

Rêyên/bijareyên bo Muqatebûna Tenduristiya Penaberên Sûrî li Ontario'yê

Wezareta Tenduristiyê û Muqatebûna Demdirêj

Bernameya Sîgorta/dabîna Tenduristiyê ya Ontario'yê

Ontario bi riya Bernameya Sîgorta/dabîna Tenduristiyê (OHIP) xwedana pergaleka heyfî ya muqatebûnê ya cîhanî ye ku bûdceya wê dewlet dide. Ev bername (OHIP) heya ku bi sebeb û hokarên bijîşkiyê pêdiviya we bi xizmetên herî bingeîn ên bijîşkiyê û lezgin yên ku hûn li Ontario'yê werdigirin hebe, sîgortaya/dabîna wan dide.

Dema ku hûn bo daxwaza arîkariya bijîşkiyê serdanê dikin, hûn divê karta xwe ya tenduristiyê ya Ontario'yê nîşan bidin. Ew karta nîşan dide ku hûn dikarin xizmetên muqatebûna bijîşkiyê wergirin û OHIP jî sîgortaya wan dide. Dema ku hûn tev li vê bernameyê bibin, hûn ê karta wê wergirin. **Bila karta we herdem bi we ra be.**

Hûn gerek bixwe serdana navenda herî nêzîk a Xizmetên Ontario'yê bidin. Hûn divê van ên jêrê bi xwe ra bînin:

➤ **Belgeyekê ji Dewleta Kanadayê ku rewşa we ya penaberiyê nîşan bide.**

- Ev yek ê Formeka Mayîna Herdemî be ku rayedarekî beşa penaberiyê dê bide we. Ji her yek ji endamên malbata we ra divê formek hebe.

➤ **Belgeyeka ku nîşan bide hûn ê li parêzgeha Ontario'yê bijîn.**

- Ev belge dikare tiştêkî bi navê we be û navnîşana ciyê ku li Ontario'yê hûn ê lê bijîn nîşan bide.

- Ew dikare nameyek ji wê saziyê yan grûpê be ku arîkariyê dide we bo ku

hûn li Ontario'yê cîwar bibin, nîşan bide ku hûn li Ontario'yê dijîn û navnîşana we tê da hebe sa ku Beşa Xizmetan a Ontario'yê bikaribe ji we ra karta tenduristiyê bişîne wir.

- Eger belgeya we tunebe, karmendên li navenda Xizmetan a Ontario'yê dê arîkariya we bikin.

➤ **Belgeyeka ku nav û îmze/wajoya we nîşan bide.**

- Eger belgeyeka we bi nav û îmzeya we hebe, wekî pasporta Sûriyê yan jî her belgeyeka din hebe, ji kerema xwe ra, wê bi xwe ra bînin.
- Eger belgeyeka we bi nav û îmzeya we tunebe, karmendên beşa Xizmetan a Ontario'yê dê arîkariya we bikin.

Nêzîkî 3 hefteyan piştî ku hûn pêvajoya tomarkirina xwe kuta bikin, kartên we yên tenduristiyê yên teze dê ji we ra bînin. Dema ku hûn werin Beşa Xizmetan a Ontario'yê, hûn ê belgenîşaneka (receipt) Pêkanîna Kar wergirin. Hûn dikarin vê belgenîşanê beriya ku karta teze ya tenduristiyê

wergirin, di dema bikaranîna xizmetên tenduristiyê yê bi piştewaniya OHIP'yê (Bernameya Sîgorta/dabîna Tenduristiyê), bi kar bînin.

Her kesê/a ku ji temen û emrê wî/wê ji 15½ salî pirtir e, gerek bixwe were û tomar/navnivîsî

bibe. Li nivîsgehê, wêneyê we yê were girtin, hûn ê îmze bikin bo ku ser karta we ya tenduristiyê bikeve. Ji bo kesên ji 15½ kêmtir, dayîk, yan bav yan jî serperest dikare tomar bike, ji ber ku karta wan a tenduristiyê dê îmze nebe û wêneyên wan jî yê neyên girtin (Dema ku hûn werin serdana navenda Xizmetan a Ontario'yê, naxwaze ku ev zarok jî bi we ra werin).

Her endamê/a malbata we ku xwedan şert û mercên (pêwîst) be, divê xwedanê/a karta xwe ya tenduristiyê ya Ontario'yê be, girîng nîne ew çend salî ne.

Bernameya Demkî ya Tenduristiyê ya Federal

Hemî penaberên sûrî yê ku li 4 November`a sala 2015`an yan piştî wê gihîştin Kanadayê, jê Penaberên bi Piştewaniya Dewletê û yê bi Piştewaniya Beşa Taybet dikarin li gorî Bernameya Demkî ya Tenduristiyê ya Federal [destekên cûreya 1`ê](#) (Type 1 benefits) bi kar bînin. Destekên cûreya 1`ê wekî sîgortaya bingehîn, sîgortaya kemilandinê (supplement) û ya nivîsîna dermanan in.

Hema ji roja ku hûn gihîştin vira va, ev sîgortaya dê hetanî salekê hebe.

Sîgortaya bo muqatebûnên tenduristiyê yê bingehîn wê demê radiwestin ku hûn bikaribin sîgortaya bernameya tenduristiyê ya deverî yan parêzgehî bi kar bînin. Lê, sîgortaya kemilandinê û ya dermanan li gorî IFHP'yê heya salekê didome.

Xetê Tenduristiyê yê Penaberan 1-866-286-4770

Peydakirina dabînkarekî/a muqatebûna tenduristiyê ji bo piraniya penaberên ku teze digihîjin Ontario'yê gaveka yekem a girîng e.

Xetê Tenduristiyê bo Penaberan dikare di çêkirina pêwendiya penaberan û dabînkaran beşa xizmeta tenduristiyê da muqatebûnên veguhestinê di demeka kurt da roleka mezin bilîze û ev ê lîsteyekê ji wan dabînkaran çêbibe û berfireh bike ku dikarin ji penaberan ra xizmetên muqatebûnê bikin.

Bo arîkariyê, ji vê hejmarê telefonê ra zengê/telefonê lêbidin, pêwendiya we dê bi dabînkarekî/a beşa xizmetên tenduristiyê ra çêbibe û ew dikare bo nixandînan destpêkî yê bijîşkiyê û nîşandana xizmetên din ên bijîşkiyê arîkariyê bidin. Ev xet bo rewşên lezgin an qeyranî/krîz nabe.

Xizmetên Muqatebûna Tenduristiyê

Navendên Tenduristiyê yê Deverê

Navendên Tenduristiyê Deverê sazîyên ne-aborî ne ku dikarin arîkariyê bidin we û malbata we sa ku biçin li bal dixoran, perestaran, arîkarên civakî, pisporên xwarinê û kesên din ên muqatebûna tenduristiyê. Ew perwerde û rênîşandanên bo muqatebûna tenduristiyê jî nîşan didin. Bo agahiyên pirtir, hûn dikarin serdana vir bikin: ontario.ca/page/community-health-centres

Navendên Serdana Muqatebûna Deverê

Navendên Serdana Muqatebûna Deverê dezgehên xwecî ne ku li bara bijare û îmkânên li devera we agahiyên didin. Ew arîkariya gel dikin bo ku:

- li malê bi awayekî serbixwe bijîn
- bo bernameyeka rojane, dayîna xaniyê piştewaniyê yan bernameya arîkariya jiyane yan hin muqatebûnên kevn yan

îmkanên vejyandinê daxwaza pejirandinê bikin

- bo pejirandina muqatebûna demdirêj li malê daxwaz bikin.

Bo agahiyên zêdetir serdana vir bikin healthcareathome.ca

Klînîkên Tenduristiya Penaberan

Li seranserê Ontario'yê, gellek deveran klînîk/dermangehên muqatebûna penaberan damezirandine sa ku pêvajoya veguhestinê bo penaberên tezejhatî hêsantir bikin. Bo agahiyên zêdetir, ji xetê Tenduristiya Penaberan **1-866-286-4770** ra telefon bikin.

Xizmetên Diranpizişkiyê

Bo peydakirina dixtorekî/a diranan li devera xwe serdana vir bikin youroralhealth.ca

Bo peydakirina diranpizişk/dixtorekî/a diranan li Toronto'yê, ji Akademiya Diranpizişkan a Toronto'yê ra bi hejmara 416-967-5649 ra telefon bikin. Bo peydakirina diranpizişkan li derveyî Toronto'yê, ji hejmara 416-922-3900 ra zengê/telefonê lêbidin.

Muqatebûna ji kesên extiyar

Li Ontario'yê gellek xizmet bo arîkariya extiyaran hene sa ku jiyana wan a tendurist û serbixwe hebe. Bo agahiyên zêdetir li vir binêrin: ontario.ca/seniors

Xetê tenduristiya telefonî ya Ontario'yê 1-866-797-0000

Eger hûn nexweş in lê hûn nizanin çawan biçin nexweşxaneyê, ji xetê tenduristiya telefonî ya Ontario'yê ra telefon bikin. Bo bikaranîna vê xizmetê, pêdiviya we bi karta tenduristiyê tune ye. Tenduristiya telefonî ya Ontario'yê bêlaş û bê dirav û xetekî pêbawer ê xizmetan e. Hûn dikarin ji perestarekî/a diyarbûyî rênîşandanên tenduristiyê wergirin. Bi şev û roj

(24 saetan) û her 7 rojên hefteyê heye. Hûn dikarin bi zimanên înglîsî û fransî her wiha wergerên bi hin zimanên din xizmetan wergirin

Ji her dera Ontario'yê hûn dikarin ji 1-866-797-0000 ra telefon bikin.

Dema ku hûn ji beşa Tenduristiya telefonî ya Ontario'yê ra telefon dikin, hûn bi perestarekî/a diyarbûyî ra diaxivin. Perestar ê ji we bixwaze pirsgrêka xwe bibêjin û ew ê pirs bike ka rewşa we çî qasî giran e. Wê demê perestar ê rê bide ber we ku çawan ji xwe muqatîyê bikin. Ew perestar her wiha dikare ji we ra bibêje ku hûn gerek biçin li bal dixtroan an an, yan dikare hejmara telefona endamên navendên deverên li derdora we bide we.

Eger rewşa we lezgîn e, ji Tenduristiya telefonî ra telefon nekin. Eger rewş lezgîn be, ji 911 ra telefon bikin.

Yekîneyên Tenduristiya Giştî/Dewletê

Yekîneyên tenduristiya giştî (PHU) ser tenduristiya giştî yan hemî deverê disekinin. Pîsporên tenduristiya giştî kesên dixtor, dixtorên diranan, perestar, pîsporên xwarinê û gellek ên din in. Yekîneyên tenduristiyê bernamêyên jordabirina tenduristiyê û pêşîgirtina li nexweşiyên amade dikin bo ku gel li bara rêbaza tendurist a jiyane û kontrola nexweşiyên agahdar bikin. Ev bernamê û xizmet wekî agahiyên li ser nexweşiyên ji riya cinsî/zayendî wekî AIDS (Êydz), parastina ewlehiya bedenê, agahandina li bara dayîk û bav bûnê, perwerdeya tenduristiyê bo hemî grûpan û xizmetên dîtinbarî (fîlm,...) bo hin rewş û nexweşiyên in.

Bo agahiyên zêdetir bi yekîneya tenduristiya giştî ya devera xwe ra pewendiyê çêbikin (<http://bit.ly/1jMhSMr>).

Ontario'ya Tendurist

Li vir hin agahî û nêrîn hene ku dikarin arîkariyê bidin we û malbata we ku rêbaza jiyana we tendurist be.

- [Smoke-Free Ontario](http://ontario.ca/smokefree) (ontario.ca/smokefree)
- [Healthy Eating](http://bit.ly/1lrw8vR) (<http://bit.ly/1lrw8vR>)
- [Active Living](http://bit.ly/1lrw8vR) (<http://bit.ly/1lrw8vR>)

Ewlekirina (bedenê)

Vaksen û derzî pêşiya nexweşiyên giran digirin-jê gellek nexweşiyên ku li dibistanan û navendên muqatebûnê bi hêsanî berbelav dibin. Ji 200 salî pirtir e ku derziyan li seranserê cîhanê canên mirovan filitandine.

Li bernameya ewlekirina (bedenê) ya Ontario'yê da ku dewlet bûdceya wê dide, eger hûn xwedanê/a şert û mercên pîvanên wê bin, derzîlêdan belaş û bê dirav e. Li vê malperê, hûn dikarin agahiyên li bara ewlekirina pêwîst a bedenê bo zarokên dibistanê yan navenda muqatebûnê wergirin:

ontario.ca/vaccines

Beşa Lezgîn

Bo karên lezgîn ên bijîşkiyê, ji 911 ra telefon bikin. Eger hûn an jî kesek ji malbata we ji nişkê va nexweş bikeve (êşa giran hebe, yan ji xwe va biçe, nikaribe bêhna xwe hilkişîne, beden hişk bibe yan qezayeka giran bike) ji 911 ra telefonê bikin.

Eger hûn bi zimanê Înglîsî nizanin, hema tenê bibêjin "Help" (Arîkarî)! Û zimanê ku hûn pê diaxivin ji berpîrsê/a telefonê ra bibêjin. Ew ê wergêrekî/a zimanê we bidin we. Ambûlans, polîs û beşa agirkuştinê giştî ê werin arîkariya we.

Dema ku hûn ji 911 ra telefon dikin, pêwîst e hûn ji berpîrsê/a telefonê ra bibêjin:

- Çi diqewime û rû dide
- Hûn li ku ne
- Nav, navnîşan û hejmara xwe ya telefonê

Hetanî ku berpîrsê/a telefonê ji we daxwaz neke, telefonê qut nekin. Nexweşên ku digihîjin Beşa Lezgîn yan Odeya Lezgînê (ER), ew ê ji hev cuda bibin. Bi giştî, Beşa Lezgîn gellekî qerebalix e, renga çend saetan bikişîne ku dixtor bikaribe we bibîne.

Tenduristiya Ruhî/Moralî û Bengîbûn

Xetê Arîkariya Tenduristiya Ruhî/Moralî

Xetê Arîkariya Tenduristiya Moralî dikare li bara xizmet û piştevaniyên tenduristiya ruhî/moralî li devera we û li seranserê Ontario'yê agahiyên bide we. Bi hejmara 1-866-531-2600 ra telefon bikin yan jî li malpera mentalhealthhelpline.ca binêrin.

Xetê Arîkariya Madeyên Hişbir û Alkolê

Xetê Arîkariya Madeyên Hişbir û Alkolê li bara xizmetên bo madeyên hişbir û bengîbûna bi alkolê li Ontario'yê agahiyên dide we. Ji beşa Xetê Arîkariya Madeyên Hişbir û Alkolê ra bi hejmara 1-800-565-8603 telefon bikin yan jî li malpera drugandalcoholhelpline.ca binêrin.

Encumena Tenduristiya Ruhî ya Kanadayê-Şaxeya Ontario'yê

Encumena Tenduristiya Ruhî ya Kanadayê (ontario.cmha.ca) ji we ra hûrgilî û agahiyên li bara vê yekê ji we ra amade dike ku hûn çawan li Ontario'yê xizmetên muqatebûna tenduristiyê yê ruhî peyda bikin. Her wiha rê dide ku hûn asta strê û zexta xwe ya derûnî bizanin û pêwendiya nava rewşa xwe ya ruhî û bedenî fêhm bikin.

Navenda Tenduristiya Bengîbûnê û ya Ruhî

Navenda Tenduristiya Bengîbûnê û ya Ruhî (camh.ca) ji we ra agahiyên rast li bara madeyên hişbir, pîrsgirêkên tenduristiya ruhî amade dike. Hûn çî kesek bin ku li dû agahiyên li bara tevliheviyên ducemseî/duhêlî ye, yan jî nexweşkî/a dîlnegîran li bara bikaranîna madeyên hişbir, yan dabînkare/a xizmetan ku hêvîdar e bi zimanekî din çavkaniyan peyda bike, hûn dikarin tiştê ku li dû ne li vir peyda bikin.

Derman û Dermannivîsîn

Ji bo wan penaberên sûrî yên ku li gorî Bernameya Demkî ya Tenduristiyê ya Federal sîgortaya wan heye, sîgortaya dermanan û tiştên din ên li lîsteya bernameya dermanên dewletê ên deverî yan parêzgehî heya salekê dikare bi kar were. Bernameya Sîgorta/dabîne ya Ontario`yê ya Tenduristiyê dermanên wê napejirîne. Eger dixor sa we dermanan binivîse, hûn gerek wê bibin li bar dermanfiroşiyekê.

Dermanfiroş kesên pispor ên muqatebûna tenduristiyê ne ku dikarin wan dermanên ku dixorê/ we nivîsîne bidin we. Ew li dermanfiroşiyên yan li dermanxaneyên li firoşgehên mezin, nexweşxaneyan û navendên muqatebûnê yên deverê kar dikin.

Dermanfiroş:

- Lê dinêrin ku doza/asta dermanên we rast be
- Li bara dûhatên ihtimalî we agahdra dikin.
- Bertekên dermanan bi dermanên din ên ku hûn dixwin, kontrol dikin.
- Ji we ra dibêjin çawan dermanan bixwin.
- Bersiva her pirsên we li bara dermanan didin. Belgeya dermannivîsînê dikare gellekî biha be.

Gellek caran dermanfiroş pere û diravê amadekirina dermanan werdigirin. Ew dirav û pereyê wê ye ku dermanfiroş dermanan sa we amade dike û ev yek li diravê dermanan zêde dibe.

Xizmetên bin Piştevaniya Deverê

“Caredove” (caredove.com) kesên extiyar, kesên kêmendî û muqatekarên wan digihîne beşa xizmetên civaka xwecî (Xwarina ser çerxê, Bernameyên Roja Mezinan, Xwedîkirina li malê, Serdanên dostane, Xwarina şivê bi hev ra, Veguhestin, û hwd) bo ku ew bikaribin bi awayekî serbixwe û ewle li civakê da bijî.

Agahiyên din ên muqatebûna tenduristiyê bo kesên tezehatî

- Pêwendiya Muqatebûna Tenduristiyê dikare we bişîne li bal dixorên malbatê yan perestarekî/ê ku li devera we nexewşên teze dipejirîne. Bo agahiyên zêdetir li vir binêrin: ontario.ca/healthcareconnect
- Li bara xizmetên muqatebûna tenduristiyê li dorbera xwe hûn dikarin agahiyên zêdetir li vir peyda bikin: ontario.ca/healthcareoptions
- Li malpera settlement.org da hûn dikarin hin çavkaniyan peyda bikin kû aghiyên tenduristiyê yên sûdmen pêşkeş bikin bo kesên tezehatî, hetanî mêr û jinên hevregexwaz, trans, cotregex, neasayî û întersêks (LGBTQI).
- Li Ontario`yê herkesek dikare bo muqatebûnê demên berîya zarokanîn, derma zarokanînê u piştî zarokanînê ji xwe ra bijîşik an qabileyan hilbijêre. Jibo peydakirina qabileyan, serdana malpera encumena qabileyên Ontario`yê bikin.

Pirsên we hene?

Eger pirsên we hebin, ji “Infoline” (Xetê Agahiyên) ra nava 8:30 sibê heya 5:00 piştî nîvro telefon bikin. Karmendên wir amade ne bi zimanên înglîsî, fransî û 20 zimanên din arîkariya we bikin. Ji van hejmaran ra telefon bikin:

- 1-866-532-3161
- TTY 1-800-387-5559
- Li Toronto`yê, TTY 416-327-4282

Têbînî: di vê belgeyê da tenê bo raberkirina agahiyên navên malperên kesên din hatine nivîsîn. Tu çavdêriya dewleta navçeyî ya Ontario`yê ser naveroka wan malperan tuneye û dewlet nikare rastbûn u dirûsbûna naveroka wan malperan misoger bike.