ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗੀਆਂ ਦੇ ਵਕੀਲ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ (Psychiatric Patient Advocate Office)

ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਦਰਖ਼ਾਸਤਾਂ: ਵਿਤਕਰਾ ਅਤੇ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ

ਬੇਦਾਅਵਾ: **ਇਹ ਗਾਈਡ ਸਿਰਫ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਲਾਤ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਖਾਸ ਆਪਣੇ ਹਾਲਾਤ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਾਲ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।**

ਓਨਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ *ਕੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ ?*

- ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਓਨਟੇਰੀਓ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ - *ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕੋਡ* (ਕੋਡ) - ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ। ਇਹ ਓਨਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਅਤੇ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ (discrimination and harassment) ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਓਨਟੇਰੀਓ ਦੇ ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਜ਼ਮੀ *ਕੋਡ* ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਓਨਟੇਰੀਓ ਵਿੱਚ 30 ਜੂਨ 2008 ਤੋਂ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਜੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦੀ ਤਫਤੀਸ਼ ਹੁਣ ਓਨਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਾਰੀਆਂ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਓਨਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬ੍ਰਿਨਲ ਕੋਲ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਲੀਗਲ ਸੱਪੋਰਟ ਸੈਂਟਰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵਿੱਚ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ।

- **ਓਨਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬ੍ਰਿਨਲ** (ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ) ਇਹ ਗੱਲ ਪੱਕੀ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ ਕਿ *ਕੋਡ* ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਸਲ, ਲਿੰਗ, ਲਿੰਗੀ ਰੁਝਾਨ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ, ਵੰਸ਼, ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਆਏ ਹੋ, ਨਸਲੀ ਮੂਲ, ਸ਼ਾਦੀ-ਸ਼ੁਦਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਨਾ ਹੋਣ (ਸਮੇਤ ਕਾਮਨ ਲਾਅ - ਬਿਨਾ ਵਿਆਹ ਕਰਾਇਆਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ, ਤਲਾਕਸ਼ੁਦਾ, ਅਤੇ ਅਲਹਿਦਗੀ ਵਾਲੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ), ਉਮਰ, ਅਪਾਹਜਤਾ, ਨਾਗਰਿਕਤਾ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਰੁਤਬੇ ਜਾਂ ਧਰਮ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਪੈਸਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਵਿਤਕਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਅਜਿਹਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਜਰਮਾਨਾ ਰਿਕਾਰਡ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਆਫੀਨਾਮਾ ਮਿਲ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਤਦ ਵੀ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਨਾਂ ਨੂੰ *ਕੋਡ* ਅਧੀਨ "ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਆਧਾਰ" (prohibited grounds) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨਾ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਸਾਡੀਆਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਵਿਤਕਰੇ ਅਤੇ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਈਏ।

ਵਿਤਕਰਾ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- *ਕੋਡ* ਵਿੱਚ ਦਸੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਤੱਤ ਜਾਂ ਕਿਆਸੇ ਜਾਂਦੇ ਕਿਸੇ ਤੱਤ ਕਾਰਣ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਅਨਿਆਂਕਾਰੀ ਸਲੂਕ ਕਰਨਾ, ਕੋਈ ਭੱਤਾ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨਾ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ, ਦੁਸ਼ਵਾਰੀਆਂ ਥੋਪਣਾ ਵਗੈਰ੍ਹਾ। ਵਿਤਕਰਾ (discrimination) ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਦੀ ਮੌਜੂਦੀ ਸਾਬਤ ਕਰਨੀ ਪਵੇ।

- ਤੁਹਾਡਾ ਹੱਕ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ, ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਦੁਕਾਨਾਂ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ, ਬੱਸਾਂ-ਰੇਲਾਂ ਆਦਿ, ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਨਤਕ ਥਾਵਾਂ), ਰਿਹਾਇਸ਼, ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ, ਅਤੇ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਜਾਂ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਜੱਥੇਬੰਦੀਆਂ ਦੀ ਮੈਂਬਰੀ ਵਿੱਚ ਵਿਤਕਰਾ-ਰਹਿਤ ਅਤੇ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹੋਂ।

ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ?

- ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ (harassment) ਵਿਤਕਰੇ ਦੀ ਹੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ *ਕੋਡ* ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦੇ ਆਧਾਰਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਨਰਾਜ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਰਵੱਈਆ, ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਜਾਂ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਲੋਕੀਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰੇਗੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

- ਨਸਲੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਤੰਗ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਗਾਲ੍ਹਾਂ ਕੱਢਣਾ ਜਾਂ ਚੁਟਕਲੇ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਸਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਲੂਕ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਲਿੰਗੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਤੰਗ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਲਿਹਾਜ਼ ਨਾਲ ਘਟੀਆ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿਖਾਉਣਾ ਤੇ ਬੇਸ਼ਰਮੀ ਨਾਲ ਟਿਕਟਿਕੀ ਲਾ ਕੇ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜਿਸਮ ਬਾਰੇ ਅਣਚਾਹੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

“ਕਿਸੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਤਕਰਾ” ਅਤੇ “ਉਸਾਰੂ ਵਿਤਕਰਾ” ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- ਕਿਸੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਤਕਰਾ (indirect discrimination) ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰੇ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਕੋਈ ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਉਸ ਵੇਲੇ ਕਿਸੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਦਾ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਨੂੰ ਕਹੇ ਕਿ ਬਾਲ-ਬੱਚੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ ’ਤੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣਾ।
- ਉਸਾਰੂ ਵਿਤਕਰਾ (constructive discrimination) ਅਜਿਹੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਰਵਾਜਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨਾਂ ਦਾ ਮਕਸਦ ਜਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਜ਼ਾਹਰਾ ਤੌਰ ’ਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਵਿਤਕਰੇ ਵਾਲੀਆਂ ਨਾ ਹੋਵੇ ਪਰ ਜਿਨਾਂ ਦਾ *ਕੋਡ* ਅਧੀਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਗਰੁੱਪ ਜਾਂ ਗਰੁੱਪਾਂ ਉੱਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਵਾਲਾ ਅਸਰ ਹੋਵੇ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਨੇ ਇਹ ਨੀਤੀ ਬਣਾਈ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਸਿਰ ਨਹੀਂ ਢਕਣ ਦੇਣਾ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਮੁਤਾਬਕ ਸਿਰ ਢਕਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

“ਲਿਹਾਜ਼ਦਾਰੀ” ਅਤੇ “ਨਾਵਾਜਬ ਔਖਿਆਈ” ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- “ਲਿਹਾਜ਼ਦਾਰੀ (accommodation) ਦੇ ਫਰਜ਼” ਮੁਤਾਬਕ ਹਰ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ, ਮਾਲਕ ਮਕਾਨ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਹਸਪਤਾਲ) ਨੂੰ ਬਦਲਵੇਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਕੇ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਰਵਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਮਿਲਣ। ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲਿਹਾਜ਼ਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲਿਹਾਜ਼ਦਾਰੀ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਵ੍ਹੀਲਚੇਅਰਾਂ ਦਾ ਲਾਂਘਾ ਬਣਾਉਣਾ, ਕੰਮ ਜਾਂ ਅੱਧੀ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਲਚਕ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ; ਬੋਲ਼ੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਸਾਈਨ ਲੈਂਗੂਏਜ ਤਰਜਮਾਕਾਰ ਬੁਲਾਉਣਾ; ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨਾ, ਮੁੜ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬਦਲਵੇਂ ਅਹੁਦੇ ਉੱਤੇ ਤੈਨਾਤ ਕਰਨਾ।

- ਲਿਹਾਜ਼ਦਾਰੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਖਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜੇ ਇਸ ਨਾਲ "ਨਾਵਾਜਬ ਔਖਿਆਈ" (undue hardship) ਪੇਸ਼ ਨਾ ਆਵੇ। "ਨਾਵਾਜਬ ਔਖਿਆਈ" ਤੈਅ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਤੱਤਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ: ਲਾਗਤ; ਇਹ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਮਾਲੀ ਵਸੀਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ; ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਸਿਰਫ ਇਸੇ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਅਪਾਹਜਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁਕਵਾਂ ਪਾਖਾਨਾ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਕਿ ਇਸ 'ਤੇ ਖ਼ਰਚਾ ਬਹੁਤ ਆਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਲਾਗਤ ਇੰਨੀ ਜਿਆਦਾ ਹੋਣੀ ਸੀ ਕਿ ਹਕੀਕਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਚੱਲਣ ਉੱਤੇ ਅਸਰ ਪੈਣਾ ਸੀ।

ਕੀ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਅਪਾਹਜਤਾ ਵਿੱਚ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

- ਹਾਂ, ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ *ਕੋਡ* ਮੁਤਾਬਕ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਅਪਾਹਜਤਾ ਵਿੱਚ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਕਾਰਣ ਵਿਤਕਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਰਜ਼ ਹੈ।

ਕੋਡ ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਸ-ਕਿਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ?

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਲਈ ਅਲੱਗ ਤਰ੍ਹਾ ਦਾ ਸਲੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ *ਕੋਡ* ਅਧੀਨ ਆਪਣੇ ਹੱਕ ਜਤਾਏ ਸੀ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ "ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਕੱਢਣਾ" (reprisal) ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। *ਕੋਡ* "ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਕੱਢਣ" ਤੋਂ ਜਾਂ "ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਕੱਢਣ" ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਨੂੰ ਨਕਾਰਿਆ ਹੈ, ਤਦ ਵੀ *ਕੋਡ* ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ "ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਕੱਢੇ ਜਾਣ" ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵਿਤਕਰੇ ਜਾਂ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਖਿਲਾਫ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

ੳ) ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਜ਼ਿਆਦਤੀ ਵਾਲਾ ਰਵੱਈਆ ਵਿਖਾਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਰਵੱਈਆ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹਟ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਜੇ ਇਹ ਗੱਲ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਸਾਥ ਦੇਣ ਲਈ ਆਖੋ।

ਅ) ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਲਿਖਤੀ ਲੇਖਾ ਰੱਖੋ:

- ਕੀ ਹੋਇਆ
- ਕਦੋਂ ਹੋਇਆ
- ਕਿੱਥੇ ਹੋਇਆ
- ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕਿਸਨੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂ ਕੀਤਾ
- ਜੋ ਵੀ ਹੋਇਆ, ਉਹ ਕਿਸਨੇ ਵੇਖਿਆ
- ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਕੀ ਕੀਤਾ

ੲ) ਜੇ ਵਿਤਕਰਾ ਜਾਂ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਵਾਕਿਆ ਕੰਮ 'ਤੇ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਯੂਨੀਅਨ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਅਦਾਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਾਰਡ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ "ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਵਕੀਲ" (Patient Advocate) ਨਾਲ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਵਿਤਕਰੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਵਾਕਿਆਤ 'ਤੇ ਕੀ ਜ਼ਾਬਤਾ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੁੱਦੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਭਾਅ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਜਾਂ ਹਾਲਾਤ ਉਵੇਂ ਹੀ ਜਾਰੀ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੈਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਅਰਜ਼ੀ ਕਿਵੇਂ ਦਾਇਰ ਕਰਾਂ?

- ਜੇ *ਕੋਡ* ਵਿੱਚ ਦੱਸੀ ਕਿਸੇ ਵਜ੍ਹਾ ਕਾਰਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਪਾਹਜਤਾ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ ਨਸਲ ਕਰ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਨਟੇਰੀਓ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ।

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰਦਾ ਅਤੇ ਇਨਾਂ ਦਾ ਨਿਬੇੜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਆਮ ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨਾਲੋਂ ਤੇਜ਼ ਰਫਤਾਰ ਅਤੇ ਘੱਟ ਤਕੱਲਫ ਵਾਲੀ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਵਿਉਂਤੀ ਗਈ ਹੈ।

- ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਖਾਸਤ ਦਾਇਰ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਇਸ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਹੋਣ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇ ਸੰਬੰਧਤ ਧਿਰਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਰਖਾਸਤ ਨਿਪਟਾਉਣ ਲਈ ਸਾਲਸੀ ਜਾਂ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਅਜ਼ਮਾਉਣ ਦੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ **ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਲੀਗਲ ਸੱਪੋਰਟ ਸੈਂਟਰ** ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕੇ। ਸੈਂਟਰ ਦੇ 22 ਵਕੀਲ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਮਾਹਿਰ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਤੋਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਰਹਿ ਕੇ ਕੰਮ-ਕਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਮਲੇ ਬਾਰੇ ਮਸ਼ਵਰਾ ਦੇ ਸਕਣਗੇ, ਦਰਖਾਸਤ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣਗੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਨਾ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਜਾਂ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਣਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖਿਲਾਫ ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੂੰ ਦਰਖਾਸਤ ਦਿੱਤੀ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਸਾਲਸੀ ਜਾਂ ਸੁਣਵਾਈ ਵਿਖੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦਰਖਾਸਤ

- ਜਿਸ ਤਾਰੀਖ਼ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰਾ ਵਾਪਰਿਆ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਰਖਾਸਤ ਲਾਜ਼ਮੀ ਉਸ ਤੋਂ **ਇੱਕ ਸਾਲ** ਦੇ ਵਿੱਚ-ਵਿੱਚ ਦਾਇਰ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਲੜੀ ਘਟੀ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਰਖਾਸਤ ਲੜੀ ਦੀ ਆਖਰੀ ਘਟਨਾ ਦੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਦਾਇਰ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦੇਰ ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਕੋਈ ਚੰਗੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੋਵੇ, ਜਿਵੇਂ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲਾ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲੰਘ ਜਾਣ ਤਕ ਵਿਤਕਰੇ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੀ ਨਾ ਹੋਣਾ, ਤਾਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ, ਫੋਨ ਨੰਬਰ, ਅਤੇ ਇਹ ਪੁੱਛਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਾਗਜ਼ਾਤ ਡਾਕ, ਈ-ਮੇਲ ਜਾਂ ਫੈਕਸ ਰਾਹੀਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋਂਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਪੈਕੇਜ ਭੇਜਣਗੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਰਖਾਸਤ ਦਾ ਫਾਰਮ ਅਤੇ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਹੋਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਵੀ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਨਾਂ ਦੀ ਸਮਾਰਟ ਫਾਰਮ (“smart form”) ਨਾਮ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਵਰਤ ਕੇ ਦਰਖਾਸਤ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਦਾਇਰ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਫਾਰਮ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਸੀ (ਕੌਣ, ਕਦੋਂ, ਕੀ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ); ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਕੀ ਅਸਰ ਹੋਇਆ; ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਜਾਂ ਹੱਲ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀ(ਆਂ), ਕੰਪਨੀ, ਸੇਵਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਜਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਮੰਤਰਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖਿਲਾਫ ਤੁਸੀਂ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ (ਇਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਜਾਂ respondent ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਕਾਗਜ਼ਾਤ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਾਅਵੇ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋਂ, ਅਤੇ ਜੇ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਕੋਈ ਗਵਾਹ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ। ਗਵਾਹਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੀ ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ।

- ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਬਾਰੇ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੀ ਆਪਣੀ ਵੀ ਨੀਤੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਇਹ ਗੱਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਨਤਕ ਦਸਤਾਵੇਜ 'ਤੇ ਨਾ ਛਪੇ। ਰਾਜ਼ਦਾਰੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਤੌਖਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਰਖਾਸਤ ਕਿਸੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਰਾਹੀਂ ਦਾਇਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਰਾਹੀਂ ਦਾਇਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਨਾ ਦੇਣੇ ਪੈਣ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਗੱਲ ਪੱਕੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਨੂੰ ਨਾ ਜਾਵੇ।

ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਦਰਖਾਸਤ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਫ਼ਾਰਮ ਮਿਲ ਜਾਵੇ, ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵਾਲੇ ਇਹ ਗੱਲ ਪੱਕੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋਵੇ ਅਤੇ *ਕੋਡ* ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੋਵੇ। ਦਰਖਾਸਤ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਤਰੁੱਟੀਆਂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇਗਾ।

- ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਖਾਸਤ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਦੀ ਇੱਕ ਨਕਲ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ(ਆਂ) ਨੂੰ ਭੇਜ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵੱਲੋਂ ਗਵਾਹਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਟਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ (ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਬਦਲਵਾਂ ਸਿਰਨਾਵਾਂ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ)। ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਨੂੰ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿਣਗੇ।

- ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਜੋ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਦਾਇਰ ਕਰੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੋਵੇਗਾ।

- ਦਰਖਾਸਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਦੋਵੇਂ ਧਿਰਾਂ ਸਾਲਸੀ ਲਈ ਰਜ਼ਾਮੰਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਮੇਜ਼ਬਾਨੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਾਕਮ ਜਾਂ ਐਡਜੂਟੀਕੇਟਰ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਮਾਮਲਾ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਦਰਮਿਆਨ ਮਾਮਲਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇਹ ਗੁਪਤ ਵਾਲਾ ਮੌਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਜੇ ਸਾਲਸੀ ਨਾਕਾਮਯਾਬ ਰਹੇ ਤਾਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਖਾਸਤ ਬਾਰੇ ਸੁਣਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਲੀਗਲ ਸੱਪੋਰਟ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੇ ਕੇ ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਬਿਨਾ ਪੈਸੇ ਦਿੱਤਿਆਂ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਅ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰ ਸਕੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਕੀਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਸੇਵਾ ਲੈਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋਵੋਂ।

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੋਲੀ ਦੇ ਤਰਜਮਾਕਾਰ ਦੀਆਂ ਜਾਂ ਗੂੰਗੇ-ਬੋਲਿਆਂ ਦੀ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਦੇ ਤਰਜਮਾਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸੁਣਵਾਈ ਜਾਂ ਸਾਲਸੀ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਸਕੋਂ। ਬੋਲੀ ਦੇ ਤਰਜਮਾਕਾਰ ਦੀਆਂ ਜਾਂ ਗੂੰਗੇ-ਬੋਲਿਆਂ ਦੀ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਦੇ ਤਰਜਮਾਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੇ ਰਜਿਸਟਰਾਰ ਨੂੰ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੀ ਹੁਕਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਜੇ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਇਹ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਤਕਰਾ ਹੋਇਆ ਸੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੰਗ-ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਉਹ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਨੂੰ ਹੁਕਮ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ:

    - ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਣ-ਸਤਿਕਾਰ, ਜਜ਼ਬਾਤ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚੀ ਸੱਟ ਬਦਲੇ "ਆਮ ਮੁਆਵਜ਼ਾ" (general damages) ਅਦਾ ਕਰੇ;

    - ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਏ ਪੈਸੇ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ, ਜਿਵੇਂ ਨਾਜਾਇਜ ਵਧਾਏ ਗਏ ਕਿਰਾਏ ਜਾਂ ਨਾ ਮਿਲ ਸਕੀ ਤਨਖਾਹ ਬਦਲੇ "ਖਾਸ ਮੁਆਵਜ਼ਾ" (special damages) ਅਦਾ ਕਰੇ।

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਨੂੰ ਇਹ ਹੁਕਮ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਰੁਤਬੇ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਆਵੇ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਤਕਰਾ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੋਣਾ ਹੀ ਸੀ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਵਿਤਕਰੇ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੀ ਨੌਕਰੀ ਚਲੀ ਗਈ ਸੀ ਤਾਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਜਨਤਕ ਹਿਤ ਵਿਚਲੇ ਫੈਸਲੇ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜ਼ਾਬਤੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਹੁਕਮ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਨੀਤੀਆਂ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਵਾਦੀ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈਣ ਲਈ ਆਖਣਾ। ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਸੁਧਾਰਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਦਰਖਾਸਤ ਵਿੱਚ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਮੇਰੀ ਅਰਜ਼ੀ ਨਾਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਬਾਰੇ ਹੀ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤ ਕਾਰਣ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਜੋ ਪ੍ਰਾਵਿੰਸ ਆਫ਼ ਓਨਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਤਹਿਤ ਹੋਣ। ਅਜਿਹੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ, ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ, ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਸੇਵਾ, ਰਿਹਾਇਸ਼, ਸਿਹਤ, ਵਿੱਦਿਆ, ਅਤੇ ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

- ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਖਾਸਤ ਨਾਮਨਜ਼ੂਰ ਜਾਂ ਰੱਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

    - ਵਿਤਕਰੇ ਵਾਲੀ ਘਟਨਾ ਓਨਟੇਰੀਓ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵਾਪਰੀ ਹੋਵੇ (ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਨਿਯਮ ਤੋਂ ਛੋਟਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹਨ)।
    - ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਮਲਾ ਓਨਟੇਰੀਓ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਤਹਿਤ ਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਜਿਵੇਂ ਅਜਿਹਾ ਮਾਮਲਾ ਹੋਵੇ ਜਿਹੜਾ ਫੈਡਰਲ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਆਉਂਦਾ ਹੋਵੇ। ਫੈਡਰਲ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਨਿਯਮਤ ਕੀਤੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾਈ ਸਫਰ, ਚਾਰਟਰਡ ਬੈਂਕਾਂ, ਟੈਲੀਵਿਯਨ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਵਿਭਾਗ ਅਤੇ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਮਾਮਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵੱਲੋਂ *ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਐਕਟ* ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਦਦ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨਾਲ http://www.chrc-ccdp.ca/ ਵਿਖੇ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ 1-888-214-1090 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

- ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜ਼ਰੀਏ ਰਾਹੀਂ ਦਾਅਵਾ ਦਾਇਰ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਦੀਵਾਨੀ ਅਦਾਲਤ, ਕਿਸੇ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨਿਵਾਰਨ ਦੇ ਜ਼ਾਬਤੇ ਰਾਹੀਂ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਲੈਂਡਲਾਰਡ ਐਂਡ ਟੈਨੈਂਟ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ। ਕਈ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦਰਖਾਸਤ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਦੋਂ ਤਕ ਇਸ ਉੱਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਰੋਕ ਜਾਂ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤਕ ਦੂਜੀ ਕਾਰਵਾਈ ਮੁਕੰਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਦੂਜੀ ਕਾਰਵਾਈ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਢੁਕਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

- ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਤਦ ਵੀ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਦਰਖਾਸਤ ਨਾਮਨਜ਼ੂਰ ਜਾਂ ਰੱਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਸੇ ਹੀ ਘਟਨਾ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ "ਪੁਰਾਣੇ" ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ 30 ਜੂਨ 2008 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਜੇ ਆਪਣੀ ਦਰਖਾਸਤ ਹਿਊਮਨ ਰਾਈਟਸ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਿਕਲਪ ਮੌਜੂਦ ਹਨ?

- ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਦਰਖਾਸਤ ਦੇ ਬਜਾਏ, ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਰਾਹ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕਿਸੇ ਪਹਿਲੀ ਦਰਖਾਸਤ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਪੇਸ਼ ਹੋਰ ਬਦਲਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਰਾਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮੈਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ?

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ 30 ਜੂਨ 2008 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਅਤੇ ਉਹ ਕਾਰਵਾਈ ਹਾਲੇ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਈਲ ਨੂੰ "ਤਬਦੀਲੀ ਹੇਠਲੀ" ਫਾਈਲ (transition file) ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਈਲ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟਿਆ ਜਾਵੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਪੇਸ਼ ਰਾਹ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ:
  - ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕਮਿਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੀ ਤਫਤੀਸ਼ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇ। ਕਮਿਸ਼ਨ ਇਸ ਨੂੰ 31 ਦਸੰਬਰ 2008 ਤਕ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।
  - ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨੂੰ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੇ ਖਾਸ ਨਿਯਮਾਂ ਤਹਿਤ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ 31 ਦਸੰਬਰ 2008 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਸ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚ ਸਾਲਸੀ ਦਾ ਇੱਕ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੈਜ਼ਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਵਧੀਆ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਬੰਧਤ ਧਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਹੋਇਆ ਕੀ ਸੀ, ਜਾਂ ਜਿੱਥੇ ਮਹਿਰਾਂ ਦੀਆਂ ਗਵਾਹੀਆਂ ਪੈਣੀਆਂ ਹੋਣ।
  - 31 ਦਸੰਬਰ 2008 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਈ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੇ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਮੌਜੂਦਾ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨੂੰ 30 ਜੂਨ 2009 ਤਕ ਤੇਜ਼-ਰਫਤਾਰ ਨਿਪਟਾਰੇ ਬਾਰੇ ਨਿਯਮਾਂ ਤਹਿਤ ਤਬਦੀਲ ਅਤੇ ਇਨਾਂ 'ਤੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਨਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਲਸੀ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਮਿਲ ਸਕੇਗੀ।
  - 30 ਜੂਨ 2009 ਤਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਮਿਸ਼ਨ ਤੋਂ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਇਹ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਪੱਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਜਾਵੇ।

- ਤਬਦੀਲੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਟਰਾਂਸਫਰ ਰਜਿਸਟਰਾਰ ਨਾਲ (416) 314-8419 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਮੌਜੂਦ ਰਾਹਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ http://www.ohrc.on.ca/en/commission/mission/options/ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਦਦਗਾਰ ਸੰਪਰਕ

- ਤੁਸੀਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਤਕ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਨੂੰ (416) 326-1519 (ਟੋਰੰਟੋ ਵਿੱਚ) ਜਾਂ ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ 1-866-598-0322 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀ ਟੀ.ਟੀ.ਵਾਈ. ਨੰਬਰ (416) 326-2027 (ਟੋਰੰਟੋ ਵਿੱਚ) ਜਾਂ ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ 1-866-607-1240 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ http://www.hrto.ca ਵੇਖੋ ਜੀ।

ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਕੋਲ ਨਵੀਂ ਦਰਖਾਸਤ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਲਈ:

- Richard Hennessy, Registrar
  Human Rights Tribunal of Ontario
  655 Bay Street 14th Floor
  Toronto, ON M7A 1X8

- ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਦਰਖਾਸਤ HRTO.Registrar@ontario.ca ਪਤੇ 'ਤੇ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਫ਼ੈਕਸ ਰਾਹੀਂ (416) 326-2199 ਜਾਂ ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ: 1-866-355-6099 'ਤੇ।

ਦਰਖਾਸਤ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ

- Human Rights Legal Support Centre
  400 University Avenue, 7th Floor, Toronto, ON, M7A 1X8
  ਫ਼ੋਨ (ਟੋਰੰਟੋ): 416-314-6266
  ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ: 1-866-625-5179
  ਟੀ.ਟੀ.ਵਾਈ.(ਟੋਰੰਟੋ): 416-314-6651
  ਟੀ.ਟੀ.ਵਾਈ.ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ: 1-866-612-8627
  ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.hrlsc.on.ca

ਤਬਦੀਲੀ ਤਹਿਤ ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਭੇਜੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਲਈ, ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੀ:

Patricia M. Grenier, Registrar – Transition
Human Rights Tribunal of Ontario
655 Bay Street, 14th floor
Toronto, ON M7A 2A3
ਫ਼ੋਨ (ਟੋਰੰਟੋ): (416) 314-8419
ਫ਼ੋਨ (ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ): 1-866-598-0322
ਟੀ.ਟੀ.ਵਾਈ.: (416) 314-2379
ਟੀ.ਟੀ.ਵਾਈ.(ਟੌਲ-ਫ੍ਰੀ): 1-800-424-1168
ਫ਼ੈਕਸ: (416) 314-8743
ਈਮੇਲ : HRTO.Registrar-Transition@ontario.ca

ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗੀ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਾਈਕਿਆਟ੍ਰਿਕ ਪੇਸ਼ੈਂਟ ਐਡਵੋਕੇਟ ਆਫਿਸ ਨੂੰ 1-800-578-2343 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।