são gratuitas. Mas custa 50 cêntimos para fazer uma chamada local num "payphone". Custará mais para fazer uma chamada de longa distância.

Para fazer uma chamada para a mesma cidade:

Levante o telefone, deposite 50 cêntimos e marque o número.

A maior parte dos telefones aceita moedas de 5, 10 e 25 cêntimos e de \$1. Se usar uma moeda de \$1 pode acontecer que não receba troco.

Nalgumas áreas, primeiro, poderá ter de marcar o código da área. Por exemplo, em Toronto e áreas circundantes tem de marcar 416, 647 ou 905 antes do resto do número do telefone – há uma enorme quantidade de números de telefone locais com um total de 10 dígitos.

Chamadas de longa distância

Pode obter um plano de longa distância para o seu telefone de casa ou pode escolher usar cartões telefónicos pagos adiantadamente. Os cartões telefónicos pagos adiantadamente, para longa distância, podem ser muito mais baratos que fazer as chamadas em casa. Eles são definitivamente mais baratos do que pagar uma chamada de longa distância com dinheiro ou cartão de crédito num “payphone”.

Quando compra um cartão telefónico deve ver se tem a melhor tarifa para o país para onde vai telefonar. Peça aos vendedores para lhe darem uma tabela de comparação. Compare as tarifas ao minuto, cobradas por diferentes cartões, relativamente ao país para onde vai telefonar.

Também pode fazer “collect calls” (chamadas a cobrar no destino). Uma chamada a cobrar no destino significa que a pessoa a quem está a telefonar pagará a chamada. Para fazer uma chamada a cobrar no destino, marque “0”, depois o código da área e o número de telefone e siga as instruções do sistema automatizado.

Números gratuitos

Alguns números de longa distância são chamados toll-free numbers (números gratuitos). Não há qualquer encargo se você telefonar para um destes números. Eles começam com os números 1-800, 1-866, 1-877 ou 1-888. Os escritórios governamentais, as agências comunitárias e muitas empresas, têm números gratuitos.

Os números 1-900 e 1-976 não são gratuitos. Por cada minuto que está ao telefone, você paga um certo montante. Frequentemente, eles são muito caros.

Utilização da lista telefónica

Você pode encontrar um livro de telefone ou lista telefónica na maior parte dos telefones públicos.

A lista telefónica Páginas Brancas tem quatro secções:

Números de emergência (e guia para clientes)

Esta secção indica-lhe os números de telefone que você precisa de marcar numa crise, como o da polícia. Também lhe dá informação sobre como usar o telefone.

Páginas brancas

Esta secção lista pessoas e empresas na localidade. Inclui os números de telefone e as moradas. As pessoas estão listadas pelo último nome. Tanto as pessoas como as empresas estão listadas em ordem alfabética. Nalgumas cidades maiores, como Toronto, as Páginas Brancas estão divididas em 2 partes – números de telefone pessoais ao princípio e números de telefone de empresas na segunda parte.

Páginas azuis

Esta secção é impressa em papel azul. Ela lista os serviços governamentais e dá-lhe os números de telefone que você precisa para os contactar. Também lista os serviços governamentais por assunto. Por exemplo, para encontrar o Ministério da Saúde, procure em Health (Saúde), nas páginas azuis.

A lista telefónica Páginas Amarelas

É impressa em papel amarelo. Lista empresas por assuntos. Por exemplo, para encomendar pizza, procure Pizza nas páginas amarelas e seleccione um vendedor próximo de si. As páginas amarelas constituem uma brochura separada nas grandes cidades, incluindo Toronto.

Nas grandes cidades, as páginas brancas e azuis e as páginas amarelas são, muitas vezes, impressas em duas listas telefónicas separadas. Nas cidades mais pequenas, elas podem estar juntas numa só lista. Pode encontrar instruções sobre o serviço telefónico e números de emergência no princípio de todas as listas telefónicas.

ENVIO E RECEBIMENTO DE CORREIO

Envio de uma carta ou encomenda

Para enviar uma carta ou uma encomenda, tem de pagar franquia postal. A franquia postal é o montante de dinheiro que custa para enviar a sua carta ou encomenda.

Os serviços postais estão disponíveis nos postos dos correios e balcões postais em lojas, tais como na farmácia/drogaria Shoppers Drug Mart. Para encontrar um posto dos correios, procure o símbolo-logotipo do Canada Post (Correios do Canadá) nas montras das lojas. Também pode utilizar a lista telefónica para encontrar o posto dos correios mais próximo de si.

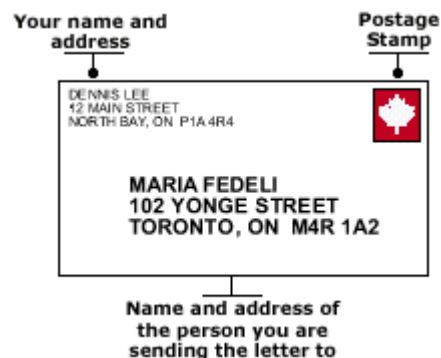
O custo do envio de uma carta ou de uma encomenda depende do tamanho e peso dela. O custo também depende de para onde quer enviá-la e qual a rapidez de serviço que quer utilizar para ela lá chegar. Habitualmente, quanto mais longe a encomenda tem de viajar, mais caro custará.

Se vai mandar uma encomenda para um país diferente, tem de preencher um impresso de alfândega. Pode obtê-lo no posto dos correios. O impresso descreve o conteúdo da encomenda. Também indica o valor da encomenda e o peso dela. Um/a funcionário/a postal do posto dos correios pode ajudá-lo/a a preencher este impresso.

Obtenção de um endereço postal

Depois de encontrar um lugar para viver, as pessoas podem enviar-lhe correio directamente para a sua casa ou para um número de caixa postal. Antes de encontrar um lugar para viver, pode receber correio de três maneiras diferentes:

Pergunte se pode usar a morada de um/a familiar ou amigo/a. Diga às pessoas para mandarem o correio para si, "care of" (c/o – à atenção de) do/a seu/sua familiar ou amigo/a.



Pergunte pelo serviço de distribuição geral no posto dos correios. Este serviço é conhecido em todo o mundo como “posta-restante”. O correio de Distribuição Geral/Poste restante é guardado para levantamento no posto principal dos correios locais. Nas cidades grandes, onde há mais de um grande posto dos correios, um dos postos de correios na área é listado como o ponto de levantamento para o correio de Distribuição Geral/Posta-restante.

O SEU NOME
GD STN MAIN
TORONTO, ON M2R 5H2

Alugue uma caixa postal no posto dos correios ou numa loja que venda serviços a empresas. Isto dar-lhe-á uma morada que pode dar às pessoas que têm correio para lhe enviar. Se receber embalagens demasiado grandes para caber na caixa postal, a loja deixará uma aviso e você pode levá-las no balcão.

TRANSPORTES

Condução

Se vive no Ontário e quer conduzir, tem que ter uma carta de condução do Ontário. O website do Ontario Ministry of Transportation (MTO – Ministério dos Transportes do Ontário), www.mto.gov.on.ca, fornece informação sobre o licenciamento de condutores e veículos na província. Saiba mais no artigo **Como posso obter uma carta de condução do Ontário?** em www.settlement.org/FD/16.

Depois de chegar ao Canadá, pode usar uma carta de condução estrangeira durante 60 dias. A partir de então, terá que fazer um teste de condução e obter uma carta de condução do Ontário. Contacte o Ontario Ministry of Transportation para informação sobre cartas de condução e regras de condução pelo **1-800-387-3445**.

Tem de registar o seu veículo junto da agência provincial de licenciamento de veículos motorizados onde vive e tem de adquirir seguro para ele. É ilegal conduzir sem seguro de carro. O seguro de carro pode ser caro, mas protege-o/a, e aos outros condutores, em caso de acidente.

Se não tem carro, pode alugar um ao dia, à semana ou por mais tempo, numa companhia de aluguer de automóveis. A maior parte destas pode dar-lhe informação sobre as regras de condução.

As companhias de aluguer de carros cobram uma tarifa baseada na quantidade de tempo que tem o carro e na distância que viaja com o carro. Também terá de comprar seguro contra acidentes através deles e de pagar a gasolina que usar.

Deslocações – transportes públicos

Todas as cidades do Ontário têm um sistema de transportes públicos de autocarros ou eléctricos. Toronto também tem um sistema de comboios subterrâneos, chamado metropolitano. A maior parte das cidades fornecem gratuitamente os mapas da rede de transportes.

O Toronto Transit System (TTC – Sistema de Transportes de Toronto) tem informação em mais de 20 línguas no sistema telefónico – telefone para **416-393-4636**. Também pode encontrar informação no website deles, em www.settlement.org/FD/17

Para utilizar os transportes públicos pode pagar cada viagem em dinheiro. Tem que ter o montante exacto de dinheiro para o bilhete porque os condutores não podem dar-lhe troco. Se usar frequentemente os transportes públicos pode comprar bilhetes, tokens (moedas especiais para o sistema, também conhecidas em Português por jetões) ou um passe diário ou mensal. Se pagar cada viagem em dinheiro, fica mais caro. Pode comprar os bilhetes, tokens e os passes nas estações do metro e em algumas lojas.

Por vezes, para chegar onde quer, precisa de mudar de um autocarro, eléctrico ou comboio de metropolitano para outro. Quando isto acontece, precisa de um 'transfer' (bilhete de transferência). Um 'transfer' é um bilhete de papel que diz ao condutor que você não tem de pagar outra vez. Peça ao condutor para lhe dar um 'transfer' quando você entra no primeiro autocarro ou eléctrico.

Deslocação entre cidades

A maior parte das cidades do Ontário tem uma estação de autocarros ou de comboio. Na estação pode saber para onde vai o autocarro ou o comboio, que dias e horas ele circula e quanto custa. Pode telefonar a um agente de viagens para saber os horários e as tarifas dos voos entre cidades.

Táxi

Se não houver qualquer transporte público e/ou você precisar de ir rapidamente a algum lado, pode contratar um táxi. Pode telefonar a uma companhia de táxis e pedir-lhes para irem à morada que você lhes der. Até pode telefonar-lhes adiantadamente e pedir-lhes para lá estarem a uma hora específica.

Também pode mandar parar um táxi nas movimentadas ruas da baixa. Coloque-se no passeio e faça sinal a um táxi que não tenha passageiros. Conseguir um táxi na rua não é fácil em todas as cidades. Só os carros que tiverem um sinal luminoso aceso no tejadilho param para o/a apanhar.

O preço de uma deslocação em táxi aparece no contador instalado à frente, ao lado do condutor. O contador mostra uma tarifa mínima quando você entra no carro. Pergunte ao condutor quanto irá custar a deslocação antes de entrar no carro.

Regras de circulação na rua e na estrada

Os sinais para os peões aparecem em todos os cruzamentos de ruas onde há sinais de luzes. Eles dizem-lhe quando é seguro atravessar a rua. Quando não há sinais de luzes, existem passadeiras nos cruzamentos movimentados.

DINHEIRO E FINANÇAS

Bancos

ABERTURA DE UMA CONTA BANCÁRIA

É boa ideia conhecer as opções bancárias logo que puder. Antes de abrir uma conta, decida quais são as suas necessidades bancárias e compare os serviços em vários bancos.

Uma conta bancária, em qualquer banco, é uma maneira segura de guardar o seu dinheiro e mais fácil de o gerir. Uma conta bancária também ajuda a dar-lhe uma história de crédito, o que será útil se precisar de pedir dinheiro emprestado ou de obter um cartão de crédito.

Há muitos tipos de instituições financeiras onde pode abrir contas de poupanças e/ou à ordem. Os bancos, as companhias de trust e as uniões de crédito (montepios e caixas) dão informação gratuita sobre os seus serviços, incluindo cartões de débito e crédito. Você pode entrar em qualquer banco e fazer perguntas sobre os serviços deles.

Precisa de dois documentos de identificação para abrir uma conta num banco, numa companhia de trust ou numa união de crédito. Habitualmente, um dos documentos deve ter a sua fotografia. Não precisa de depositar uma quantia certa de dinheiro para abrir uma conta. Para abrir uma conta, não tem que estar empregado/a.

UTILIZAÇÃO DE UMA MÁQUINA BANCÁRIA

Quando abrir uma conta bancária, receberá um cartão, chamado cartão de banco, também designado como um cartão de débito. Este cartão permite-lhe tratar dos seus assuntos bancários numa máquina bancária, em vez de utilizar os balcões do banco. Pode usar as máquinas para depositar ou levantar dinheiro e pagar contas. Estas máquinas são designadas como Automated Banking Machines (ABMs – Máquinas Bancárias Automatizadas) ou Automated Teller Machines (ATMs).

O banco escolherá um Personal Identification Number (PIN – Número Pessoal de Identificação) para o cartão. Este é um número de segurança que impede as outras pessoas de usarem o seu cartão. Decore o número. Não diga o seu PIN a outras pessoas. Cada vez que usar o seu cartão de banco, tem de entrar o PIN.

Se você usar a ABM noutra banco que não o seu, ele cobrar-lhe-á uma taxa. A taxa será ainda maior quando você utiliza uma ABM particular (não vinculada a um banco). Pode encontrar estas máquinas em lojas, restaurantes ou outros locais. É frequente cobrarem muito dinheiro só para levantar dinheiro. É mais barato utilizar só as máquinas que sejam propriedade de um banco ou união de crédito.

Cartões de crédito e história de crédito

Mesmo se você tiver tido muitos anos de história de crédito, com companhias de cartões de crédito mundiais como o VISA ou o MasterCard, pode não conseguir obter um destes cartões no Canadá. Isto é uma surpresa para muita gente.

Se possível, não cancele os seus cartões de crédito antes de vir para o Canadá. Pode não conseguir obter um cartão de crédito logo que chega aqui. Se tal acontecer, quererá ter acesso aos cartões de crédito que agora tem.

Para criar a sua história de crédito no Canadá, requeira um cartão de crédito. Fale com os funcionários da sua dependência bancária. O seu banco pode querer dar-lhe um cartão de crédito com um pequeno limite para gastar ou um Cartão de Crédito Garantido.

Para obter um cartão garantido, terá de depositar uma importância em dinheiro no emissor do cartão. O depósito de segurança para um cartão garantido depende do limite de crédito que você pedir. Se pagar os seus encargos de crédito mensalmente e criar uma boa história de crédito, o depósito ser-lhe-á devolvido com juros. Pode, depois, obter um cartão de crédito regular.

Muitas lojas oferecem cartões de crédito para utilizar nelas. Frequentemente, estes cartões têm taxas de juro muito altas, pelo que deve pagar mensalmente todo o saldo em dívida.

Preços e impostos

No Ontário você paga o montante marcado na etiqueta, mais o imposto. Na maior parte das lojas não é vulgar negociar preços mais baixos. É possível fazê-lo nalguns mercados ou lojas etnoculturais.

Quando paga o artigo, o imposto será incluído no total. Muitas vezes, o imposto total será de 13% do preço. Os 13% incluem os 5% federais para o Goods and Services Tax (GST – Imposto sobre Bens e Serviços) e os 8% da Provincial Sales Tax (PST – Imposto Provincial de Vendas).

Você não tem de pagar GST em todas as coisas que compra, como mercearias básicas e medicamentos prescritos por um/a médico/a. Se encomendar álcool num restaurante, será adicionado um imposto de álcool no valor de 10%.

Créditos para Impostos

CRÉDITO PARA O GOODS AND SERVICES TAX (GST)

O GST é o imposto que paga na maior parte dos bens e serviços vendidos no Canadá. O Crédito GST/HST é um pagamento não sujeito a impostos, efectuado de três em três meses, a pessoas individuais e famílias com rendimentos baixos e modestos. Ele devolve todo, ou parte, do GST ou HST que essas pessoas pagam.

Para receber este crédito tem que ser residente no Canadá e ter a idade mínima de 19 anos. Requeira o crédito logo que receba o seu Social Insurance Number. Para receber os pagamentos de GST/HST tem de preencher as Income Tax and Benefit Returns (Declarações de Imposto de Rendimentos e Benefícios) todos os anos.

Pode obter mais informação telefonando para a linha de Informação do GST, pelo **1-800-959-1953**.

CANADA CHILD TAX BENEFIT (CCTB – DEDUÇÃO DE IMPOSTO DAS CRIANÇAS)

Se os seus filhos tiverem menos de 18 anos de idade, talvez você possa receber o Canada Child Tax Benefit (CCTB). O CCTB é um pagamento mensal do governo Canadano que ajuda no custo de criar os filhos.

Pode obter um impresso de requerimento no website da Canada Revenue Agency (CRA – Agência Canadana de Alfândegas e Impostos), em www.settlement.org/FD/20. Você deve requerer o CCTB logo que chega e se instala na sua nova casa.

Eles decidem o montante do seu pagamento com base no número de filhos que tem, suas respectivas idades, a província onde vive e o rendimento global líquido da sua família nos últimos 3 anos.