यदी मलाई खराव व्यवहार गरेको अनुभव भएमा अरु कुनै त्यस्तो उजुरी गर्ने ठाउँहरु छ ?

छ , कहाँ तपाई सहयोगको लागी जानु हुन्छ,, कस्लाइ, र के को लागी उजुरी गर्नेमा भर पर्दछ । तपाईले आफ्नो उजुरी यिनिहरु मध्ये एक समुहमा बुझाउन सक्नु हुन्छ, सबैमा सकिदैन ।

तपाईको प्रवर्तकले नोभा स्कोसीया लेवार स्टेण्डर्स् कोड को पालना नगरेको ले उजुरी दिनु परेमा तपाईले नोभा स्कोसीया लेवार स्टेण्डर्स् डिभिजन मा उजुरी दिन सक्नु हुन्छ । यदी परिस्थिती कोड संग मिलेमा, लेवार स्टेण्डर्स् अधिकृतले उजुरी लाई हेर्दछ । उदाहरणको लागी, प्रर्वतकले तपाई लाई दिनु पर्ने भ्याकेसन तिर्न नचाहेमा ।

यदी तपाईको प्रवर्तक बैंक अथवा अरु संगठन भएमा यिनीहरु लाई द क्यानाडा लेवर कोडले हेर्दछ । तपाईले कुनै पनी लेवर प्रोग्राम अफिसमा उजुरी गर्न सक्नु हुन्छ । फोन किताबको निलो पन्नाहरुमा ह्युम्यान रिसोसेस र स्कील डेभलपमेन्त क्यानाडाको तल हेर्नु होस, अथवा अन लाइनको नाम खोज्नुस् ।

यदी तपाई युनियनको सदस्य हुनु हुन्छ भने तपाईको युनियनले तपाईको कामको अधिकारहरुको रक्षा गर्दछ । प्राय जस्तो युनियनमा एक कारीन्दा हुन्छ , यो एक सहकमी हो जस्ले समस्याहरुको रेखदेख गर्दछ , र संम्झौता र युनियन को विषयमा प्रश्नहरुको जवाफ दिन्छ । तपाईले उ वा उनी लाई प्रश्न सोध्न सक्ने हुनु पर्दछ ।

यदी तपाई लाई लाग्छ, एक प्रहरी अथवा एक आर सी एम पी अफीसरले तपाई लाई खराव व्यवहार गरेको छ भने, प्रहरी र आर सी एम पी हरुमा कम्प्लेन्ट कमिसनर अफीसहरु हुन्छ जसले उजुरीहरु हेर्दछ । पछाडीको पेजमा हेर्नुस पुलिस कम्प्लेन्ट कमिसनर अफीसहरु र द कमिसन फर पव्लीक् कम्प्लेन्ट ऐगेन्स्ट् द आर सी एम पी लाई संपर्क गर्ने जानकारीको लागी । तपाईले द नोभा स्कोसीया ह्युम्यान राइट्स कमिसन लाई सम्पर्क गरेनी हुन्छ । यदी तपाई लाई लाग्छ तपाई लाई क्षेत्रीय र मनीसीपल सरकारका अंगहरुमा अनुचित व्यवहार भऐको छ भने अथवा नोभा स्कोसीया सरकारी सेवामा उजुरी छ भने द नोभा स्कोसीया अफिस अफ द ओमवदस्म्यान ले तपाई लाई सहयोग पु-याउन सक्दछ । तपाई यो पम्प्लेटको अन्तमा जानुस अफिस अफ द ओमवदस्म्यान को संम्पर्क जानकारीको लागी । तपाईले ओमवदस्म्यान लाई उजुरी गर्न हुदैन, यदि तपाईले पहिला नै द ह्युम्यान राइट्स कमिसन मा उजुरी दिइ सक्नु भएको भए । संघिय सरकारको डिपार्टमेन्टहरु र काउन कर्पोरेसन जस्तै द क्यनाडियन वोर्डकास्तीङ्ग कर्पोरेसन र क्यानाडा पोष्टमा पनि एक ओमवदस्म्यान हुन्छ । क्यानाडामा अरु पनि धेरै स्वचालित ओमवदस्म्यान अफिसहरु छन् । उदाहरणको लागी, द ओमवदस्म्यान अफ वैंकिङ्ग सर्भिसेज् । तपाईले आफ्नो प्रान्तको विधान सभा सदस्य (एम एल ए) वा तँपाइको संधिय संसदको सदस्य (एम पी) वा तपाईको स्थानिय मुनिसिपल काउन्सीलर लाई पनि लेख्नु वा फोन गर्न सक्नु हुन्छ ।

येा पम्प्लेतको पछाडी नोभा स्कोसीया को एम एल ए र एम पी हरुको संम्पर्क जानकारी को लिंक छ ।

प्रतिरक्षी समूहहरु ले के गर्दछ ?

प्रतिरक्षी समूहहरुले सरकारमा समाजमा अथवा कानूनमा भएका चीजहरु जुन उनीहरु को सदस्यहरुले नाजायज् ठान्दछ लाई फेर्न कोशिश गर्दछ । यस प्रतिरक्षी समूह को राजनैतिक र सामाजिक उदेश्य हुन्छ । घर नभएका मानिसहरुको, नवआगन्तुकहरुको, र रेफ्युजीहरुको, वातावरणको , शिक्षाको, स्वास्थ सेवाको अथवा महिलाहरु सुधार गर्न यसका उदाहरणहरु हुन् । यहाँ केही तरीकाहरु छन जसवाट प्रतिरक्षी समूहहरुले चिजहरु फेर्न कोशिस गर्दछ :

सार्वजनिक शिक्षा ; जानकारीयुक्त पम्प्लेतहरु अथवा बेव साइटहरु, कार्यगोष्तीहरु, सम्मेलनहरु

- सरकार लाई सर्मथन गराउनु ; पत्र लेखन जागरुकता ल्याउनु, निर्णायकर्ताहरु र नेताहरु संग सिधै कुराहरु गर्नु अथवा अर्जीहरु दिनु
- प्रशारण क्रियाकलाप ; समाचार, सम्मेलनहरु, अन्तरवार्ता, लेखहरु प्रकाशित गर्नु
- विरोधहरु ; जुलुस र प्रदर्शन

तपाईले कुनै प्रतिरक्षी समूह मा काम गर्न अथवा स्वयम्सेवी बन्न सक्नु हुन्छ । स्वययसेवी कुनै संदर्भको विषयवस्तु वुभ्नको लागी एउटा तरीका हो ।

अरु जानकारीको लागी :

शुरु गर्नुस एल आई यस् एन यस् को अनलाइन कानूनी जानकारी बाट, तपाईले धेरै कानूनी प्रश्नहरु को उत्तरहरु पाउनु हुनेछ : www.legalinfo.org

निशुल्क कानूनी जानकारीको लागि फोन गर्नुस, हाम्रो कानूनी जानकारी लाईनमा १-८०० -६६५-९७७९ अथवा ४५५-३१३५

के तपाई लाई वकिलको जरुरत छ ? एक वकिलको सिफारीस लागी हाम्रो वकिल सिफारीस सेवामा फोन गर्नुहोस १-८०० -६६५-९७७९ अथवा ४५५-३१३५ । तपाईले डलर २० जोड् एछ यस टी तिरी वकिल संग ३० मिनेट भेटने प्लान बनाउन सक्नु हुन्छ । यसले तपाईको प्रमुख प्रश्नहरुको उत्तरहरु दिनेछ । यदि तपाई प्रहरी हिरासतमा वा अपराध सम्वन्धि न्यायालयमा हुनु हुन्छ भने तपाईले निशुल्क दोभासे सेवा पाउनु हुनेछ ।

यदि तपाईले खालि रेकर्ड गरेको कुनै कानूनी विषयमा जानकारी सुन्न चाहानु हुन्छ भने फोन गर्नुहोस डाइल-अ-ल मा ४२०-१८८८

नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन्मा फोन गर्न सक्नु हुन्छ ४२४ ४१११ हेलीफ्याक्स भित्र अथवा निशुल्क दरु संचारको लागि १ ८७७ २६९ ७६९९
वेब् साइट : www.humanrights.gov.ns.ca

द क्यानेडियन ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन् को निशुल्क दरु संचारको नम्बर : १ ८८८ २१४ १०९०
वेब् साइट : www.chrc-ccdp.ca

द नोभास्कोसीया अफिस अफ द ओमवदस्म्यान
फोन : ९०२ ४२४ ६७८०
हेलीफ्याक्स भित्र निशुल्क दरु संचारको लागि :
१ ८०० ६७० ११११
इमेल : ombudsman@gov.ns.ca

नोभा स्कोसीया विधान सभा सदस्यहरु को लिकं :
http://nslegislature.ca/index.php/people/members/
किल्क गर्नुस "संसदको सदस्यहरु" :
www.parl.gc.ca/SenatorsMembers.aspx?Language=E

नोभा स्कोसीया लेवार स्टेण्डर्स् कोड को साधारण जानकारीहरु :
- प्रवर्तकहरु को लागि http://gonssal.ca/General-Public/ Documents-Resources/documents/ Labour_basicFacts ER_Oct14B.pdf
- कार्मचारिहरु को लागि http://gonssal.ca/General-Public/ Documents-Resources/documents/ Labour_basicFacts EE_Oct14B.pdf

नोभा स्कोसीया अकूपेशनल हेल्थ एण्ड सेफ्टी :
१ ८०० ९५२ २६८७ अथवा ९०२ ४२४ ५४००

नोभा स्कोसीया लेवार स्टेण्डर्स् डिभिजन : फोन ;
९०२ ४२४ ४३११, अथवा निशुल्क दरु संचारको लागि :
१ ८८८ ३१५ ०११०

इमेल : labrstd@gov.ns.ca

के तपाई बहालमा बस्नु हुन्छ ? नोभा स्कोसीया घराएसी बहालवालाहरुको नियमको गाइड् :
www.gov.ns.ca/snsmr/forms/pdf/resten/TenancyGuide.pdf

यो पम्प्लेटले तपाई लाई साधारण कानूनी जानकारी दिन्छ, यसले कानूनी परामर्श दिदैन ।

LEGAL Information
SOCIETY OF NOVA SCOTIA

5523 B Young Street
Halifax, Nova Scotia
Canada B3K 1Z7

NOVA SCOTIA
नोभा स्कोसिया प्रोभिन्स को सहयोगमा
मार्च २०१२

नवआगन्तुकहरुले के जान्न जरुरी छ

मानविय अधिकारहरु

यो पम्प्लेतले यदी तपाई लाई सही व्यवहार नभएको अनुभव भएमा के गर्न सक्नु हुन्छ र अरु वढी जानकारी तपाईले कहाँ पाउनु हुन्छ भन्ने कानून सम्बन्धी केही जानकारी दिन्छ ।

LEGAL Information
SOCIETY OF NOVA SCOTIA

क्यानाडामा हामी विश्वास गर्दछौ सवै व्यक्तीले बराबरी र सही व्यवहार पाउने एक अधिकार हुन्छ। मानविय अधिकारहरु ले भेदभाव हुनु बाट बचाउँछ।

नोभो स्कोसीयामा कस्तो मानव अधिकारहरु सुरक्षित छ ?

नोभो स्कोसीयाको मानविय अधिकारहरु सम्वन्धी ऐनले भेदभाव हुन बाट बचाउँदछ। यो कानूनमा उल्लेख भए अनुसार मानिसहरु लाई यी कारणहरुले भिन्नता गर्न मिल्दैन :

- उमेर
- वंश
- रङ्ग
- धर्म
- धर्मानुयायीता र विश्वास
- जाती विषयक , राष्ट्रिय, अथवा आदीवासी
- लिङ्ग (गर्ववती सहीत)
- संसर्गको छनोट
- शारीरिक अयोग्यता
- मानसिक अयोग्यता
- परिवारीक हैसीएत
- वैवाहिक हैसीएत
- आम्दानी को श्रोत
- रोग व्याधी सर्ला भन्ने वेमनाशीव डर
- सुरक्षित समुहहरु र व्यक्तीहरु सङ्गको संलग्नता
- राजनैतिक आस्था , सम्वन्ध र कियाकलाप

ऐनले यो पनि उल्लेख गर्दछ कुनै व्यक्ती लाई यी गुणहरुका कारणले कष्ट दिनु गैर कानूनी हुन्छ। कष्ट दिनु भन्नाले कसै लाई शारीरीक अथवा ऐन्दिय पिडा दिनु बुझीन्छ। अरु किसीमका कष्टदानहरु कानूनमा उल्लेखित छ। नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसनले सवै किसीमका कष्टदान संवन्धी मुद्धाहरुको अनुसन्धान गर्दछ।

कुनै पनि यी क्षेत्रहरु मा भेदभाव गैर कानुनी हो :

- काम गर्ने ठाँउमा
- वासस्थान (एपार्टमेन्ट् र अस्थाइ वासस्थान सहीत)
- पसलहरु र रेष्टुराहरुमा
- प्रोभिन्सले आर्थिक सहयोग गरेको कार्यक्रमहरुमा
- जायदाद् किनमेल गर्दा
- स्वयम् सेवी कामहरु र ठाँउहरुमा
- प्रकाशन, प्रसारण अथवा विज्ञापनमा
- कुनै संगठन अथवा समूहको सदस्यता भएमा जस्तै, युनियन

के मलाइ काम वाट निकाल्न सक्छ यदी मैले केही समय छुट्टी धार्मिक कारण ले लीनु परेमा ?

यो वस्तुस्थितीमा भर पर्दछ। तपाईको प्रवर्तक ले तपाईको धर्मको कारणले तपाई लाई भेदभाव गर्न मिल्दैन। एक प्रवर्तकले विवेकयुक्त केही पनि गर्नु पर्छ एक व्यक्ती लाई काम दिलाउँन अथवा काममा राख्न। यस लाई प्रवर्तकको "समायोजनको कर्तव्य " भनिन्छ। समायोजन निर्दिष्ट हुनु जरुरी छैन , तर त्यो न्यायोचित हुनु पर्दछ।

न्यायोचित हुनु भन्ने विभिन्न कुरामा भर पर्दछ , व्यवसायको परिमाण र कामदारको कामको किसिम पनि समावेश हुन्छ। उदाहरणको लागी एउटा ठूलो व्यवसाय जसमा धैरै कामदारहरु हुन्छ चाँही सानो व्यवसाय भन्दा लचिलो हुन्छ। तपाईले आफ्नो प्रवर्तक लाई आफ्नो जरुरतहरु को विषयमा प्रशस्त जानकारी दिनु तपाई आफै जिम्मेवार हुनु हुन्छ , ताकी उ अथवा उनीले तिनिहरु पुरा गर्न सकुन।

के मैले जूठो बार्नु पर्दा काममा छुट्टी लिन पाँउछु ?

पाउँनु हुन्छ , यदि तपाईको दम्पती, मातापिता, अभिभावक वा बच्चाको मृत्यु भएमा तपाईले तिन दिन सम्म लगातार छुट्टी लिन पाउँनु हुन्छ। तपाईले आफ्नो बाजेबजै, नातीनातिना र अरु नातेदार को मृत्युमा पनी एक दिन छुट्टी लिन पाउँनु हुन्छ। विस्तारित लिष्टको लागी नोभा स्कोसीया लेवोर स्टेण्डर्स् कोड पढनु होस्।

यस्तो किसिमको छुट्टी लिनु अघि कामदारले प्रवर्तक लाई छिटोमा छिटो खवर गर्नु पर्दछ। तपाईले जूठो बार्न लिएको समयको लागी तपाई लाई तलव दिइदैन।

मेरो काम गर्ने ठाँउमा के मैले एक दोभासे पाउँन सक्छु ?

पाउँनु हुन्, तर यदि तपाई नोभा स्कोसीयाको कुनै पनि हस्पीतलमा बिरामी भएर जानु हुन्छ भने तपाईले एक निशुल्क स्वास्थ दोभासे पाउँन सक्नु हुन्छ। हस्पीतलले तपाईको परिवार र साथीहरु लाई दोभासे बनाउन मिल्दैन जब सम्म तपाइले अनुरोध गर्दैन।

यदी मलाई काममा भेदभाव भएको अनुभव भएमा मैले के गर्न सक्छु ?

पहिला पत्ता लगाउनुस् यदी त्यहा काम सम्वन्धी पोलिसी (निती) मा कुनै कामदार लाई भेदभाव भएको अनुभव गरेमा के गर्नु पर्छ भनी व्यख्या गरीएको छ की। पोलिसी ले भन्छ तपाईले के गर्नु पर्छ भनी।

तपाईको सोचमा जुन व्यक्तीले तपाई लाई भेदभाव गर्छ तपाईले त्यो व्यक्ती संग कुरा गर्न प्रयास गर्नु पर्दछ। त्यो व्यक्तीले नसोचेको नि होला उ अथवा उनी को व्यवहार ले तपाई लाई असर गर्दैछ भनी।

तपाईले आफ्नो सुपरभाइजर् अथवा आफ्नो हाकीम लाई उजुरी पनि गर्न सक्नु हुन्छ , यदी उ अथवा उनी तपाई लाई भेदभाव गर्ने व्यक्ती नभएमा। यदि तपाईले त्यसो गर्दै हुनु हुन्छ भने तपाईले कसैलाई संगै लानु पर्ने हुन्छ होला। तपाईले आफ्नो सुपरभाइजर् अथवा आफ्नो हाकीम लाई उनीहरुले के प्लान वनाएको छ लेखेर एक कपी तपाई लाई दिनुस भनी माग्न सक्नु हुन्छ। समस्याको विषयमा कसरी कुरा गर्ने भनी यहाँ केही सुझावहरु छन् :

- तँपाइको समस्या वर्णन गर्नुस् र भन्नुस् तपाई लाई कस्तो महसुस हुन्छ भनेर।
- तपाईको अधिकारहरु र तिनिहरुको कसरी हनन् भयो भन्नुस्।
- समस्याले तपाई लाई कती असर पार्दैछ भनी भन्नुस्।
- तपाईका आफ्नो सुपरभाइजर् अथवा आफ्नो हाकीमले के भन्छ सन्नुस्।
- उ अथवा उनी ले के भन्नुभा छ समय लिएर सोच्नुस्।
- तपाईले समस्या कसरी समाधान गर्न चाहानु भएको छ भन्नुस् , र उ अथवा उनी लाई सोध्नुस उहाँहरुले कसरी समाधान गर्न खोज्नु भा छ भनी।
- तपाईले उजुरी गरेको व्यक्तीको नाम, मिति र के भएको थियो भनी लेख्नुस्।

यदी तपाई लाई विषयवस्तु लिएको तरीका मन नपरेको खण्डमा तपाईले नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन् लाई संम्पर्क गरी ह्यूम्यान् राइट्स अधिकारी लाई भेटी तपाईको अवस्थाको वारेमा कुरा गर्न सक्नु हुन्छ।

यदी मलाई नगदमा तलव दिन्छ भने के मेरो मानविय अधिकारहरु अझै संरक्षित रहन्छ ?

रहन्छ , कुनै पनि काम गर्ने ठाँउमा भेदभाव कानूनी खिलाप हुन्छ।

मैले के गर्न सक्दछु यदी घरधनी वाट, अथवा पसलमा अथवा रेष्टुरामा मलाई भेदभाव भएको अनुभव भएमा ?

तपाईले घरधनी अथवा मेनेजर संग तपाई लाई भएको व्यवहार को कुरा गर्न सक्नु हुन्छ। तपाईले लिखित उजुरी हालेर उनीहरु लाई तपाई संग समाधानको संम्वन्धमा कुरा गर्न भन्न सक्नु हुन्छ।

यदी तपाई लाई लाग्छ तपाई संग मानविय अधिकारहरु सम्वन्धी उजुरी छ भने तपाईले नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन् लाई पनि संम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ। तँपाइको उजुरी नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स ऐन संगत छ भने ह्यूम्यान् राइट्स अधिकारीले तपाई लाई भन्ने छ। यदी छ भने, अधिकारीले उजुरी फर्म तपाई संगै फोन वाट अथवा मान्छे भेटेरै भर्दछ। यो पम्प्लेतको अन्तमा नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन को संम्पर्क जानकारी छ।

नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन ले मेरो मानवीय अधिकारहरु सम्वन्धी उजुरी लाई के गर्छ ?

यदी तपाईको उजुरी नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स ऐन संगत छैन भने ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन् ले तपाईको उजुरी माथी केही गर्न सक्दैन। तर उहाँहरुले तपाई लाई अरु उपायहरु जुन तपाईले गर्न सक्नु हुन्छ बताउन सक्छ। यदी तपाईको उजुरी नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स ऐन संगत छ भने ह्यूम्यान् राइट्स कमिसनले व्यवसाय, समुह अथवा व्यक्ती लाई तपाईको उजुरी र उजुरी हालेको विषयको बारेमा बताउँदछ। यसको उदेश्य व्यवसाय, समुह र अरु व्यक्ती लाई समस्या बुझाउँनु र त्यसको समाधान कसरी गर्ने हो सोाचन सहयोग पु-याउनु हो। कमिसनले तपाई दुई विचको समस्या समाधानमा सहयोग पु-याउन कोसीस गर्दछ यदी त्यो ऐन संगत भएको खण्डमा। कमिसनले पहिला प्रत्यर्पण न्यायको तरीका अपनाउने छ। प्रत्यर्पण न्यायले भेदभाव अथवा तपाई लाई भेदभाव भएको विश्वासले तपाईको परिवार, सहकर्मी, ग्राहक अथवा अरु बहालवाला लाई आधात पु-याउछ भन्ने मान्दछ। यी मानिसहरुले समाधान प्रकृयामा भाग लिएर फाइदा उठाउन सक्दछ। प्रत्यर्पण न्याय एउटा अनौपचारीक तरीका हो।

नोभा स्कोसीया ह्यूम्यान् राइट्स कमिसन को प्रत्यर्पण न्याय प्रकृया र अरु उजुरीहरु लाई समावेश गर्ने तरीकाहरु वारे अरु जानकारीको लागी यस पम्प्लेतको अन्तमा दिएको बेव साइट् हेर्नु होस।

यहाँ अरु नी मानवीय अधिकारहरु सम्वन्धी कानूनहरु छ जसले मेरो रक्षा गर्दछ ?

क्यानेडियन ह्यूम्यान् राइट्स ऐन ले क्यानाडाको नागरीकहरु र सवै वासीन्दाहरु र आगन्तुकहरु लाई संघिय व्यवस्था अन्तरगतको समुहहरु द्वारा भेदभाव वाट वचाउँदछ। यसमा संघिय सरकारको डिपार्टमेन्टहरु, एजेन्सीहरु र क्राउन कर्पोरेसन् जस्तै, पोष्ट अफिस, बैंकहरु, एरलाइन्सहरु, र इन्टरनेट र केवल कम्पनीहरु समेत पर्दछ। क्यानेडियन ह्यूम्यान् राइट्स कमिसनले संघिए व्यवस्थापन अन्तरगत का समुहहरु को उजुरी पनि हेर्दछ।

द क्यानेडियन चार्टर अफ राइट्स एण्ड फ्रीडम ले क्यानाडाका वासिन्दा र नागरीकहरु को साधारण अधिकारहरु र स्वतन्त्रताहरु को व्यख्या गर्दछ। यो क्यानाडाको संविधानको अंग हो।

पढनुस् , *नवआगन्तुकहरुले के जान्न जरुरी छ, कानूनहरु* , द क्यानेडियन चार्टर अफ राइट्स एण्ड फ्रीडमको बारेमा बढी जानकारी को लागी।