

بڼه راغلاست او د معلوماتو رهنما  
د افغانانو لپاره په همیلټن، آنتریو کې

چمتو شوی:

د همیلټن مهاجرت ملګرتیا شورا (HIPC)

[/https://hamiltonimmigration.ca](https://hamiltonimmigration.ca)

اګست ۲۰۲۲



Funded by:

Financé par :



Immigration, Refugees  
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés  
et Citoyenneté Canada

## فهرست

- 1 ..... همیلتن ته ښه راغلاست
- 2 ..... د افغانانو د مهاجرت لپاره خانګړې لارې
- 3 ..... ستاسو لومړنی څو ورځي
- 3 ..... د ټولنیزې بیمې شمیرې (SIN) لپاره درخواست وګړئ
- 3 ..... د عامې روغتیا بیمې لپاره درخواست وګړئ
- 3 ..... یو باتکي حساب خلاص کړئ
- 3 ..... د ځای په ځای کولو محلي خدماتو برابرۍ سره اړیکه ونیسئ
- 4 ..... عاجل او د روغتیا په اړتیا معلومات
- 5 ..... مالي او نوري مرستې
- 5 ..... هستوګنې
- 6 ..... د ځای په ځای کولو خدمتونه
- 7 ..... د ژبې لارښوونه
- 8 ..... د کارموندني ملاتړ
- 9 ..... ترجمه او تفسیر
- 9 ..... روغتيايي پاملرنه
- 11 ..... په ښوونځي کې د ماشومانو شاملول
- 12 ..... د ماشوم پاملرنې موندل
- 13 ..... د تحصیلات ارزیاې
- 13 ..... ترانسپورت
- 14 ..... تفریحګاه
- 15 ..... د مشرانو لپاره منابع
- 15 ..... افغاني سازمانونه، د عبادت ځایونه او دوکانونه

## هميلتن ته بڼه راغلاست

بڼه راغلاست! د هميلتن ښار خوښ دی چې تاسو او ستاسو کورنۍ ته بڼه راغلاست او ملاتړ کوي کله چې تاسو په کاناډا کې نوی ژوند پیل کوئ.

هميلتن په جنوبي اونټاريو کې يو متوسط ښار دی چې متنوع نفوس لري ، په شمول د يوې قوي افغان ټولني. مور د نړۍ له نورو برخو څخه د بې ځايه شويو خلکو د بڼه راغلاست اوږد تاريخ لرو. د سيمه ايزو خدماتو برابرۍ، قومي اتحاديې، او د مذهبي ټولنو قوي شبکې ستاسو د مرستې لپاره دلته دی.

زموږ ښار د نړۍ په درجه روغتونونو، د لوړې درجې پوست ټاټوبي تحصيلي موسسو، او يو متحرک اقتصادي کور هم دی.

دلته د هميلتن په اړه ځيني حقايق موجود دي:

- نفوس: ۵۶۹۰۰۰
- د هميلتن ۲۵٪ نفوس د کاناډا څخه بهر زيږيدلی
- هميلتن په هيواد کې ترټولو متنوع اقتصاد لري
- د روغتيا پاملرنې سيمه ايز مرکز په توگه، هميلتن په ۲۰۱۸ کې د کاناډا د روغتونونو غوره ښار په توگه نومول شوی و.
- په هميلتن کې له ۱۰۰ څخه ډير آبشارونه او ډيری پارکونه موجوديت لري، په شمول د اوبو څنډه
- هميلتن د ۱۵۰۰ اوسيدونکو کور دی چې د افغان په توگه پيژندل کيږی، او فارسي د ښار د ۱۰ غوره ژبو څخه يوه ده چې په کور کې خبرې کيږی.

لکه څنگه چې تاسو په هميلتن کې خپل نوی ژوند پیل کوئ، دا سند مهم معلومات چې تاسو بايد په لومړيو څو ورځو کې پوه شۍ وړاندې کوی او همدارنگه د خدمتونه او کمکونه ستاسو سره مرسته کوي

## د افغانانو د مهاجرت لپاره ځانگړې لارې

د ۲۰۲۱ کال په اگست میاشت کې په افغانستان کې له امنیتي او سیاسي بدلونونو وروسته، د کاناډا حکومت اعلان وکړ چې ۴۰ زره افغانانو ته به د لاندې دريو لارو کې معیشت ورکوي. د نورو معلوماتو لپاره، ددی وبسایت څخه لیدنه وکړئ:

<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/afghanistan/special-measures.html>

- د ۱۸۰۰۰ افغانانو (او د هغوی کورنیو) چې د کاناډا حکومت سره یې مرسته کړې دی، د بیا ځای پر ځای کولو لپاره د مهاجرین ځانگړی پروگرام. (دا پروگرام د ۲۰۲۲ په جولای کې پای ته ورسید).  
• د ۵۰۰۰ افغانانو لپاره د دایمي استوگنې لاره چې په افغانستان کې د کاناډا د حکومت د سفارت د پخوانیو ترجمانانو د کورنۍ غړي دي.  
• ځانگړی بشردوستانه پروگرام د زیان منونکو افغانانو په بیا میشته کولو تمرکز کوي، پشمول د بشري حقونو فعالین، بنځینه مشران، خبریالان، قومي/مذهبي اقلیتونه او د LGBTI افراد.  
• د دې لپاره چې نور معلومات ترلاسه کړی چې کومه لاره په چا باندې تطبیق کېږي، د دا وسیله چې د کاناډا حکومت لخوا رامینځته شوي دي کار واخلي:

<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/afghanistan/wizard.html>

- د مهاجرین افغانانو د پوښتنو لپاره وقف شوی خدمتی چینل  
• ۴۲۴۳-۳۲۱-۶۱۳ ته زنگ ووهئ، راټول تلیفونونه منل کېږي  
• د [IRCC بحران ویب فارم](https://www.ircc.ca/) څخه کار واخلي

<https://secure.cic.gc.ca/ClientContact/en/Crisis>

## ستاسو لومړنی څو ورځي

يو نوي هيواد ته راتلل ډير مشکل كيدى شي ، مگر كله چې تاسو كاناډا ته ورسيرئ دلته ځيني لومړني شيان دي چې تاسو كولاى شئ د پيل كولو لپاره انجام وركړئ.

### د ټولنيزې بيمې شميرې (SIN) لپاره درخواست وركړئ

- تاسو د حكومت د پروگرامونو او گټو ته لاس رسى يا د كار كولو لپاره SIN ته اړتيا لرئ. تاسو بايد د خپل SIN لپاره يو درخواست تكميل وكړئ، او د درخواست تكميل كولو لپاره ځيني ملاتړ اسنادو ته اړتيا لري. د دې لپاره چې وگورئ كوم اسنادو ته اړتيا لرئ او څنگه آنلاین درخواست وكړئ، لاندنى وبسايټ ته مراجعه كړئ:

[sin-nas.canada.ca/en/Sin/](http://sin-nas.canada.ca/en/Sin/)

- او يا، تاسو كولاى شئ چه په شخصي توگه د كاناډا د خدماتو مركز ته درخواست وكړئ. د خپل محل د كاناډا د خدماتو مركز ځاى پته كولو لپاره لاندنى وبسايټ ته مراجعه كړئ

<https://www.servicecanada.gc.ca/tbsc-fsco/sc-hme.jsp?lang=eng>

### د عامې روغتيا بيمې لپاره درخواست وركړئ

- د روغتيا پاملرنې ته د لاس رسې لپاره لكه د ډاكټر ليدل يا د روغتون خدماتو كارول، تاسو اړتيا لرئ چه د اونټاريو روغتيا بيمې پروگرام كارت (OHIP) ولرئ. د (OHIP) د درخواست لپاره په لاندنى وبسايټ ته مراجعه وكړئ.

<https://www.ontario.ca/page/apply-ohip-and-get-health-card>

يا د خدمت اونټاريو معلوماتى لاین ته زنگ ووهئ ۱-۸۶۶-۵۳۲-۳۱۶۱ (۱-۸۶۶-۵۳۲-۳۱۶۱) (۱-۸۰۰-۳۸۷-۵۵۵۹): تى تى وای)

### يو بانكي حساب خلاص كړئ

- د بانكي حساب پرانيستلو لپاره، تاسو بايد يو بانك ته لار شئ او د پېژندنه سند لكه پاسپورټ، د موټر چلولو جواز، يو (SIN)، يا بل د منلو وړ سند بنكاره كړئ. د منلو وړ اسنادو لپاره په لاندنى وبسايټ ته مراجعه وكړئ.

<https://settlement.org/ontario/daily-life/personal-finance/banks/how-do-i-open-a-bank-account/>

يا د نورو معلوماتو لپاره د كاناډا مالي مصرف كونكي ادارې (۱-۸۶۶-۴۶۱-۳۲۲۲) ته زنگ ووهئ. ډيرى بانكونه د تلفون له لارې وړيا ترجمانى وړانديز كوي.

### د ځاى په ځاى كولو محلي خدماتو برابر ونكئ سره اړيکه ونيسئ

- د محلي خدمات وړاندې كوونكو ، د هميلټن دنوي راغلو خلكو سره د ځاى پر ځاى كولو مرسته كوي. دا مرسته د لارښوونې ، معلوماتو او راجع كولو ، د ژبې لارښوونې ، د كارپيدا كولو ملاتړ ، د ټولني اړيكي او نور چمتو كوي.

- د دې سازمانونو لپست چه دوى كوم خدمت وړاندې كوي ، او د دوى د اړيكو معلومات لپاره لاندنى وبسايټ ته مراجعه وكړئ <https://www.hamiltonimmigration.ca/find-services>

## عاجل او د روغتیا په اړتیا په معلومات

- د سمدستي عاجل خدماتو او د ژوند گواښونکي حالت لپاره، مهرباني وکړئ له هر تلیفون (موبایل، کور یا عامه تلیفونونو) څخه ۹۱۱ ته زنگ ووهئ.
- که تاسو کومه غیر عاجل طبي پوښتنه لرئ یا اړتیا لرئ چې پوه شئ چې چیرې کلینیک یا روغتون ومومئ، ۱-۸۶۶-۷۹۷-۰۰۰۰ ته زنگ ووهئ.
- دلته دوه عاجل پاملرنې مرکزونه شتون لري چې په کال کې ۳۶۵ ورځې خلاص دی او فعالیت کوي. تاسو هڅول کیري چې د عاجل پاملرنې مرکز څخه لیدنه وکړئ که چیرې ستاسو حالت د ټاکل شوي ډاکټر لیدو ته انتظار نشي کولای.

1. مین ستریت وست ارجنت کیپر

690 Main St W, Hamilton, ON L8S 1A4

ماسپینین - د ماښام ۷:۰۰ بجې په اونی کې ۷ ورځې

2. ارجنت کیپر کینگ کمپس (سینټ جوزف هیلت کیپر همیلټون)

2757 King St, Hamilton, ON L8G 5E4

د سهار ۸:۰۰ - د شپه ۱۰:۰۰ بجې، په اونی کې ۷ ورځې

- که تاسو د روانی حالت سره مخ یاست، یا خبرې کولو ته اړتیا لرئ، یا د روانی روغتیا ملاتړ په لټه کې یاست، د وریا شمیرې ۱-۸۳۳-۳۵۴-۱۶۲۸ ته زنگ ووهئ.
- د کورنی تاوتریخوالی د خدماتو لپاره، لاندې خدماتو څخه یو ته زنگ ووهئ:
  - مارټا هاؤس: د ۲۴ - ساعتونو بحران کرښه ۹۰۵-۵۲۳-۶۲۷۷
  - اناسمچ هاؤس: د ۲۴ - ساعتونو بحران کرښه ۹۰۵-۵۲۹-۸۶۰۰
  - انټروال هاؤس: د ۲۴ - ساعتونو بحران کرښه ۹۰۵-۳۸۷-۸۸۸۱
  - ساچا: د ۲۴ - ساعتونو بحران کرښه ۹۰۵-۵۲۵-۴۱۶۲
- د کووید-۱۹ په اړه د عامې روغتیا لارښوونې لپاره، لاندې لینک ته مراجعه وکړئ، کوم چې په دري او پښتو ژبو هم سرچینې چمتو کوي:

<https://www.publichealthontario.ca/en/diseases-and-conditions/infectious-diseases/respiratory-diseases/novel-coronavirus/public-resources?tab=27>

- مهرباني وکړئ په یاد ولرئ چې په اونټاریو کې په ځانگړو ځایو کې د ماسک کولو اړتیا دی. دا اړتیاوي په چټکۍ سره بدلیري، مگر تاسو کولای شئ د تغیراتو په باره په دی وبسایت کې مراجعه وړئ.  
<https://covid-19.ontario.ca/public-health-measures#overview>
- همیلټن مختلف کلینیکونه لري چې د کووید-۱۹ واکسین وړاندېز کوي. د ځایونو لپاره په دی وبسایت کې مراجعه وړئ.  
[www.hamilton.ca/GetYourVaccine](http://www.hamilton.ca/GetYourVaccine) یا د کووید-۱۹ واکسین هات لاین ته په ۹۰۵-۹۷۴-۹۸۴۸ تلیفون کولو سره، ۷ انتخاب. ترجمه موجود دی.

## مالي او نوري مرستي

د حکومت لخوا مرسته شوي محاجرین (GARs) مالي مرستي ترلاسه کوي ، د پیل کولو تخصیص او میاشتنی مصارف ، د مهاجرینو او تابعیت د کاناډا موسسه لخوا (IRCC) تر ۱۲ میاشتو پورې مشتمل دی. دا مرستي د خورو، کرایې، ترانسپورت او نورو لگښتونو د پوښښ لپاره دي، مگر ډیری کورنی باید د اضافي کارموندني عاید یا د ماشومانو مالیاتو گټو باندې تکیه وکړي.

په خصوصي توگه دعوت شوي مهاجرین دا مالي مرسته د خپلو سپانسرانو څخه ترلاسه کوي.

هغه کورنی چې د ۱۸ کلونو څخه کم عمر لرونکي ماشومان لري د هر ماشوم لپاره د کاناډا د ماشوم گټې (CCB) ترلاسه کولو وړ دي. د (CCB) په اړه نور معلومات او څنگه درخواست وکړئ لاندې لینک ته مراجعه وکړئ

<https://www.canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview.html>

GST/HST کرایدیت یو غیر مالیه وړ مقدار دی چې په کال کې څلور ځله د تیب او متوسط عاید لرونکي اشخاصو او کورنیو ته ورکول کیږي ترڅو د پلور مالیه خساره کې مرسته وکړي چې دوی د توکو او خدماتو لپاره تادیه کوي. د درخواست کولو لپاره، لاندني لینک ته مراجعه وکړئ:

<https://www.canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/gsthstc-apply.html>

په همیلتن کې د خوراکي بانکونه شتون لري چې اړو کسانو او کورنیو ته په عاجل ډول خوراکي توکي چمتو کوي. د کورنی د هر غړي پیژندنه او د عاید او یا استوگني اسناد ته اړتیا لیدل کیدی شي. ډیری خوراکي بانکونه د ماشوم خواره هم توزیع کوي. د خورو بانکونو لیست لپاره، لاندني لینک ته مراجعه وکړئ

<https://www.hamiltonfoodshare.org/contact-2/food/>

## هستوگني

د حکومت لخوا مرسته شوي مهاجرینو ته د ویسلي د بیا میشتیدني مرستي پروگرام د کارمندانو لخوا لنډمهاله استوگنځي او د دایمي کور پیداکولو کې مرستي چمتو کیږي <https://wesley.ca/program/newcomer-services-rap/>

RAP کارمندان به ستاسو د دایمي کور لپاره د فرنیچر په خوندي کولو او تحویلولو کې هم مرسته وکړي

مهرباني وکړئ په یاد ولرئ چې که تاسو د حکومت په مرسته مهاجر یاست او په یوه بله ټولنه کې ځای پر ځای شوي یاست او تصمیم لری چې همیلتن ته لاړ شئ، ویسلي به د لنډمهاله هستوگني چمتو کولو توان ونلري مگر کولای شي ستاسو سره د خپل دایمي کور په پیداکولو کې مرسته وکړي.

په خصوصي توگه تمویل شوي مهاجرینو ته د دوی د خصوصي سپانسر لخوا د لنډمهاله استوگنځي برابر کیری او د دایمي استوگني په لټول مرستي کوی، که دا د پنځو کسانو یوه ډله او یا د ټولني سازمان د سپانسرشپ ترون لرونکي له لاری وی.

د اوسیدو لپاره د ځای پیداکول ممکن ستاسو له لومړیتوبونو څخه وي. ستاسو د کور انتخاب ستاسو په اړتیاو او ستاسو په بودیجه پورې اړه لري. د هستوگني خدمتونه او ملاتړ ، کولای شي تاسو سره د کرایې ځای په پیدا کولو ، مالي ملاتړ ته لاس رسی ، او د کرایه کونکي په توگه د حقونو او مسؤلیتونو په اړه پوښتنې ته ځواب ، مرسته وکړي.

- د هیملټن د هستوګنې مرستې مرکز کولای شي تاسو سره د کور پیدا کولو، سبسایډي یا مالټري کور ته لاس رسې، د کرایه کونکي په توګه خپل حقونه درک کول، او نورو کې مرسته وکړي. لاندني لینک ته مراجعه وکړئ.

<https://www.housinghelpcentre.ca/about-us.html>.

- لاندني لینک د کرایې لیستونه هم لري

<https://www.housinghelpcentre.ca/rental-listings.html>

- تاسو کولای شئ د هیملټن ښار لخوا وړاندیز شوي د سبسایډي کور لپاره هم د لاندني لینک لخوا درخواست وکړئ
- سبسایډي کورونو لپاره د انتظار لیست شتون لري. <https://www.hamilton.ca/cityhousing-hamilton/applicants> مهرباني وکړئ په یاد ولرئ چې د

## د خای په خای کولو خدمتونه

د استوګنې سازمانونه تاسو ته معلومات او مرسته برابروي، پداسې حال کې چې تاسو په کاناډا کې د ژوند کولو سره سمون کوئ. دوی په څو ژبو کې کلتوري حساس خدمتونه وړاندې کوي، پشمول د ژوند کولو خای پیدا کولو کې مرسته، انګلیسي یا فرانسوي زده کړه، د کار پیدا کولو، د تعلیمي او مسلکي مهارتونو ارزښت، نورو خدماتو ته راجع کول لکه قانوني مرسته، د ټولني سره اړیکه، د فورمو او درخواست ډکول، او د مهاجرت یا استوګنې په اړه نورو عمومي اندیښنو ته ځواب ویل.

لاندې سازمانونه کولای شي چې تاسو ته لارښوونه او معلومات درکړي او همدارنګه ستاسو اړتیاوې ارزوي او تاسو په ټولنه کې مناسبو سرچینو ته راجع کوي:

- ویسلي

د تماس کس: د مفصل معلوماتو سره یو پیغام پرېږدئ؛ تاسو به په ۴۸ ساعتونو کې بیرته تلیفون ترلاسه کړئ

د برېښنالیک پته: [newcomer.services@wesley.ca](mailto:newcomer.services@wesley.ca)

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۸-۵۶۲۹ اګست ۳۰۲

ویب پاڼه: <https://wesley.ca/program/newcomer-services-rap/>

- د مهاجرینو کاري مرکز

د تماس کس: روزمیري اسواني، د فرنټ لاین د خای په خای کولو خدماتو مدیر

د برېښنالیک پته: [raswani@iwchamilton.ca](mailto:raswani@iwchamilton.ca)

د تلیفون شمېره: ۹۰۵-۵۲۹-۵۲۰۹ اګست ۳۲۲۴

ویب پاڼه: [www.iwchamilton.ca](http://www.iwchamilton.ca)

- YMCA د هیملټن، برلینګټن او برانتفورډ

د تلیفون شمېره: ۹۰۵-۵۸۶-۸۴۵۲



وېب پاڼه: [www.ymcahbb.ca](http://www.ymcahbb.ca)

• د هیمیلټن YWCA

د تماس کس: تحریم ظفر - مدیر، د خای په خای کولو او د اوسیدو خدمتونه

د بریښنالیک پته: [tzafar@ymcahamilton.org](mailto:tzafar@ymcahamilton.org)

د تلیفون شمیره: ۲۸۹-۵۵۶-۸۰۵۹

وېب پاڼه: [www.ymcahamilton.org/join](http://www.ymcahamilton.org/join)

### د ژبې لارښوونه

نوي راغلي کسان کولای شي چه د انگلیسي او فرانسوي ژبو وړیا ټولګیو ته لاس رسی پیدا کړی. د ژبې ټولګیو تاسو سره مرسته کوي چې ستاسو د ژبې مهارتونه زده یا ښه کړي، د کاناډا د کلتور په اړه زده کړې او فرصتونه چمتو او د ټولني سره اړیکه ونیسي. ټولګي د هغو خلکو لپاره وړاندي کيږي چې د انگلیسي ژبې مختلف مهارت لري، د ژبې زده کړې څخه تر پرمختګ او مشخص د مسلک پورې.

• په دې ټولګیو کې د نوم لیکنې لپاره، تاسو باید لومړی د هیمیلټن، برلینګټن او برانټفورد د YMCA سره د ژبې د ارزښایي وخت وټاکئ <https://www.ymcahbb.ca/new-canada> یا ۸۴۵۲-۵۲۶-۹۰۵ یا ۶۶۲-۹۰۵ ته زنگ و هلو سره.

• د معلوماتو لپاره چې کوم سازمانونه د ژبې لارښوونې وړاندېز کوي، لاندني لینک ته مراجعه وکړی <https://www.hamiltonimmigration.ca/find-services>

که تاسو غواړئ چې د انگلیسي ژبې د ښه کولو لپاره په غیر رسمي انگلیسي خبرو اترو کې برخه واخلي او ملګري پیدا کړئ پداسې حال کې چې د انگلیسي ټولګیو د نوم لیکنې په انتظار کې یاست، د راتلونکو غونډو لپاره د راجستر کولو لپاره لاندې سازمانونو سره اړیکه ونیسي:

• هیمیلټن YWCA

د زیری لټبرج، [Dlethbridge@ymcahamilton.org](mailto:Dlethbridge@ymcahamilton.org)، ۲۸۹-۲۶۰-۶۰۶۴

• د هیمیلټن عامه کتابتون

کنډرا کولډری، [nlc@hpl.ca](mailto:nlc@hpl.ca)

• موهاک کالج

لیل اسیف، [lil.acive-vargas@mohawkcollege.ca](mailto:lil.acive-vargas@mohawkcollege.ca)، ۱۲۱۲-۵۷۵-۹۰۵ اکستشن ۳۰۹۲

• د هیمیلټن، برلینګټن او برانټفورد YMCA

ابیر السید، [abir.alsaid@ymcahbb.ca](mailto:abir.alsaid@ymcahbb.ca)، ۳۹۵۳-۵۳۱-۹۰۵

• BGC هیمیلټن-هالټن

رییکا کلاز، [rebekah.clause@bgchh.com](mailto:rebekah.clause@bgchh.com)، ۲۸۱۴-۵۴۹-۹۰۵ اکستشن ۲۶۹

- د مهاجرينو كاري مركز  
روزمري اسواني، [raswani@iwchamilton.ca](mailto:raswani@iwchamilton.ca)، ۵۲۰۹-۵۲۹-۹۰۵-۹۰۵ اگستتشن ۳۲۲۴  
وسام محمد، [wmohamad@iwchamilton.ca](mailto:wmohamad@iwchamilton.ca)، ۵۲۰۹-۵۲۹-۹۰۵ اگستتشن ۱۲۵۲

## د کارموندني ملاتړ

په هميلټن كې د خدماتو چمتو كونكي، كولاى شي چه تاسو سره د كار پيداكولو كې مرسته وكړي. دوى كولاى شي چه تاسو سره د دندې لټول مهارتونو رامېنځته كولو، د سى وى ليكلو، او د مركو د چمتو كولو لپاره كې مرسته وكړي. دوى كولاى شي تاسو د لارښوونې فرصتونو، د كار ځاى پرځاى كولو فرصتونو، او نور ډير څه سره وصل كړي. لاندې په هميلټن كې د كار پيدا كولو خدمت چمتو كونكي او د تماس اشخاص دي

- **موهاك كالج**  
بن گېسن، [beth.gibson1@mohawkcollege.ca](mailto:beth.gibson1@mohawkcollege.ca)، ۹۰۵-۵۷۵-۲۴۲۱
- **كالج بوريل**  
لوک بوناونچورا، [ucbonaventurea.amoussou@collegeboreal.ca](mailto:ucbonaventurea.amoussou@collegeboreal.ca)، ۹۰۵-۷۷۷-۱۵۶۲
- **واى ام سى هى (YMCA)**  
اونا گېسن، [una\\_gibbons@ymca.ca](mailto:una_gibbons@ymca.ca)، ۹۰۵-۵۴۰-۹۶۱۳ يا مايكل كادل، [michael.caudle@ymcahbb.ca](mailto:michael.caudle@ymcahbb.ca)، ۶۴۷-۴۲۴-۳۲۷۱
- **واى دبليو سى هى (YWCA)**  
میزی ریمنډ برون، [mrbrown@ywcahamilton.org](mailto:mrbrown@ywcahamilton.org)، ۱۵۱ اگستتشن ۹۹۲۲-۵۲۲-۹۰۵
- **امیگرنت ورکنیگ سنتر (د مهاجرينو كاری مركز)**  
اوزما قریشی، [uqureshi@iwchamilton.ca](mailto:uqureshi@iwchamilton.ca)، ۱۲۳۹ اگستتشن ۵۲۰۹-۵۲۹-۹۰۵
- **ویسلی**  
اورسیدا گوریشتی، [Orsida.gorishti@wesley.ca](mailto:Orsida.gorishti@wesley.ca)، ۲۸۹-۲۳۷-۸۹۵۰
- **وی پی ای سولوشن**  
میشل اوبرمولر، [michelleobermuller@vpi-inc.com](mailto:michelleobermuller@vpi-inc.com)، ۹۰۵-۳۸۷-۲۲۲۰
- **گودول - تمرکز د معلول کسان لپاره**  
ریچل هنت، [rhunt@goodwillonline.ca](mailto:rhunt@goodwillonline.ca)، ۹۰۵-۵۷۵-۲۱۷۷
- **پټ امپولایمنټ - تمرکز د معلول کسان لپاره**  
[reception@pathemployment.com](mailto:reception@pathemployment.com)، ۹۰۵-۵۲۸-۶۶۱۱

ورک فرس پلانگ همیلتن د کار بورډ موجود دی چیرې چې تاسو کولای شئ د همیلتن په سیمه کې د کار فرصتونه پیدا کړئ.

<https://www.workforceplanninghamilton.ca/jobs/>

### ترجمه او تفسیر

په همیلتن کې سازمانونه داسې کارمندان لري چې په دري یا پښتو ژبو خبرې کوي یا کولای شي چې تاسو ته مناسب ترجمانی خدماتو ته راجع کړي.

که تاسو د ژباړونکي په لټه کې یاست یا له دري یا پښتو څخه ژباړل شوي سند ته اړتیا لرئ، تاسو کولای شئ له ویسلي سره په

۵۶۲۹-۹۰۵ ۵۲۸ اکستشن ۳۰۲ یا [interpretation.services@wesley.ca](mailto:interpretation.services@wesley.ca) اړیکه ونیسئ.

د سند د ژباړې او تفسیر خدمت لپاره، تاسو کولای شئ د ITS همیلتن څخه هم لیدنه وکړئ <https://www.itshamilton.com> لطفاً په یاد ولرئ چې دا خدمت وړیا نه دی.

### روغتیایي پاملرنه

د حکومت په مرسته یا په خصوصي توګه تمویل شوي مهاجر په توګه، تاسو د لنډمهاله فدرالي روغتیا پروګرام (IFHP) ته لاسرسی لرئ تر هغه پورې چې تاسو خپل OHIP کارت ترلاسه کړئ. IFHP تر ۱۲ میاشتو پورې ځینې درمل نسخي، غاښونه او نور خدمتونه هم پوښوي. د حکومت لخوا مرسته شوي مهاجرین کولای شي سمدستي خپل OHIP کارت ترلاسه کړي.

ستاسو د اونټاریو روغتیا بیمه چې د OHIP کارت په نوم پیژندل کیږي ډیری روغتیایي خدمتونه پوښوي، لکه د ډاکټرانو خدمتونه او په روغتون کې پاتې کېدل. د خپل OHIP کارت درخواست او ترلاسه کولو لپاره د خدمت اونټاریو ځای څخه لیدنه وکړئ: <https://www.ontario.ca/locations/serviceontario>

روغتیایي عاجل حالتونه

- د عاجلو خدماتو او د ژوند تهدید کونکي حالت لپاره، مهرباني وکړئ له هر تلیفون (موبایل، کور یا عامه تلیفونونو) څخه ۹۱۱ ته زنگ ووهئ.
- عمومي روغتیا مشوره
- د عمومي طبي مشورې لپاره، تاسو کولای شئ په ۱-۸۶۶-۷۹۷-۰۰۰۰ د اونټاریو تلیفوني روغتیا ته زنگ ووهئ نسخي درمل
- د اونټاریو د درملو ګټي پروګرام د ۵۰۰۰ شاوخوا نسخي درملو لګښت پوښلو کې مرسته کوي. [زده کړئ چې څنګه د نسخي درملو لپاره تادیه کولو کې مرسته ترلاسه کړئ.](#)

محلي روغتیایي خدمتونه:

که تاسو د روغتیا پاملرنې خدماتو ته اړتیا لرئ، تاسو کولای شئ د مراحل د پیل کولو لپاره د لاندې ادارو څخه د یوې سره اړیکه ونیسئ:

- همیلتن اوربن کور کمیونیتی هلت سنتر

ویب پاڼه: <http://hucchc.com>

پته: 181 Main Street West, Hamilton, ON L8P 4Y4

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۲-۳۲۳۳

- کمپاس کمیونیتی هلت سنتر

ویب پانه: <https://compassch.org/>

پته: 438 Hughson St. North, Hamilton, ON L8L 4N5

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۳-۶۶۱۱ اگستشن ۲۰۰۰

- رفیو جی همیلتن سنتر فار نیو کمر هلت (د نوی مهاجرینو د صحت لپاره مرکز)

ویب پانه: <https://newcomerhealth.ca/>

پته: 183 Hughson St South, Lower Level, Hamilton, L8N 2B6

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۶-۰۰۰۰

- سنتر دی کمیونوتیر همیلتن/نیاگارا

ویب پانه: <http://www.cschn.ca/>

پته: 1320 Barton Street East, Hamilton, Ontario, L8H 2W1

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۸-۰۱۶۳

د غابونو خدمتونه

- ماشومان او خوانان چې د ۰-۱۷ کال عمر لري او د عاید ورتوب معیارونه پوره کوي کولای شي د هلتی سمایل انترپرو (HSO) پروگرام له لاري د غابونو عادي او عاجل پاملرني ته لاسرسی پیدا کړی.

۹۰۵-۵۴۶-۲۴۲۴ اگستشن ۵۳۶۹ ته زنگ ووهی. یا دلاندنی سایت څخه لیدنه وکړی

<https://www.ontario.ca/page/get-dental-care>

- د ۱۸-۶۴ کلن لویان چې د غابونو درملني اړتیا لري ممکن د اونټاریو ورکس له لاري د عاجل مرستی لپاره مستحق وي. مهرباني وکړی د نورو معلوماتو لپاره د خپل اونټاریو ورکس قضیې مدیر سره په ۹۰۵-۵۴۶-۴۸۰۰ اړیکه ونیسی.

- د ۶۵ کلن او زور د تیب عاید لرونکي کولای شي د غابونو وړیا معمول خدمتونه ترلاسه کړي، په شمول د مصنوعی غابونو، د اونټاریو سینیرز د غابونو پاملرني پروگرام (OSDCP). مور ته په ۹۰۵-۵۴۶-۲۴۲۴ اگستشن ۳۷۸۹ زنگ ووهی. یا د نورو معلوماتو لپاره [dentalclinic@hamilton.ca](mailto:dentalclinic@hamilton.ca) بریښنالیک وکړی.

د کوید-۱۹ واکسین کول

- د کوید-۱۹ واکسین د هر ۵ کلنو او ډیر عمر لرونکو لپاره وړیا شتون لري. تاسو کولای شئ د ملاقات وخت وټاکئ یا د واکسینونو په اړه نور معلومات ترلاسه کړئ [www.hamilton.ca/GetYourVaccine](http://www.hamilton.ca/GetYourVaccine) یا د کوید-۱۹ واکسین هاب لاین ۹۰۵-۹۷۴-۹۸۴۸ ته زنگ ووهلو سره، د واکسین کلینیک معلوماتو لپاره ۷ اختیار کړی. ترجمان شتون لري.

- که تاسو اورد مهاله فزيکي معيوبيت لرئ، تاسو کولای شی د مرستندويه وسايلو پروگرام له لاري د تجهيزاتو او اکمالاتو لپاره د پيسو ورکولو لپاره مرسته ترلاسه کړئ.

## په بنوونځي کې د ماشومانو شاملول

عامه بنوونځي وړيا دي او ماشومانو ته له ورکتون څخه تر ۱۲ ټولگي پورې زده کړې ورکوي. زده کونکي د دوی د عمر په اساس په مناسب ټولگي کې ځای په ځای کيږي.

کانادا ته د نويو راغلو په توگه، ستاسو د ماشومانو لپاره اضافي مرستې شتون لري ترڅو چې په کانادا کې د بنوونځي زده کړې سره سمون ومومي. په هيلټن کې په څو بنوونځيو کې، د استوگني (SWIS) کارمندان شتون لري ترڅو کورنيو ته مهم معلومات چمتو کړي چې د دوی د ماشومانو اړتياوې پوره کړي.

عامه بنوونځيو د ولسوالۍ د بنوونځيو بورډونو لخوا اداره کيږي. هيلټن د انگليسي ژبي دوه عامه بنوونځي بورډونه لري: د هيلټن-وينورت ولسوالۍ بنوونځي بورډ (HWDSB) او د هيلټن - وينورت ولسوالۍ کاتوليک بنوونځي بورډ (HWCD SB).

کاتوليک ابتدايي بنوونځي د ټولو زده کونکو لپاره چې د رومن کاتوليک په توگه بېتسمه شوي او هغه ماشومانو ته چې ۱ يا ۲ رومن کاتوليک والدين لري خلاص دي. کله کله، غير کاتوليک زده کونکي کولای شي په کاتوليک لومړني بنوونځي کې داخل شي. عامه ابتدايي او ثانوي انگليسي بنوونځيو، او د انگليسي کاتوليک ثانوي بنوونځي د ټولو زده کونکو لپاره خلاص دي.

1) د هيلټن - وينورت کاتوليک ولسوالۍ بنوونځي بورډ (HWCD SB) سره د ثبت لپاره، دا مراحل تعقيب کړئ:

- مرحله ۱: نيکول بالډيني (د ارزيايي کلرک) سره په ۲۹۳۰-۵۲۵-۹۰۵ اکستنشن ۲۰۰۶ کې اړيکه ونيسئ
- مرحله ۲: آنلاين يا ټرل شوی د HWCD SB ثبت فورمه ډکه کړئ
- مرحله ۳: د ثبتول اسناد چمتو ولری چې ځان سره بنوونځي ته راوړي
- مرحله ۴: د اسنادو د تسليمی او د نوم ثبتول او د ملاقات وخت تنظيمولو لپاره له بنوونځي سره اړيکه ونيسئ

د آنلاين ثبت فورمې د لاندې لنیک څخه موندل کيدی شي:

- ورکتون (۵-۴ کلنۍ): [د ورکتون د ثبت لينک](#)
- ابتدايي (۱۳-۶ کلنۍ): [د ابتدايي ثبت لينک](#)
- ثانوي (۱۷-۱۶ کلنۍ): [د ثانوي ثبت لينک](#)

لاندې اسناد د ثبت لپاره ضروري دي، مگر که ستاسو د دې اسنادو څخه کوم يو ورک وی، HWCD SB تاسو ته اطمينان ورکوي چې په پروسه کې هيڅ ځنډ نشته:

1. د مهاجرت اسناد (د دايمي اوسيدونکي کارت، د هوايي دگرته کيناستو کاغذونه او نور)؛
2. د زده کونکو پاسپورت او يا د زيږيدو سند؛
3. د هيلټن په ښار کې د استوگني ثبوت؛ او
4. د بنوونځي پخوانی راپور کارت (بوازي ثانوي، که موجود وی).

2) د هيلټن - وينورت ناحیه بنوونځي بورډ (HWDSB) سره د ثبت لپاره، دا مراحل تعقيب کړئ:

- مرحله ۱: د HWDSB د **بڼه راغلاست مرکز سره** په ۲۵۵۴-۵۲۱-۹۰۵ اړیکه ونیسئ ترڅو د ماشومانو لپاره د انگلیسي ژبې ارزښت لپاره د ښوونکي سره د لیدو لپاره وخت تنظیم کړي چې دا به په ښوونځي کې د انگلیسي ژبې برنامې لپاره د پیل ځای چمتو کړي.
- مرحله ۲: د HWDSB د ثبت ضمیمه شوي فورمه ډکه کړئ
- مرحله ۳: د ثبت اسناد چمتو کړئ چې ښوونځي ته ځان سره راوړي. حتی که تاسو ټول ضروري اسناد نلرئ، د ثبت پروسې ته دوام ورکړئ.
- مرحله ۴: د اسنادو د راوړلو او د ثبت پروسې بشپړولو د ملاقات وخت تنظیمولو لپاره د ښوونځي سره اړیکه ونیسئ.

د آنلاین ثبت فورمې د لاندې لنیک موندل کیدی شي:

- ورکتون (د زیږون کال ۲۰۱۷ یا ۲۰۱۶):  
<https://www.hwdsb.on.ca/kindergarten>
- ابتدایه ټولګي ۸-۱ (د زیږون کال ۲۰۱۵-۲۰۰۸):  
<https://www.hwdsb.on.ca/elementary/plan-for-school>
- ثانوي ټولګي ۹-۱۲ (د زیږون کال ۲۰۰۹-۲۰۰۳):  
<https://www.hwdsb.on.ca/secondary/plan-for-high-school>

مرسته د انگلیسي د دوهمې ژبې په توګه په ابتدایي ښوونځیو او په څلورو ثانوي ښوونځیو کې شتون لري. ویسټیل، برني کسټیس، ګیلنډیل، او نورا فرانسيس هیندرسن.

### د ماشوم پاملرنې موندل

د ماشومانو د پاملرنې مرکزونه د ماشومانو لپاره پاملرنه وړاندې کوي پداسې حال کې چې مور او پلار کار یا زده کړه کوي.

د هیملټن ښار **د ماشوم د پاملرنې لپاره مالي مرسته** وړاندیز کوي ترڅو چه د تیټ عاید کورنیو سره د دوی د ماشوم د پاملرنې مصرف کې مرسته وکړي.

تاسو کولای شئ په ټول ښار د ماشومانو د پاملرنې مرکزونه د هیملټن د ماشومانو پاملرنې راجسټري له لارې وګورئ:  
<https://www.hamilton.ca/social-services/early-years-and-child-care-services/hamilton-child-care-registry>

په اونټاریو کې د ماشوم پاملرنې مختلف ډولونه شتون لري:

- جواز لرونکی د ماشومانو د پاملرنې مرکز
- کور جواز لرونکی ماشومانو پاملرونه
- له ښوونځي څخه مخکې او له ښوونځي څخه وروسته پاملرنه
- بې جوازه پاملرنه

د ماشومانو د پاملرنې مختلف ډولونو او د دوی د تنظیم کولو څرنگوالي په اړه، د نورو معلوماتو لپاره، یا ستاسو د ماشومانو لپاره د جواز لرونکي ماشوم پاملرنې لټون کولو لپاره، مهرباني وکړئ **د اونټاریو د پوهنې وزارت ویبسایت** ته مراجعه وکړئ.

## د تحصیلات ارزیابی

تعلیمی او مسلکي وړتیاوې او معیارونه د یو هیواد څخه بل هیواد ته توپیر لري. تنظیم شوي مسلکونه او تجارتونه تاسو ته اړتیا لري چې تاسو د ولایتي تنظیم کونکي ادارې لخوا جواز ترلاسه کړئ ترڅو په هغه مسلک کې کار وکړئ. له همدې سببه دا مهمه ده چې په کاناډا کې ستاسو وړتیا ارزیابی وشي.

د دې په منلو سره چې د جگړې له سببه بې ځایه شوي اشخاص ممکن د دوی زده کړې یا وړتیا ثابتولو لپاره محدود اسناد ولري، د نړیوال تعلیم خدماتو (WES) گیت وی پروگرام دا ډول اشخاصو ته د اعتباري ارزیابی خدمتونه وړاندې کوي، په شمول د افغانان.

که غواړئ د خپلو اسنادو د ارزیابی لپاره ضروري گامونو په اړه او د نورو معلوماتو لپاره، ددی ویب پاڼې څخه لیدئ وکړئ <https://www.mohawkcollege.ca/new-to-canada-we-have-free-english-classes-and-more/more-programs-and-services/wes-gateway-program>

## ترانسپورت

د ښار شاوخوا گرځیدو یا له ښار څخه بهر سفر کولو لپاره ډیری ترانسپورت اختیارونه موجود دي. د همیلټن په ښار کې عامه بسونه او د بایسکل اختصاصی لاینونه او همدارنگه نورو ښارونو ته د اورگادي او بس خدمات موجود دي. عامه ترانزیت د ویلچیر د لاسرسي وړ دي، او د معلولیت لرونکو خلکو لپاره ځانگړي ترانسپورتي خدمتونه موجود دي. د همیلټن سټریټ ریلوی (HSR) زموږ د عامه ترانزیت خدمت دی، د بسونو سره چې په ټول ښار کې فعالیت کوي.

- د HSR خدمت نقشه، د بس مهالویش او کرایه لیدلو لپاره، مهرباني وکړئ ددی ویب پاڼې څخه لیدئ وکړئ <https://www.hamilton.ca/hsr-bus-schedules-fares>

- تاسو د HSR د سواری کولو لپاره پرستو کارت ته اړتیا لرئ، په [www.prestocard.ca](http://www.prestocard.ca) کې موجود دی یا د نورو معلوماتو لپاره ۶۱۲۳-۳۷۸-۸۷۷-۱ ته زنگ ووهئ. د هغو ځایونو لپاره چې تاسو کولای شئ د پریستو کارت واخلئ، ددی ویب پاڼې څخه لیدئ وکړئ

<https://www.prestocard.ca/en/find-an-outlet/customer-service-outlets>

- د مشرانو، ځوانانو او ټیټ عاید لرونکو اشخاصو لپاره تخفیف موجود دی.
- HSR تر ۱۲ کلونو پورې د ماشومانو او د ۸۰ کالو څخه پورته اشخاصو لپاره وړیا دی.

معلول کسان چې نشي کولای په منظم ډول د HSR خدمت څخه کار واخلئ، کولای شي DARTS ته لاسرسي ومومي کوم چې په همیلټن کې د ویلچیر د لاسرسي وړ ترانزیت خدمت چمتو کوي. د لا زیاتو معلوماتو لپاره ددی ویب پاڼې څخه لیدئ وکړئ <https://www.dartstransit.com/#dartsServices> یا

<https://www.hamilton.ca/hsr-bus-schedules-fares/accessible-transit/darts>

همیلټن په ټول ښار کې د بایسکل لاینونو شبکه لري. تاسو کولای شئ د ډیری بایسکل شریک ځایونو څخه یو بایسکل کرایه کړئ. د زیاتو معلوماتو لپاره، ددی ویب پاڼې څخه لیدئ وکړئ <https://hamilton.socialbicycles.com>

که تاسو غوړئ چې خپل موټر وچلوی، د اونټاریو د موټر چلولو جواز او بیمه ضروری ده. د دې زده کولو لپاره چې ستاسو د موټر چلولو جواز ترلاسه کولو لپاره کوم گامونه واخلي، د موټر چلونکي لاسي کتاب او د موټر چلونکي ازمويني مرکز ورو سره هم اړیکه ونیسئ: <https://settlement.org/ontario/daily-life/transportation/driver-s-licence/how-do-i-get-an-ontario-driver-s-licence/>

برسېره پردې، که تاسو په خپل هیواد کې د موټر چلولو تجربه لرئ، اونټاریو به دا تجربه په پام کې ونیسي او تاسو سره به ژر تر ژره د موټر چلولو جواز ترلاسه کولو کې مرسته کوي. نور معلومات لپاره ددی ویب پاڼې څخه لیدن وکړئ <https://drivetest.ca/licences/exchanges-foreign-licences/> ته مراجعه وکړئ ترڅو د <http://www.drivetest.ca> ازمويني ثبت کړي.

## تفریحگاه

د همیلټن ښار د ښار په اوږدو کې په ډیرو ځایونو، میدانونو، او مرکزونو کې د کورنیو اوسیدونکو لپاره د تفریحی پروگرامونه او خدمتونه وړاندې کوي. په پروگرامونو کې د ملاقات نه پرته دا پروگرامونه شامل دي (لامبو وهل، آیس سکیتینګ، خلاص جم)، راجسټر شوي لارښوونې برنامې (د لامبو درسونه، د فټنس ټولګي، سپورټ ټولګي)، او د ټولني برنامې (ګالف، په پارکونو کې برنامه کول).

- د تفریحی مرکزونه او پروگرامونه په اړه عمومي معلومات - <https://www.hamilton.ca/recreation>
- د ملاقات پرته پروگرامونه - <https://www.hamilton.ca/recreation/drop-in-programs>
- راجسټر شوي پروگرامونه - <https://www.hamilton.ca/recreation/registered-programs>
- د تفریح ځایونه: <https://www.hamilton.ca/recreation/locations>
- د ګالف ځایونه - <https://www.hamilton.ca/golf-hamilton>
- د پارک موندونکي وسیله تاسو ته رهنمایي کوي چې تاسو ته نږدې پارک کوم دی: <https://www.hamilton.ca/parks-recreation/parks-trails-and-beaches/parkfinder>

- د تفریحی مرستې پروگرام د ټیټ عاید لرونکو اشخاصو او کورنیو لپاره وړیا پاسونه او یا تخفیف ورکوي. د نورو معلوماتو لپاره، ددی ویب پاڼې څخه لیدن وکړئ

<https://www.hamilton.ca/recreation/recreation-assistance-program>

- د همیلټن ښار تفریحی مرکز سره اړیکه ونیسئ: [recreation@hamilton.ca](mailto:recreation@hamilton.ca) بریښنالیک: ۳۷۴۷-۲۴۲۴-۵۴۶-۹۰۵ اکستشن

**سپورټ همیلټن**، د همیلټن په ښار کې د سپورټ رسمي شورا ده. دا د همیلټن ټولني ټولو غړو لپاره د سپورټ او فزیکي فعالیت په اړه معلومات او سرچینې چمتو کوي، په شمول د ماشومانو، ځوانانو، لویانو، روزونکو، رضاکارانو او د ۲۰۰ څخه ډیر راجسټر شوي سپورټ سازمانونو ته مدیریت کوي.

- د لا زیاتو معلوماتو لپاره [www.sporthamilton.com](http://www.sporthamilton.com) ته مراجعه وکړئ [info@sporthamilton.com](mailto:info@sporthamilton.com) بریښنالیک هیلین داوڼي د همیلټن د سپورټ ولسمشر ته زنگ ووهئ ۹۰۵-۹۶۶-۵۴۹۸



ارسلور متل پوفاسکو گراس روټس ساکر په ټيم هارټنز ميدان کې د ۱۲-۵ کلونو ماشومانو لپاره د ۱۰ اونيو لپاره وړيا فوټبال برنامه چمتو کوي. دا پروگرام د هغو ماشومانو لپاره دی چې په ۲، ۳، ۴، ۱ بخش (د هيملټن ټيبټ بنار) کې ژوند کوي.

- د لا زياتو معلوماتو او نوم ليکنې لپاره [www.hamiltongrassrootsoccer.com](http://www.hamiltongrassrootsoccer.com) ته مراجعه وکړئ. [grassroots@hamiltonsoccer.net](mailto:grassroots@hamiltonsoccer.net) برېښنالیک

په ۲۸۸-۰۳۸۳-۹۰۵ کې د جيسي ټيودورو ، د گراس روټس فوټبال اداري هم غړي کونکي ته زنگ ووهئ

## د مشرانو لپاره منابع

په هيملټن کې د مشرانو لپاره خدمتونه او پروگرامونه موجود دي. د هيملټن عامه کتابتون د لويانو لپاره د ټولني منابع لپاره لارښود يوځای کړی چې د لويانو لپاره د برنامه او فرصتونو په اړه معلومات وړاندې کوي ترڅو ټولني سره وصل شي او همدارنگه مالي ، استوګنځی ، ترانسپورت ، روغتيا او رواني روغتيا ملاتړ ته د لاسرسۍ په اړه معلومات برابرې. ددی ويب پاڼی څخه ليدن وکړئ <https://seniorshamilton.ca>

۲۱۱ اونټاريو تاسو سره د هيملټن په گډون په ټول اونټاريو کې په ټولنو کې د پروگرامونو او خدماتو پيدا کولو کې مرسته کوي. دا وړيا ده او ۲۴/۷ موجود دی. تاسو کولای شئ په <https://211ontario.ca> کې آنلاین پروگرامونه لټون وکړئ يا په خپل ټليفون کې ۲۱۱ ډایل کړئ ترڅو د ټولني رهنما سره خبرې وکړئ. ۲۱۱ په ۱۵۰ ژبو کې موجود دی.

- په هيملټن کې د مشرانو مرکزونو او کلبونو لیست لپاره، ددی ويب پاڼی څخه ليدن وکړئ <https://www.hamilton.ca/recreation/senior-centres-clubs>

- په هيملټن کې د کور يا ټولني د پاملرنې د ملاتړ لپاره ، کور او د ټولني د پاملرنې د ملاتړ خدماتو ته د هيملټن - نياګارا - هالديمنډ - برنت (CCSS) څخه ليدنه وکړه. <http://healthcareathome.ca/hnhb/en>

## افغاني سازمانونه، د عبادت ځايونه او دوکانونه

د داوطلبانو پر بنسټ قومی ټولني په هيملټن کې تاسوته د ټولني د خپلو تعلقاتو او اړيکو د احساس د زياتولو لپاره ملاتړ ، پروگرامونه او فعاليتونه وړاندې کوي غړو اکثرأ گډه ژبه او کلتور شريکوي.

په هيملټن کې سازمانونه / ډلې:

- د هملټن د افغانانو ټولنه:

فيسبوک: <https://www.facebook.com/AfghanAssociationofHamilton>

ټليفون: ۳۰۵-۵۱۶-۹۰۵

- مک ماسټر د افغان محصلينو ټولنه:

ويب پاڼه: <https://msumcmaster.ca/initiative/mcmaster-afghan-students-association>

برېښنالیک: afghan@mcmaster.ca

فیسبوک: <https://www.facebook.com/groups/mcmasterASA>

#### د عبادت ځایونه:

- د همیلټن د مسلمانانو ټولنه (د غرنۍ جومات)

وېب پاڼه: <https://hamiltonmosque.com>

فیسبوک: <https://www.facebook.com/muslim.association.hamilton>

تلیفون: ۹۰۵-۳۸۳-۱۵۲۶

پته: 1545 Stone Church Rd E, Hamilton, ON L8W 3P8

- د همیلټن ښار جومات

وېب پاڼه: <https://downtownmosque.com>

برېښنالیک: admin@downtownmosque.com

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۷-۷۳۷۱

پته: York Blvd, Hamilton, ON L8R 1Y6 221

- د ابراهیم جامع جومات

وېب پاڼه: <http://www.ibrahimjamosque.ca>

برېښنالیک: ibrahimjamosque@gmail.com

تلیفون: ۹۰۵-۵۲۷-۲۳۹۲

پته: 778 King St. East, Hamilton, ON, L8M 1A6, Canada

- د همیلټن افغان اسلامي او کلتوري مرکز

وېب پاڼه: <https://aicch.wildapricot.org>

برېښنالیک: info@aicch.com

تلیفون: ۹۰۵-۳۹۳-۵۸۹۱

پته: 644 Barton St E. Hamilton, ON L8L 3A2

د خوراكي توکو پلورنځي:

- سمير سوپر مارکيټ

پته: 750 Upper James St, Hamilton, ON L9C 3A2؛

800 Queenston, Stoney Creek, ON L8G 1A7

- ايسټرن فود مارکيټ

پته: 920 Upper Wentworth St, Hamilton, ON L9A 5C5

- تاج محل سوپر مارکيټ

پته: 77 James St N, Hamilton, ON L8R 2K3

- فياض حلال ميبټ اينډ گروسي

پته: 90 Wellington St N #105, Hamilton, ON L8R 1N1

- د فارم هاؤس سوپر مارکيټ اينډ حلال ميبټ

پته: King William St, Hamilton, ON L8R 1B2 254