Punjabi

ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਮਾਂਵਾਂ

Mothers Leaving Abusive Partners

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

Family Law Information

YWCA METRO VANCOUVER

Legal Services Society

August 2016

ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਮਾਂਵਾਂ: ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ (ਐੱਲ ਐੱਸ ਐੱਸ) ਦੀ ਇਕ ਸਾਂਝੀ ਲਿਖਤ ਹੈ।

ਕਾਪੀਰਾਈਟ 2016 ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ, ਬੀ ਸੀ

ਪਹਿਲਾ ਅਡੀਸ਼ਨ: 2008
ਦੂਜਾ ਅਡੀਸ਼ਨ: ਅਗਸਤ 2016

ISSN: 2561-0260 (Print)
ISSN: 2561-0279 (Online)

ਮਾਨਤਾ
ਲੇਖਕ: YWCA Metro Vancouver
ਸੰਪਾਦਕ: Lesley Cameron and Judy Clarke
ਡਿਜ਼ਾਇਨਰ: Brian Goncalves
ਕਾਨੂੰਨੀ ਰਿਵੀਊਕਾਰ: Salima Samnani
ਅਨੁਵਾਦਕ: Gurmail Rai

ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਲਈ ਟੈੱਸਟਿੰਗ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ, ਇਸ ਲਿਖਤ ਲਈ ਫੰਡ ਦੇਣ ਲਈ ਲਾਅ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਔਫ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਤਹਿ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਬਾਰੇ ਸਿਰਫ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਕੋਈ ਖਾਸ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਗਸਤ 2016 ਤੱਕ ਸਹੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਵਪਾਰਕ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਛਾਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਪਰ ਹੋਰ ਮੰਤਵਾਂ ਲਈ, ਹਵਾਲਾ ਦੇ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਕਾਪੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਕਵਰ ਦੇਖੋ।

ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ *ਇਕ ਅਗਾਂਹ ਵਧੂ, ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਬਰਾਬਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਰਜਿਸਟਰਸ਼ੁਦਾ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਗੇਤੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਤੱਕ ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ, ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਛੋਹ ਰਹੀ ਹੈ।*

ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ *ਬਿਨਾਂ ਮੁਨਾਫੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇਕ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਅਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਐੱਲ ਐੱਸ ਐੱਸ ਬੀ ਸੀ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਫੰਡ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਲਾਅ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਨੋਟਰੀ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ (ਔਫ ਬੀ ਸੀ) ਤੋਂ ਵੀ ਗਰਾਂਟਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।*

YWCA METRO VANCOUVER

Legal Services Society
British Columbia
www.legalaid.bc.ca

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ Contents

ਇਹ ਗਾਈਡ ਕਿਹਦੇ ਲਈ ਹੈ? 1

ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀ ਹੈ? 1

ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹੇਠ "ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ" 2

ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ 5

ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ 5

ਪੁਲੀਸ 5

ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ 6

ਵਕੀਲ 8

ਲੀਗਲ ਏਡ ਦੇ ਵਕੀਲ 9

ਲੀਗਲ ਏਡ ਕਾਹਦਾ ਖਰਚਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ? 10

ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ 13

ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ 13

ਪੀਸ ਬੌਂਡ 14

ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ 15

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਹੋਵੇ 16

ਅਦਾਲਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ? 17

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ 17

ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ 18

ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ 20

ਫੈਮਿਲੀ ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ ਅਤੇ ਜੂਡੀਸ਼ਲ ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ 21

ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ 21

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 24

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਸੂਬਾਈ ਕੋਰਟ) 24

ਡਾਇਵੋਰਸ ਐਕਟ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ) 25

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ 26

ਬੱਚੇ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣਾ 28

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ 30

"ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ ਵਿਚ" ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ? 32

ਛੱਡ ਕੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲੈ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣਾ ਹੈ 33

ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ 35
ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ’ਤੇ ਕੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਰੁਕ ਜਾਵੇਗਾ? 35
ਕੋਰਟ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ? 36
ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ? 37
ਕੀ ਜੱਜ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ? 38
ਕੀ ਜੱਜ ਮੇਰੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦੇਵੇਗਾ ਜੇ ਉਸ ਨੇ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੋਵੇ? 38
ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਲਈ ਨਹੀਂ ਆਇਆ। ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? 39
ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਮੇਰੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕੋਲ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ’ਤੇ ਜਾਣ। ਕੀ ਮੈਂ ਇਹ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹਾਂ? 40
ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਕਦੋਂ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ? 41
ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਮੇਰੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ? 42
ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਣ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? 42
ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਆਪਣੀ ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਦੇ ਰਿਹਾ। ਕੀ ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਜਾਂ ਕੌਨਟੈਕਟ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?. 43
ਜੱਜ ਨੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ ਮੰਗੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ? 44
ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ “ਪੇਰੈਂਟਲ ਐਲੀਆਨੇਸ਼ਨ ਸਿੰਡਰੋਮ” ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ? ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? 46
ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?. 47

ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ 48

ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਲਿਸਟ: ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀ ਲਿਜਾਣਾ ਹੈ 50

ਇਹ ਗਾਈਡ ਕਿਹਦੇ ਲਈ ਹੈ?
Who Is This Guide For?

ਇਹ ਗਾਈਡ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਕਟ ਸਾਥੀ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਤੀ, ਬੋਆਇਫਰੈਂਡ, ਜਾਂ ਗਰਲਫਰੈਂਡ) ਵਲੋਂ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਿਕਟ ਸਾਥੀ (ਪਾਰਟਨਰ) ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੋਰ ਵੀ ਬਦਤਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਇਹ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ:

- ਆਪਣੇ ਨਿਕਟ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ’ਤੇ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ ਰਹਿਣ ਲਈ; ਅਤੇ
- ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ।

ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਕਟ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਰਟਨਰ ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀ ਹੈ?
What Is Abuse?

ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ (ਅਬਿਊਜ਼) ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ:

- ਸਰੀਰਕ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ)
- ਮਾਨਸਿਕ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ (ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ’ਤੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ)
- ਮਾਇਕ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ (ਆਪਣੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ)

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਦਾਲਤ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਵਿਚਲੀ “ਫੈਮਿਲੀ ਵਾਇਲੈਂਸ” ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅਗਲੇ ਸਫੇ ’ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਚਾਰਟ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।

ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹੇਠ “ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ”

“Family violence” under BC law

ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਿਆਖਿਆ	ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?
(ਏ) ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਜਿਸ ਵਿਚ ਜਬਰੀ ਰੋਕਣਾ ਜਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਤਾਕਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।	• ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਜਿਹੜਾ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: – ਧੱਕਾ ਮਾਰਨਾ – ਵਾਲ ਪੁੱਟਣਾ – ਠੁੱਡੇ ਮਾਰਨਾ – ਦੰਦੀ ਵੱਢਣਾ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਥਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: – ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਪਰ ਬਹਿਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹਿੱਲ ਨਾ ਸਕੋ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਬੰਦ ਕਰਨਾ, ਭਾਵੇਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਮੁਢਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਦੇਣਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: – ਖਾਣਾ – ਪਾਣੀ – ਹੀਟ – ਬੈੱਡ *ਨੋਟ: ਤੁਹਾਡੇ ’ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਜਬ ਤਾਕਤ ਵਰਤਦੇ ਹੋ।*
(ਬੀ) ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਕਾਮੁਕ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ	• ਬਲਾਤਕਾਰ • ਅਣਚਾਹੀ ਕਾਮੁਕ ਛੋਹ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਨੋਗਰਾਫੀ (ਕਾਮ ਉਤੇਜਕ ਸਾਮੱਗਰੀ) ਜਾਂ ਸੈਕਸ ਦੇ ਐਕਟਸ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਿਆਖਿਆ	ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?
(ਸੀ) ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਕਾਮੁਕ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ	• ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: – ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏਗਾ – ਤੁਹਾਡੇ ਮੁੱਕਾ ਮਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ – ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਸੁੱਟਣਾ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਭੋਗ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ – ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ *ਨੋਟ: ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ ਵੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।*
(ਡੀ) ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਸਮੇਤ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ:	
(i) ਡਰਾਉਣਾ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ, ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣਾ, ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਨੂੰ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇ	• ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨਾ: – ਸਬੰਧ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਲਈ – ਸਬੰਧ ਜਾਂ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਕਰਨ ਲਾਉਣਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਖਾਸ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ • ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਜੇ ਤੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਗਈ ਜਾਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਗੁਆ ਬਹੇਂਗੀ • ਗਾਲ੍ਹਾਂ ਕੱਢਣਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁੱਖ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਹਿਣਾ • ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਾਉਣਾ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: – ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ – ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡਣਾ – ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਬਦਲਣਾ – ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਆਰ ਆਰ ਐੱਸ ਪੀਜ਼ ਵੇਚਣਾ *ਨੋਟ: ਕੋਈ ਵੀ ਧਮਕੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਜੇ:* – ਇਹ ਸਿਰਫ ਇੱਕੋ ਵਾਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ – ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ – ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਆਪਣੀ ਧਮਕੀ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ *ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ*
(ii) ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਆਜ਼ਾਦੀ 'ਤੇ ਨਾਵਾਜਬ ਪਬੰਦੀਆਂ ਲਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਰੋਕਣਾ	• ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ • ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਖੁੰਝਾਉਣਾ ਜਾਂ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਜੇ ਤੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਗਈ ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚੇ ਨਹੀਂ ਸਾਂਭੇਗਾ) • ਤੁਹਾਡੇ ਪੈਸੇ ਖੋਹਣਾ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਬੈਂਕ ਕਾਰਡ ਨਾ ਲੈਣ ਦੇਣਾ • ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਦੇ ਪੈਸੇ ਨਾ ਦੇਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਤੰਗੀ ਕੱਟੋ ਜਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਰਿਸ਼ਤਾ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਲਉ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੇਲੀਆਂ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਿਆਖਿਆ	ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?
(iii) ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਘੇਰਨਾ ਜਾਂ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ	• ਤੁਹਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ • ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਹੋ • ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਆ ਜਾਣਾ • ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਟੈਕਸਟ ਮੈਸੇਜ, ਈਮੇਲਾਂ ਭੇਜਣਾ ਜਾਂ ਫੋਨ ਕਰਨਾ
(iv) ਜਾਇਦਾਦ ਦਾ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਨਾ	• ਲਗਾਉ ਵਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨਾ • ਘਰ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਨਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ: – ਕੰਧਾਂ ਵਿਚ ਮੁੱਕੇ ਮਾਰ ਕੇ ਮੋਰੀਆਂ ਕਰਨਾ – ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਜਿੰਦੇ ਤੋੜਨਾ
(ਈ) ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੇਸ ਵਿਚ, ਸਿੱਧਾ ਜਾਂ ਅਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ	• ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ **ਉਪਰਲੇ ਚਾਰਟ ਵਿਚ ਦੱਸੀ ਗਈ *ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼* ਕਰਨਾ** ਜਿੱਥੇ ਬੱਚਾ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਦੇਖ ਜਾਂ ਸੁਣ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ

ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

Where to Get Help

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਾਸ ਤੌਰ ’ਤੇ ਟਰੇਂਡ ਲੋਕ, ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕ ਬੀ ਸੀ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ, ਸੇਫਟੀ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲੈਣ ਅਤੇ ਸੰਕਟ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇਕ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਫੋਨ ਸਰਵਿਸ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦਿਨ ਜਾਂ ਰਾਤ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੇ ਸਮੇਂ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: **1-800-563-0808**.

ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ

Women’s Centres and Transition Houses

ਤੁਸੀਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸੈਂਟਰਾਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਤੋਂ ਅਮਲੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਸੈਂਟਰਾਂ ਕੋਲ ਲੀਗਲ ਐਡਵੋਕੇਟ (ਹਿਮਾਇਤੀ) ਵੀ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੀਗਲ ਐਡਵੋਕੇਟ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਹਨ: ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦਾ ਕੁਝ ਤਜਰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ,
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੀਗਲ ਏਡ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ
- ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਦਾਲਤ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਲ ਦੇ ਹਰ ਦਿਨ 24 ਘੰਟੇ ਖੁਲ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕ ਨੂੰ **1-800-563-0808** ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ)।

ਪੁਲੀਸ

The Police

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੌਰਨ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ। ਜੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਬਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ 911 ਓਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਜ਼ਬਾਨ ਬੋਲਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਗੇ।

ਪੁਲੀਸ ਦੇ ਕੁਝ ਵਿਭਾਗਾਂ ਕੋਲ ਡੋਮੈਸਟਿਕ ਵਾਇਲੈਂਸ ਯੂਨਿਟ (ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਬਾਰੇ ਯੂਨਿਟ) ਹਨ। ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇਹ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਯੂਨਿਟ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨਾਲ

ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਆਮ ਅਫਸਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪੁਲੀਸ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਵੇ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਡਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਣ ਲਵੇਗਾ:

- ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ/ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਫੋਨ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਸੱਦਣ ਨੂੰ ਕਹੋ,
- ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ, ਆਪਣਾ ਐਡਰੈਸ ਦੱਸੋ, ਅਤੇ "ਹੈਲਪ" ਕਹੋ, ਜਾਂ
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਫੋਨ ਤੋਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਫੋਨ ਰੱਖ ਦਿਉ। ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਦਾ ਨੰਬਰ ਲੱਭ ਕੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਦੀ ਲਾਈਨ ਤੋਂ 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫੋਨ ਰੱਖ ਦਿੰਦੇ ਹੋ:
  - ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਜਾਂ
  - 911 ਓਪਰੇਟਰ ਵਾਪਸ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਪੁਲੀਸ ਦੇ ਆਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਨ 'ਤੇ 911 ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ (ਫੈਮਿਲੀ ਵਾਇਲੈਂਸ) ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਪਰ ਜੇ ਇਹ ਐਮਰਜੰਸੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਲੀਗਲ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨੂੰ ਕੋਲ ਹੋਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋਵੋ ਕਿ ਪੁਲੀਸ ਕੀ ਕਹੇਗੀ ਜਾਂ ਕਰੇਗੀ,
- ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਬਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ,
- ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੈ, ਜਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਭਾਈਚਾਰਾ ਕੀ ਕਹੇਗਾ।

ਕੋਈ ਲੀਗਲ ਐਡਵੋਕੇਟ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਵਿਕਟਿਮਲਿੰਕ ਨੂੰ **1-800-563-0808** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ)।

ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ
Family Justice Counsellors

ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ, ਅਦਾਲਤ ਜਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,
- ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦਾ ਮਸਲਾ ਅਦਾਲਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੀ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਟਰੇਂਡ ਮੀਡੀਏਟਰ (ਵਿਚੋਲੇ) ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਇਸ ਚੀਜ਼

ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਹੱਲ ਕਰਨੀਆਂ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ, ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ, ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਅਤੇ ਕੁਝ ਕੋਰਟਹਾਊਸਾਂ ਵਿਚ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਸਿਸਟਮ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ,
- ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੀ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ,
- ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦਾ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜਾ "ਮੰਨਣਾ" ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਆਰਡਰ ਵਾਂਗ) ਅਤੇ
- ਕੁਝ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ, **ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ** ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਅਜਿਹੀ ਰਿਪੋਰਟ ਜਿਹੜੀ ਇਹ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣਗੇ)।

ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਜੱਜ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਉਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਕਿਸੇ ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਮੀਟਿੰਗ **ਇਨਟੇਕ ਇੰਟਰਵਿਊ** ਹੋਵੇਗੀ। ਕੌਂਸਲਰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਿਚਕਾਰ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ (ਵਿਚੋਲਗੀ) ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਾਂ ਬੇਕਾਰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋ। (ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਫਾ 21 ਦੇਖੋ।)

ਕੋਈ ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਸਰਵਿਸ ਬੀ ਸੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ:

» **604-660-2421** (ਗਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ)
» **1-800-663-7867** (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ, ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਂ ਤੋਂ)

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਵਕੀਲ
Lawyers

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਵਾਲੇ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਤਾਂ **ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਵਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।** ਮੁਫਤ ਜਾਂ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਵਾਲੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਲਈ ਵਕੀਲ ਲੈਣ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਲੱਭਣ ਲਈ:

- ਕਿਸੇ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਦੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਸਫਾ 5 ਦੇਖੋ) ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਕੀਲਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਪੁੱਛੋ ਜਿਹੜੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ ਵਕੀਲ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਠੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਉਹ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਬਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਕੀਲ ਕੋਲ ਜਾਉ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਉਹ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਕੀਲ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕੋ (ਸਫਾ 12 ਦੇਖੋ)।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਸਫਾ 9 ਦੇਖੋ)। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਦਾ ਵਕੀਲ ਨਾ ਲੈ ਸਕੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੇ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:

- ਐਕਸੈੱਸ ਪ੍ਰੋ ਬੋਨੋ: ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਲੈਣ ਲਈ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵਕੀਲ।
  - » **604-878-7400** (ਗਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ)
  - » **1-877-762-6664** (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ, ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਂ ਤੋਂ)
- ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਲਾਈਨ: ਫੋਨ 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕੇਸਾਂ ਦੇ ਵਕੀਲਾਂ ਵਲੋਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ।
  - » **604-408-2172** (ਗਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ)
  - » **1-866-577-2525** (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ, ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਂ ਤੋਂ)
- ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਊਟੀ ਕੌਂਸਲ: ਕੋਰਟਹਾਊਸਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਹ ਵਕੀਲ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿੰਨ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਦੀ ਸੰਖੇਪ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਫਾਰਮ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੌਖੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਡਾ ਪੂਰਾ ਕੇਸ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ। ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਊਟੀ ਕੌਂਸਲ ਪੇਜ ਦੇਖੋ:

  legalaid.bc.ca/legal_aid/familyDutyCounsel.php#fdc

- ਜਸਟਿਸ ਐਕਸੈੱਸ ਸੈਂਟਰ: ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਫੰਡਾਂ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਦਫਤਰ ਜਿਹੜੇ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
  - » ਨਨਾਇਮੋ: **250-741-5447**
  - » ਵੈਨਕੂਵਰ: **604-660-2084**
  - » ਵਿਕਟੋਰੀਆ: **250-356-7012**
- ਰਾਈਜ਼ ਵਿਮਨਜ਼ ਲੀਗਲ ਸੈਂਟਰ: ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਘੱਟ ਖਰਚੇ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸਮੇਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ, ਕੁਝ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਪੇਪਰਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ।
  - » **604-451-7447**

ਲੀਗਲ ਏਡ ਦੇ ਵਕੀਲ

Legal Aid Lawyers

ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ, ਘੱਟ ਆਮਦਨਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਸੁਸਾਇਟੀ (ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ ਸੀ) ਰਾਹੀਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਦੇ ਵਕੀਲ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫੋਨ ਕਰੋ:

- » **604-408-2172** (ਗਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ)
- » **1-866-577-2525** (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ, ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਂ ਤੋਂ)

ਲੀਗਲ ਏਡ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਵੇਲੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਕਟ ਸਾਥੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ (ਅਤੇ/ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ) ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਦੇਣਗੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਦਾ ਨਾਂ ਦੱਸ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਹੀ ਲੀਗਲ ਏਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸ ਦੇਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਫੌਰਨ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਨੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨਾ ਵੀ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ, ਵਕੀਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ (ਜਾਂ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੇ ਵਕੀਲ) ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਅਦਾਲਤ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਕਾਂ ਦੀ ਪਲੈਨਿੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਵਰਕਰ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਕੀਲ ਦਾ ਨਾਂ ਪੁੱਛਣਾ ਸਦਾ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ। ਜੇ ਲੀਗਲ ਏਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕੀਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਨਾ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਕੀਲ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰੋ।

ਲੀਗਲ ਏਡ ਕਾਹਦਾ ਖਰਚਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ?
What Does Legal Aid Pay For?

ਲੀਗਲ ਏਡ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੇਸ ਲੈ ਅਤੇ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਉਹ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਸਿੱਝ ਸਕਦੇ)। ਪਰ, ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ **ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ** ਲੈਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਸਫਾ 13 ਦੇਖੋ), ਜਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੀ ਮਿਲਣ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਇਕੱਠੀ ਰਕਮ ਮਿਲਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਘਰ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਤੋਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪੇਮੈਂਟ ਤੋਂ) ਤਾਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਪੈਸੇ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਲੀਗਲ ਏਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਕੀਲ ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ ਲਿਖਤੀ ਵਿਆਖਿਆ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਸਫਾ 6 ਦੇਖੋ)। ਉਹ ਫੈਸਲੇ **ਵਿਰੁੱਧ ਅਪੀਲ ਕਰਨ** (ਇਸ ’ਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣ) ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨੋਟ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਲੀਗਲ ਏਡ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ’ਤੇ ਫਿਰ ਹਮਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ,
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘੱਟ ਪੈਸੇ ਹਨ, ਜਾਂ
- ਹੋਰ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੋਇਆ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੇਫਟੀ ਲਈ ਹੋਰ ਡਰਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਪੁਲੀਸ, ਹਸਪਤਾਲ, ਜਾਂ ਚਾਇਲਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਹਨ)।

ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
What Your Lawyer Needs to Know

ਤੁਹਾਡੀ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਸਾਰੀ ਸਚਾਈ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹੋ ਉਹ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੱਸਣਗੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੱਸਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੇ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ:

- ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਮਿਲਣ ਵੇਲੇ, ਆਪਣੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਦੱਸੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਸਬੂਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਹੋਰ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਜਾਂ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸਣ ਲਈ ਗਵਾਹ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਕਿਹਾ ਹੋਇਆ ਜਾਂ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਸਬੂਤ ਹੀ ਕਾਫੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਾਰੀਕਾਂ ਅਤੇ ਵੇਰਵਾ ਯਾਦ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ।
- ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੇ ਕਦੇ:
  - ਤੁਹਾਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
  - ਆਤਮ ਹੱਤਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕੋਲ:
  - ਗੱਨਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਹਥਿਆਰ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ
  - ਉਸ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਸਲੇ ਹਨ
  - ਉਸ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ
- ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸੋ:
  - ਜੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਬਦਤਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
  - ਜੇ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਅਗਲੇ ਸਫੇ ’ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅ ਦੇਖੋ।

ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅ
Tips for Working with Your Lawyer

- ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਮੀਟਿੰਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿਚ ਨੋਟ ਲਿਖੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ:
  - ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਸਮ
  - ਗਵਾਹਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ
  - ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪੇਪਰਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਜਿਹੜੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵੰਡ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਜੇ ਕੋਈ ਮਸਲੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹ ਲਿਖ ਲਉ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਨੋਟ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ:
  - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਬੋਲਦਾ ਹੈ
  - ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਸੂਸੀ ਕਰਨ
  - ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੋਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਉਹ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲ ਲਿਖ ਲਉ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵੇਲੇ, ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ’ਤੇ ਹੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ ਸਪੋਰਟ ਵਰਕਰ ਜਾਂ ਕੌਂਸਲਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੀਗਲ ਏਡ ਦਾ ਵਕੀਲ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸਿਰਫ ਸੀਮਤ ਸਮਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਲਈ ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਇਹ ਚੇਤੇ ਰੱਖੋ ਕਿ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਰ ਫੋਨ ਦਾ ਖਰਚਾ ਹੈ (ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲੀਗਲ ਏਡ ਦੇ ਘੰਟੇ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ)।
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਨਕਲਾਂ ਰੱਖੋ:
  - ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਮਿਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ ਅਤੇ ਈਮੇਲਾਂ
  - ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਮਿਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ ਅਤੇ ਈਮੇਲਾਂ
  - ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਆਰਡਰ
- ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਵਲੋਂ ਪੁੱਛੀ ਗਈ ਗੱਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿਉ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਮੂਵ ਹੋ ਜਾਉ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਬਦਲ ਲਉ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਉ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਜਿਹੜੀ ਗਲਤ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਾਨੂੰਨ ਹੇਠ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਸੰਭਵ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ’ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ

How to Protect Yourself and Your Children

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ:

- ਅਦਾਲਤ ਕੋਲ **ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ** ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ
- ਆਪਣੀ ਹਾਲਤ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਪੁਲੀਸ ਕੋਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ:
  - **ਪੀਸ ਬੌਂਡ** ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇ, ਜਾਂ
  - ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜੁਰਮ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਵਿਚ ਚਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ (ਜਿਸ ਦਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਫੌਰਨ **ਕੋਈ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ** ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ)।

ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ

Protection Order

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ **ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ**, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਿਰੁੱਧ ਅਦਾਲਤ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਆਰਡਰ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਉਹ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਆਰਡਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਵਿਅਕਤੀ ਵਲੋਂ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪ **ਦਰਜ** ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਕੋਰਟ ਰਜਿਸਟਰੀ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ)। ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣਾ ਸਦਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵੀ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਜਾਂ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਵੀ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜੱਜ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦੇ ਹਨ: ਜੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਦੀ **ਉਲੰਘਣਾ** ਕਰਦਾ ਹੈ (ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ) ਤਾਂ ਉਸ 'ਤੇ ਕਰਿਮੀਨਲ ਚਾਰਜ (ਮੁਜਰਮਾਨਾ ਦੋਸ਼) ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜੱਜ ਜਾਣਦਾ ਹੈ:

- ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਹਿਸਟਰੀ,
- ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਕਿਸਮ (ਕਿਸਮਾਂ) (ਦੱਸਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਸਫੇ 2 – 4 'ਤੇ ਚਾਰਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ),
- ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। (ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ), ਅਤੇ

- ਸੇਫਟੀ ਦੇ ਸਿਰਫ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਮਸਲੇ ਹੀ – ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ’ਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾ ਦਿਉ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅਲੱਗ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਹੀ ਹੱਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੱਜ ਤੱਥ ਸੁਣੇਗਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਜੇ ਜੱਜ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਰਜਿਸਟਰੀ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਇਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਇਕ ਸਾਲ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਆਰਡਰ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਫਸੋਗੇ ਜਾਂ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਲਏ ਜਾਉਗੇ। ਪਰ ਆਰਡਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਹੇਠ ਕੋਈ ਹੋਰ ਅਦਾਲਤੀ ਆਰਡਰ ਹੋਣ ਤਾਂ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਇਹ ਆਰਡਰ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਤਾਂ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਪੀਸ ਬੌਂਡ
Peace Bond

ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਵੀ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਡ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ ਅਧੀਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਲੈਣ ਲਈ, ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਈ ਜੁਰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ **ਵਾਜਬ ਡਰ** ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਕੋਈ ਧਮਕੀ)।
- ਜੇ ਉਹ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਜਾਣ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਰਨ ਦਾ ਚੰਗਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਕਿ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ ਦੇ ਕਿਸੇ ਜੱਜ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਕੈਨੇਡਾ ਭਰ ਵਿਚ ਇਕ ਸਾਲ ਲਈ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਹੋਰ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ
No-Contact Conditions

ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਕਿਸੇ ਮੁਜਰਮਾਨਾ ਕੇਸ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਜੱਜ ਜਾਂ ਜਸਟਿਸ ਔਫ ਦਾ ਪੀਸ ਵਲੋਂ ਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜੁਰਮ ਲਈ ਚਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਮਲਾ, ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨਾ) ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੇ ਮੁਕੱਦਮੇ ਤੱਕ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਾਂ **ਜ਼ਮਾਨਤ ’ਤੇ** ਰਿਹਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਰਿਹਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੱਜ ਜਾਂ ਜਸਟਿਸ ਵਲੋਂ ਇਹ **ਸ਼ਰਤਾਂ** ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਮਾਨਤ ’ਤੇ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਕ ਸ਼ਰਤ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ "ਕੋਈ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ" ਹੋਵੇਗੀ।

ਜ਼ਮਾਨਤ ’ਤੇ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਹੋਰ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ:

- ਖਾਸ ਥਾਂਵਾਂ ’ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ),
- ਕੋਈ ਹਥਿਆਰ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ, ਜਾਂ
- ਨਸ਼ੇ ਜਾਂ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ (ਕਰਾਊਨ ਕੌਂਸਲ) ਨੂੰ ਦੱਸੋ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ)।

ਜੱਜ ਇਹ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ, ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਸੰਪਰਕ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਰਹਿਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਜ਼ਟ ਲਈ ਬੱਚੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੌਂਪਣੇ ਪੈਣੇ ਹਨ (ਤੁਹਾਡੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਾਂ ਜਨਤਾ ਵਿਚ) ਤਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜੱਜ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜ਼ਮਾਨਤ ’ਤੇ ਰਿਹਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਜੇ:

- ਉਸ ਨੂੰ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ’ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਅਤੇ ਚਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, *ਪਰ*
- ਉਸ ਦੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਦੌੜ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ), *ਜਾਂ*
- ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਮੁਜਰਮਾਨਾ ਰਿਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਨਵੇਂ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਆਰਡਰ
Orders Made before the New Family Law Act

ਸਾਲ 2013 ਵਿਚ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਹੋਏ। 2013 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਫੈਮਿਲੀ ਰੀਲੇਸ਼ਨਜ਼ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ **ਰਿਸਟਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ** ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਸਨ। ਹੁਣ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਦੇ ਅਧੀਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਰਡਰਾਂ ਨੂੰ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮਾਰਚ 2013 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਰਿਸਟਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ **ਮਿਆਦ ਮੁੱਕਣ** ਦੀ ਕੋਈ ਤਾਰੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਰਡਰ ਅਜੇ ਵੀ ਯੋਗ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਕੂਮੈਂਟ ਹੋਵੇ
Once You Have the Document

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਜਾਂ ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਆਰਡਰ ਜਾਂ ਡਾਕੂਮੈਂਟ (ਪੇਪਰ) ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਕਰ ਲਓ ਅਤੇ:

- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਪਰਸ ਵਿਚ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਝੋਲਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਦੀ ਇਕ ਕਾਪੀ ਪਾਉ,
- ਇਕ ਕਾਪੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਡੇਅਕੇਅਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ ਅਤੇ ਟੀਚਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ’ਤੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਹੋ, ਅਤੇ
- ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਪੀਆਂ ਦਿਉ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
  - ਚੰਗੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ ਨੂੰ, ਜਾਂ
  - ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਅਦਾਲਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

How Can the Courts Help?

ਅਦਾਲਤਾਂ ਅਸਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੱਖਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀ ਵੀ ਦੇ ਸ਼ੋਆਂ 'ਤੇ ਦੇਖਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਇਕ ਆਮ ਸਮਝ ਹੋਣਾ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ ਕਿ ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਅਦਾਲਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਦਾਲਤੀ ਸਿਸਟਮ ਬਾਰੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ, ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ (ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ) ਕੋਰਟ ਹੈ। ਸੂਬਾਈ ਕੋਰਟ ਤਿੰਨ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਵੰਡੀ ਹੋਈ ਹੈ: ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ, ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ, ਅਤੇ ਸਮਾਲ ਕਲੇਮਜ਼ ਕੋਰਟ। ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ, ਇਹ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੀਆਂ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਛੋਟੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ, ਸਾਰੀਆਂ ਤਿੰਨੇ ਅਦਾਲਤਾਂ ਇੱਕੋ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਜਾਂ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਲਾਕ ਨਹੀਂ ਮੰਗ ਰਹੇ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦੇ ਕਿ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀ ਵੰਡ ਕਰਨਾ ਕੋਈ ਮਸਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕੇਸ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਦਰਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੇ ਮਸਲੇ ਅਦਾਲਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਲਾਕ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦੀ ਵੰਡ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੂੰ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ (ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਕਰਕੇ) ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਜਾਂ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ (ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਿਚਕਾਰ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਕਰਕੇ) ਦੋਨਾਂ ਵਿਚ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਲਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਦੇ ਜੱਜ ਨੂੰ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਅਧੀਨ, ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਜੱਜ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਕੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ "ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਭਲਾਈ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਵਲ ਜਾਂ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕਾਰਵਾਈ" ਬਾਰੇ ਵੀ ਸੋਚਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜੱਜ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ।

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ

Criminal Court

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੇਸਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਜੁਰਮ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕਾਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੈ)। ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ ਦੇ ਜੱਜ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਆਰਡਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਲਈ ਆਰਡਰ)।

ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ ਨੂੰ ਕੇਸ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਹੀਂ ਲਿਜਾ ਸਕਦੇ। ਪੁਲੀਸ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਪੜਤਾਲ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਰਿਪੋਰਟ ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕੇਸ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ।

ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਕੇਸ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕਰੇਗਾ ਜੇ:

- ਦੋਸ਼ ਸਿੱਧ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ (ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੋਸ਼ੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਵੇਗਾ), ਜਾਂ
- ਜੇ ਇਹ "ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਹੋਵੇ" (ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਖਤਰਨਾਕ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਹੈ)।

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੇਸ ਵਿਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੋਏ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦੇ ਗਵਾਹਾਂ ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਸਬੂਤ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਗਵਾਹੀ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜੁਰਮ ਲਈ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਏ ਜਾਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੱਟਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲੈ ਸਕੋ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਜਾ ਸਕੋ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਪੋਰਟ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇ।

ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ ਕੋਰਟ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਾਰਜ (ਦੋਸ਼) ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਵਾਪਸ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਬੂਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਜੇ ਚਾਰਜ ਵਾਪਸ ਲੈ ਲਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅਕਸਰ, ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਜੋ ਕਿ ਜ਼ਮਾਨਤੀ ਆਰਡਰ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਕੈਂਸਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਪੀਸ ਬੌਂਡ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਵੀ ਇਕ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੇਗਾ ਭਾਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਕੈਂਸਲ ਵੀ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹੋਣ।

ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ
Provincial Family Court

ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਦੀ ਹੈ:

- ਚਾਇਲਡ ਜਾਂ ਸਪਾਊਜ਼ਲ ਸਪੋਰਟ,
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ,
- ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕੌਣ ਕਰਦਾ ਹੈ),
- ਪੁਨਰ ਸਥਾਪਤੀ (ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦੂਰ ਮੂਵ ਹੋ ਜਾਣਾ), ਅਤੇ
- ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ।

ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਵਿਚਲੀ ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈ, ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨਾਲੋਂ ਸੌਖੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਕੇਸ ਕਰਨ ਜਾਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਫੀਸਾਂ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਆਪ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨਾ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਸੌਖਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅਦਾਲਤ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ (ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ) ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫਤ ਇਕ ਸਮੇਂ ਦੇ ਕੋਰਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਆਫਟਰ ਸੈਪਾਰੇਸ਼ਨ (ਅਲਹਿਦਗੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਪਾਪੁਣਾ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੋਰਸ ਕਲਾਸਰੂਮ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਾਲੀ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ। ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਆਫਟਰ ਸੈਪਾਰੇਸ਼ਨ ਕਲਾਸਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚ, ਕਈ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੌਖੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਨਾ ਜਾ ਸਕੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਖਿਮਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਅ
Tips for Going to Court

- ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਜੱਜ ਜੋ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰੀ ਜਾਣ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਡੀਓ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ 'ਤੇ ਅਦਾਲਤ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੌਰਾਨ ਨੋਟ ਲਿਖੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅਦਾਲਤੀ ਪੇਸ਼ੀ ਤੋਂ *ਬਾਅਦ* ਇਹ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗੱਲ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਨੋਟ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਦਿਉ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਰਟਹਾਊਸ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰੇਗਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏਗਾ ਜਾਂ ਜੇ ਉਹ ਕੋਰਟਹਾਊਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸ਼ੈਰਿਫ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਸ਼ੈਰਿਫ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹੇ।
- ਅਦਾਲਤੀ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਰਸਮੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੰਮ ਵਾਲੇ ਸੋਹਣੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾ ਕੇ ਆਉ।
- ਸ਼ਾਂਤ ਰਹੋ। ਨਰਵਸ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਰੋ ਪੈਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਪਰ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਆਉਣਾ, ਮੂੰਹ ਚਿੜਾਉਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਘੁਮਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਚੀਕਣਾ, ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪਾਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੇਸ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰੇਗਾ। ਆਪਣੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ **ਗਵਾਹੀ** ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ (ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸ ਰਹੇ ਹੋ) ਤਾਂ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਜਵਾਬ ਦਿਉ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਵੇਲੇ ਜੱਜ ਵੱਲ ਦੇਖੋ।

ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ
Ex Parte Order

ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਐਮਰਜੰਸੀ ਵਿਚ ਇਕ ਆਰਡਰ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਅਦਾਲਤ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਆਰਡਰ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣਾ ਪੱਖ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇਸ ਆਰਡਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

- ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰਾਂ ਲਈ,
- ਐਮਰਜੰਸੀ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਲਈ,
- **ਫਾਇਨੈਂਸ਼ਲ ਰਿਸਟਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰਜ਼** (ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜਾਇਦਾਦ ਵੇਚਣ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਲਕਾਉਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੇਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ), ਅਤੇ
- **ਨੌਨ-ਰਮੂਵਲ ਆਰਡਰਜ਼** (ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਸੂਬੇ ਤੋਂ ਲਿਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ)।

ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੱਜ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਡਰ ਦੀ ਫੌਰਨ ਕਿਉਂ ਲੋੜ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਸਹੀ ਨੋਟਿਸ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਰਡਰਾਂ ਲਈ ਜੱਜ ਸਿਰਫ ਇਕ ਧਿਰ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਇਹ ਅਕਸਰ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਰਡਰ ਅਕਸਰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੇ ਜੱਜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਡਰ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਸ਼ੌਰਟ ਲੀਵ** ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥੋੜ੍ਹੇ ਨੋਟਿਸ 'ਤੇ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਪਵੇਗਾ ਜਿੰਨਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਜੱਜ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੌਰਟ ਲੀਵ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਮਰਜੰਸੀ ਆਰਡਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਊਟੀ ਕੌਂਸਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ (ਸਫਾ 8 ਦੇਖੋ)।

ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਜਣਾ ਵੀ ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ
Supreme Court

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਲਾਕ ਲੈਣਾ ਜਾਂ ਆਪਣੇ **ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ** ਵੰਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ (ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੌਰਾਨ ਲਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰ, ਕਾਰ, ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟਾਂ) ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਹੋ ਤਾਂ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਤਲਾਕ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਕਸਟੱਡੀ/ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਆਰਡਰ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਜੱਜ ਵਲੋਂ ਤਲਾਕ ਦੇ ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਉਸ ਲਈ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਸਹੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਲਏ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਤੇ ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦੇ ਨਿਯਮ ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਅਰਜ਼ੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੇਸ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਵੀ ਦੇਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਫੀ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕੋਰਟ ਕਲਰਕ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ **ਅਦਾਲਤ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਤੋਂ ਛੋਟ** ਲਈ (ਇਹ ਦੇਣ ਤੋਂ ਮਾਫੀ ਲਈ) ਕਿਵੇਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਾਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ ਸੀ ਦੀ ਸਵੈ-ਮਦਦ ਵਾਲੀ ਔਨਲਾਈਨ ਗਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ **(familylaw.lss.bc.ca/guides/waiveFees/index.php)**

ਫੈਮਿਲੀ ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ ਅਤੇ ਜੂਡੀਸ਼ਲ ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ
Family Case Conferences and Judicial Case Conferences

ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ, ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਣਵਾਈ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ:

- ਫੈਮਿਲੀ ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸ (ਸੂਬਾਈ ਫੈਮਿਲੀ ਕੋਰਟ ਵਿਚ), ਜਾਂ
- ਜੂਡੀਸ਼ਲ ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸ (ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ)।

ਛੋਟ ਉਦੋਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੰਸੀ ਆਰਡਰ ਜਾਂ **ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ** ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ (ਸਫਾ 20 ਦੇਖੋ)।

ਕੇਸ ਕਾਨਫਰੰਸ ਇਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਰੂਮ ਵਿਚ ਜੱਜ ਅਤੇ ਕਲਰਕ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੱਜ ਅਕਸਰ ਕਿਸੇ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ’ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ (ਵਿਚੋਲਗੀ) ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੈ ਪਰ ਜੱਜ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੱਜ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਆਰਡਰ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ
Mediation

ਮਸਲਿਆਂ ਦੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣਾ ਹੀ ਇਕ ਰਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਜੱਜ **ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ** ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਟਰੇਂਡ ਮੀਡੀਏਟਰ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਲਈ ਇਹ ਇਕ ਸਹੀ ਚੋਣ ਹੈ। ਅਲੱਗ ਹੋ ਰਹੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੋੜਿਆਂ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦਾ ਕੋਈ ਪਿਛੋਕੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਲਈ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਇਕ ਸੌਖਾ ਰਾਹ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ:

- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਦੇ ਇਕ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਲੋਂ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਾਜਬ ਵਰਤਾਉ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੇ ਉਸ ਨੇ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਦੇ ਵੀ ਵਾਜਬ ਵਰਤਾਉ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ।

- ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਦੇਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਹ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਨਾ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਹ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸਰੋਕਾਰ ਜਾਂ ਡਰ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਮੀਡੀਏਟਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਤੁਸੀਂ **ਸ਼ਟਲ** ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਵਕੀਲ ਮੀਡੀਏਟਰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ’ਤੇ ਵੀ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ
When You’re in a Mediation

- ਜੇ ਕੋਈ ਸੁਝਾਅ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮੀਡੀਏਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੇ ਲਿਖੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਮਝਣੀਆਂ ਸੌਖੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਕਾਰਵਾਈ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਹੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਆਰਾਮ ਜਾਂ ਪਰੈਸ਼ਰ ਥੱਲੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ:
  - ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਉ ਜੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।
  - ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਨਾ ਹੋਵੋ।
  - ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਦੀ ਕਾਪੀ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ’ਤੇ ਦਸਖਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੋ।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਮੀਡੀਏਟਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਚੋਣਾਂ ਹਨ। ਤਕੜੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਚੋਣ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਦਰਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੋਰਟ ਆਰਡਰ ਵਾਂਗ ਸਮਝਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ **ਲਾਜ਼ਮੀ** ਹੋਵੇਗਾ (ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਲਈ ਉਹ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਇਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ)। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਨੂੰ ਦਰਜ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਂਦੇ, ਇਸ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਅਜੇ ਵੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਦਾਲਤਾਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇ ਕਾਰਨ ਦੇ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ।

ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ, ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਵਿਚਲੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਹ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੋਰ ਵੀ ਔਖੀ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੋਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕਰੇਗਾ।

ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਇਕ ਗੁਪਤ ਕਾਰਜ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਕੀਲ ਜੱਜ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਕਿ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਵਿਚ ਕੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਜਾਂ ਮੀਡੀਏਸ਼ਨ ਨੇ ਮਸਲਿਆਂ ਦਾ ਹੱਲ ਕਿਉਂ *ਨਹੀਂ* ਕੀਤਾ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

What Will Happen to the Children?

ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ, ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ, ਕੌਨਟੈਕਟ, ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਰਿਸਪੌਂਸ਼ੀਬਿਲਟੀਜ਼, ਕਸਟੱਡੀ, ਐਂਡ ਐਕਸੈੱਸ: ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਕੀ ਅਰਥ ਹਨ

ਜਦੋਂ ਬਹੁਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਲੱਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮਾਪੇ ਇਹ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੱਜ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ), ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀਆਂ ਵਿਜ਼ਟਾਂ (ਫੇਰੀਆਂ) ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ।

ਇਸ ਕੇਸ ਵਿਚ, ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਅਜਿਹਾ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਸਹਿਮਤ ਨਾ ਹੋ ਸਕੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੋਨੋਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਜੱਜ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੱਜ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਚੁਣੇਗਾ ਜਾਂ ਰਾਜ਼ੀਨਾਮਾ ਕਰਵਾ ਦੇਵੇਗਾ।

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਸੂਬਾਈ ਕੋਰਟ)

Family Law Act Language (Provincial Court)

- **ਗਾਰਡੀਅਨਸ਼ਿਪ:** ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਦੋਨੋਂ ਮਾਪੇ **ਗਾਰਡੀਅਨ** ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜਾ ਮਾਪਾ ਕਦੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਜਿਸ ਨੇ ਨੇਮ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਗਾਰਡੀਅਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜੇ ਕੋਈ ਆਰਡਰ ਜਾਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ।
- ਸਿਰਫ ਗਾਰਡੀਅਨ ਹੀ **ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ** (ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ) ਅਤੇ **ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ** ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਮਾਪਾ ਗਾਰਡੀਅਨ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਜਾਂ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ’ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ (ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ)।

> ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੋਨੋਂ ਗਾਰਡੀਅਨ ਹੋਵੋ ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੀ ਗਾਰਡੀਅਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਗਾਰਡੀਅਨ ਵਜੋਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਦਾਲਤ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਫੀ ਸਬੂਤ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਕਿਉਂ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਕੀ ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ।

- **ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ** ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਗਾਰਡੀਅਨ ਨਾਲ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਿਜ਼ਟਾਂ (ਫੇਰੀਆਂ) ਵੀ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਵਜੋਂ ਗਿਣੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
- **ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਰਿਸਪੌਂਸੀਬਿਲਟੀਜ਼** ਉਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਵੇਲੇ ਗਾਰਡੀਅਨ ਦੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। (ਸਫਾ 30 – 31 'ਤੇ ਸੂਚੀ ਦੇਖੋ।)
- **ਕੌਨਟੈਕਟ ਵਿਦ ਏ ਚਾਇਲਡ** ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਗੈਰ-ਗਾਰਡੀਅਨ — ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਗਰੈਂਡਪੇਰੈਂਟ ਜਾਂ ਮਤਰੇਆ ਮਾਪਾ, ਪਰ ਗੈਰ-ਗਾਰਡੀਅਨ ਮਾਪਾ ਵੀ — ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ, ਪਰ ਗਾਰਡੀਅਨ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਹੱਕ ਨਾ ਹੋਣਾ।

ਡਾਇਵੋਰਸ ਐਕਟ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ (ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ)

Divorce Act Language (Supreme Court)

ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਡਾਇਵੋਰਸ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਤਲਾਕ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਦਾਲਤ **ਕਸਟੱਡੀ** ਅਤੇ **ਐਕਸੈੱਸ** ਲਈ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- **ਕਸਟੱਡੀ** ਹੋਣ ਦਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਤਲਬ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਦੇ ਚਾਰਜ ਹੋਣਾ ਹੈ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ **ਜੋਆਇੰਟ ਕਸਟੱਡੀ** ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵੰਡਦੇ ਹਨ।
- ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ **ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ** (ਮੁਢਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼) ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- **ਐਕਸੈੱਸ** ਬੱਚਿਆਂ ਵਲੋਂ ਉਸ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਬਿਤਾਇਆ ਗਿਆ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਿਸ ਕੋਲ ਕਸਟੱਡੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਐਕਸੈੱਸ ਵਿਚ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਕਾਲਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕਾਈਪ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਤਲਾਕ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਜੱਜ ਅਕਸਰ ਅਜੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਵਿੱਚੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਮਨਿਸਟਰੀ ਔਫ ਚਿਲਡਰਨ ਐਂਡ ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸੰਭਾਲ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਮਨਿਸਟਰੀ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਘਰ ਤੋਂ ਲਿਜਾਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਹਿੰਸਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ
Deciding Parenting Arrangements

ਸੂਬਾਈ ਕੋਰਟ ਦੇ ਜੱਜ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਸਿਰਫ **ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ** ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਸਫਾ 32 ਦੇਖੋ), ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰਜ਼ੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਡਾਇਵੋਰਸ ਐਕਟ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੱਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੇਗਾ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਦੋਨੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਦੇਣਾ, ਅਤੇ
- ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਇਹ **ਸੁਝਾਅ** (ਵਿਚਾਰਾਂ ਜਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ) ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਾ ਸਦਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਵੰਡੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਹ ਹਨ:

- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਇਸ ਕਰਕੇ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਾਂ ਹੋ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ (ਜਾਂ ਕਸਟੱਡੀ) ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਦੇ ਵੀ ਹੱਕ ਹਨ।
- ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਜੱਜ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਜੱਜ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਕੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖਿਆਲ ਮੁਤਾਬਕ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਉਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।
- ਹਰ ਕੇਸ ਵੱਖਰਾ ਹੈ। ਰਿਸ਼ਤਾ ਟੁੱਟਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਿਸ ਮਾਪੇ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਇਆ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਦੇਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਜੱਜ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ:
  - ਜੇ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਛੋਟਾ ਹੈ (ਪੰਜ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ), ਜੱਜ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਵੇਗਾ।
  - ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੰਬੀਆਂ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਮਿਲਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਵੀਕਡੇਅ ਸਮਾਂ, ਰਾਤਾਂ ਰਹਿਣਾ, ਵੀਕਇੰਡਜ਼, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਭਾਵੇਂ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਵੀ ਹੋਵੇ (ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ) ਜੱਜ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਆਰਡਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਬੱਚੇ ਹਰ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਜਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਜੇ:
  - ਦੋਨੋਂ ਮਾਪੇ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ, ਜਾਂ
  - ਉਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਨੋਂ ਮਾਪੇ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ (ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਰਿਸਪੌਂਸੀਬਿਲਟੀਜ਼) ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਕਦੇ ਕਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੇ ਦੋਨੋਂ ਮਾਪੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਾ ਕਰਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵੰਡਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ:

- ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਸਪੋਰਟ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚੇ ਲੈ ਕੇ ਨੱਠ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸ਼ਾਇਦ ਆਗਿਆ ਨਾ ਦੇਵੇ।

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਫੇ 30 – 31 ਦੇਖੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਜ਼ਜਬਾਤੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਖਤਰੇ ਹੇਠ ਹੋਣ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਸੰਪਰਕ,** ਜਾਂ **ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਮਿਲਣ** ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਜਣਾ ਹੋਰ ਉੱਥੇ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਸੀਂ,
- ਕੋਈ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਜਾਂ
- ਕੋਈ ਜਣਾ ਜਿਹੜਾ ਇਹ ਕੰਮ ਵਜੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਇਸ ਸਰਵਿਸ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਣਗੇ)।

ਨਿਗਰਾਨੀ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਸੀਮਤ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਠੀਕ ਠਾਕ ਰਹਿਣ ਤਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗੀ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਵੀ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਲਈ ਕਿਵੇਂ **ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਤਬਾਦਲਾ ਕਰੋਗੇ** (ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੌਂਪੋਗੇ), ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਹੋਵੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤਬਾਦਲੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰੇਗਾ। ਆਪਣੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਵਿਚ, ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖਿਆਲ ਮੁਤਾਬਕ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਪਲੈਨ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਬਦਲੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦੇਖਣ ਲਈ ਅਗਲਾ ਸਫਾ ਦੇਖੋ ਕਿ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਬੱਚੇ **ਤਬਦੀਲ** ਕਰਨ ਵੇਲੇ (ਚੁੱਕਣ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਵੇਲੇ) ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣਾ
Staying Safe While Transferring the Children

ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ (ਚੁੱਕਣ ਅਤੇ ਛੱਡਣ) ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਉਹ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਉਸ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਝੂਠ ਬੋਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਚੁੱਕਣ ਜਾਂ ਛੱਡਣ ਲਈ ਆਏ ਸੀ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਬਾਰੇ, ਮੁੜ ਕੇ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ;
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਸੈੱਟ, ਉਦਾਸ ਜਾਂ ਗੁੱਸੇ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਲਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਨੂੰ ਪਿੱਛਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ:

- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਹੇਲੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਗਵਾਹ ਦੇ ਤੌਰ ’ਤੇ),
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਡੇਅਕੇਅਰ ਵਿਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ — ਇਕ ਮਾਪਾ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ ਹੈ,
- ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਬੱਚਾ ਛੱਡਣ ਜਾਂ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
  - ਕਿਸੇ ਬਿਜ਼ੀ ਕੌਫੀ ਸ਼ੌਪ ਵਿਚ, ਜਾਂ
  - ਐਸਕਾਲੇਟਰ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਮਾਲ ਵਿਚ। ਤੁਸੀਂ ਐਸਕਾਲੇਟਰ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਹੇਠਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਆਪ ਤੁਰ ਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪਬਲਿਕ ਥਾਂ ਵਿਚ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਬਦੀਲੀ ਆਪ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਸਿਰਫ ਹੈਲੋ ਕਹੋ ਅਤੇ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ। ਜੇ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਣ ਤਾਂ ਫੌਰਨ ਲਿਖ ਲਉ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਈਮੇਲ, ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਨੋਟਬੁੱਕ ਵਿਚ ਲਿਖਤੀ ਸੁਨੇਹੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਪਿੱਛਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਜਾਉ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਪੁਲੀਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਜਾਉ ਅਤੇ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। ਤੁਸੀਂ 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਖਤਰਨਾਕ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਝਗੜੇ ਵਾਲੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ, ਜੱਜ **ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਡ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਐਕਸਚੇਂਜ਼** (ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਤਬਦੀਲੀ) ਦਾ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕੋਈ ਜਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਮਾਪੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਕੋਈ ਦੋਸਤ,
- ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ, ਜਾਂ
- ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਹੜਾ ਇਸ ਨੂੰ ਕੰਮ ਵਜੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਇਸ ਸਰਵਿਸ ਲਈ ਖਰਚਾ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ)।

ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ, ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਪੁੱਛੋ ਜਿਹੜੇ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਪੈਸੇ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

Parenting Responsibilities

ਬੀ ਸੀ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਅਧੀਨ, ਅੱਗੇ ਲਿਖੀਆਂ "ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ" ਹਨ। ਸਾਰੇ ਗਾਰਡੀਅਨਾਂ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ ਲਈ ਨਿਭਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ:

ਕਾਨੂੰਨੀ ਸ਼ਬਦ	*ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ:*
(ਏ) ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੀ ਸੰਭਾਲ, ਕੰਟਰੋਲ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ;	• ਰੋਜ਼ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ: – ਬੱਚਾ ਕੀ ਖਾਂਦਾ ਜਾਂ ਪਹਿਨਦਾ ਹੈ – ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਮੁਢਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ
(ਬੀ) ਇਹ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ ਕਿ ਬੱਚਾ ਕਿੱਥੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਕਰੇਗਾ;	• ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਿੱਥੇ ਰਹੋਗੇ। ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦਾ ਹੱਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸ਼ਹਿਰ ਮੂਵ ਹੋਣ (ਹੋਰ ਥਾਂ ਵਸਣ) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਫਾ 47 ਦੇਖੋ)।
(ਸੀ) ਇਹ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ ਕਿ ਬੱਚਾ ਕਿਸ ਨਾਲ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਮੇਲਜੋਲ ਕਰੇਗਾ;	• ਇਹ ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਕਿ ਬੱਚਾ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਏਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: – ਦੋਸਤ – ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ – ਬੇਬੀਸਿਟਰਜ਼
(ਡੀ) ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਕਿਸਮ, ਹੱਦ ਅਤੇ ਸਥਾਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ;	• ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: – ਉਹ ਸਕੂਲ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਗੇ – ਉਹ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਕਰਨਗੇ – ਉਹ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਕਰਨਗੇ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਖੇਡਾਂ, ਆਰਟਸ, ਅਤੇ ਟਿਊਸ਼ਨ)
(ਈ) ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਭਿਆਚਾਰ, ਭਾਸ਼ਾ, ਧਰਮ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ;	• ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: – ਫਰੈਂਚ ਇਮਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਬੋਲੀ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ – ਧਾਰਮਿਕ ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨ 'ਤੇ ਜਾਣਾ
(ਐੱਫ) ਇਨਫੈਨਟਸ ਐਕਟ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 17 ਮੁਤਾਬਕ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਲਾਜ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਰ ਇਲਾਜਾਂ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣਾ, ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਪਸ ਲੈਣਾ;	• ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ, ਸਮੇਤ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ: – ਮੈਡੀਕਲ ਸਿਹਤ – ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ – ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੌਂਸਲਿੰਗ)

ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ, ਜਾਰੀ
Parenting Responsibilities, continued

ਕਾਨੂੰਨੀ ਸ਼ਬਦ	*ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ:*
(ਜੀ) ਪਾਸਪੋਰਟ, ਲਾਇਸੰਸ, ਪਰਮਿਟ, ਬੈਨੇਫਿਟ, ਕੋਈ ਸਹੂਲਤ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ;	• ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ: – ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਜਾਂ ਮੱਛੀਆਂ ਫੜਨ ਦਾ ਲਾਇਸੰਸ – ਚਾਇਲਡ ਟੈਕਸ ਬੈਨੇਫਿਟਸ – ਸਬਸਿਡੀਆਂ
(ਐੱਚ) ਜੇ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣਾ, ਨਾਂਹ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸਹਿਮਤੀ ਵਾਪਸ ਲੈਣਾ:	• ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ): – ਸਕੂਲ ਟਰਿੱਪਾਂ ’ਤੇ ਜਾਣਾ – ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਫਰ ਕਰਨਾ – ਕੋਈ ਖਾਸ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਕਰਨਾ
(ਆਈ) ਕੋਈ ਵੀ ਉਹ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਜਿਸ ਲਈ ਮਾਪਾ ਜਾਂ ਗਾਰਡੀਅਨ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ;	• ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: – ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਸੂਚਨਾ – ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਸੂਚਨਾ – ਪ੍ਰਾਈਵੇਸੀ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ’ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
(ਜੇ) ਤੀਜੀਆਂ ਧਿਰਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਿਹਤ ਦੀ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਲੈਣਾ;	• ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ: – ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੋਂ – ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਤੋਂ – ਕੌਂਸਲਰਾਂ ਤੋਂ – ਟੀਚਰਾਂ ਤੋਂ – ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਮਾਹਰਾਂ ਤੋਂ
(ਕੇ) ਸੂਬੇ ਦੇ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਨੂੰਨ ਮੁਤਾਬਕ, (i) ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ, ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨਾ, ਸਮਝੌਤਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ (ii) ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਹਿਫਾਜ਼ਤ ਕਰਨਾ;	• ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ’ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ: – ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਵਿੱਤੀ ਭਵਿੱਖ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਰਜਿਸਟਰਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸੇਵਿੰਗਜ਼ ਪਲੈਨ (ਆਰ ਈ ਐੱਸ ਪੀ) ਵਿਚ ਪੈਸੇ ਪਾਉਣਾ।
(ਆਈ) ਕੋਈ ਹੋਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨਾ ਜਿਹੜੀਆਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਦੇਣ ਲਈ ਵਾਜਬ ਤੌਰ ’ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਹਨ।	• ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਕਰਨਾ ਜਿਹੜੀ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ।

“ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ ਵਿਚ” ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?
What Does “in the Best Interests of the Child” Mean?

ਜੱਜ ਬੱਚਿਆਂ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਸਿਰਫ **ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ** ਨੂੰ ਹੀ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜੱਜ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇਖੇਗਾ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਭਲਾਈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਖਾਸ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ);
- ਬੱਚਾ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਬੱਚਾ ਇੰਨਾ ਛੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਨਾ ਦੱਸ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ “ਚਾਇਲਡਜ਼ ਵਿਊਜ਼” ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ);
- ਬੱਚੇ ਦੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬਾਬਾ, ਦਾਦੀ);
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਹਿਸਟਰੀ (ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਗਾਰਡੀਅਨਾਂ ਨੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਹੈ);
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਮੁਤਾਬਕ, ਸਥਿਰਤਾ ਅਤੇ ਨੇਮ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਲੋੜ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੇਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ);
- ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਗਾਰਡੀਅਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ);
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਨੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਨੁਕਸਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹਿੰਸਕ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ’ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ);
- ਕੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ;
- ਕੋਈ ਵੀ **ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ** (ਸਿਵਲ ਜਾਂ ਕ੍ਰਿਮੀਨਲ) ਜਿਹੜੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ ਜਾਂ ਭਲਾਈ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹਿੰਸਾ ਲਈ ਚਾਰਜ ਜਿਸ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਰਡਰ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਲੋਂ ਉਲੰਘਣਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ);
- ਗਾਰਡੀਅਨ ਦੇ “ਮਾੜੇ ਵਤੀਰੇ” ਦਾ ਬੱਚਿਆਂ ’ਤੇ ਅਸਰ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੱਜ ਓਨਾ ਚਿਰ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਨਾ ਰੋਕੇ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਮਾਪਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਸ਼ਰਾਬ ਨਹੀਂ ਪੀਂਦਾ); ਅਤੇ
- ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਆਰਡਰ ਮੰਨਣ ਦੀ ਗਾਰਡੀਅਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ।

ਛੱਡ ਕੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲੈ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਜਾਣਾ ਹੈ
How to Leave and Take Your Children with You

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਵਾਲੇ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਗਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ, ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਇਹ ਹੈ:

- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਮਿਲੋ (ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ ਲਈ ਸਫੇ 5 – 10 ਦੇਖੋ)।
- ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਈਮੇਲ, ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ ਜਾਂ ਨੋਟ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਉ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਸਕਰੀਨਸ਼ੌਟ, ਫੋਟੋ ਜਾਂ ਇਸ ਦੀ ਕਾਪੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ। ਇਹ ਲਿਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੋਈ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਦਿਉ ਜਿੱਥੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਨੇਹੇ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਹੇਲੀ ਦਾ ਨੰਬਰ, ਜਾਂ ਸੈੱਲ ਫੋਨ ਨੰਬਰ)।
- ਈਮੇਲ, ਟੈਕਸਟ, ਜਾਂ ਨੋਟ ਵਿਚ ਕਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨੋਟ ਛੱਡਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ "ਗਾਇਬ" ਹੋ ਗਏ ਹੋ, ਇਕੱਲੇ ਵਲੋਂ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਕਰਨ ਲਈ ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਰਡਰ ਨੂੰ **ਬਦਲਣ** ਲਈ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਕੋਰਟਹਾਊਸ ਜਾਉ। ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਊਟੀ ਕੌਂਸਲ ਇਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰ ਸਕੋ। ਕੋਈ ਵਕੀਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ।
- ਕਿਸੇ ਲੀਗਲ ਐਡਵੋਕੇਟ, ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ, ਵਿਮਨਜ਼ ਸ਼ੈਲਟਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਸਫਾ 5 'ਤੇ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ) ਅਤੇ ਵਕੀਲਾਂ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਮੰਗੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੀਗਲ ਏਡ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ ਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ (ਸਫਾ 9 ਦੇਖੋ)।
- ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਨਿਤਾਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਜਾਉ ਜਾਂ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਦਾ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਲਈ ਫੌਰਨ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਜਾਉ। ਤੁਸੀਂ ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਜਾਂ ਸ਼ੌਰਟ ਲੀਵ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਦੇ ਵੀ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਕੁਝ ਪਾਰਟਨਰ ਲਾਪਰਵਾਹ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਿੰਸਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ (ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਲਾਪਰਵਾਰ ਜਾਂ ਹਿੰਸਕ ਨਾ ਵੀ ਹੋਏ ਹੋਣ)।

ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ
Frequently Asked Questions

ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ’ਤੇ ਕੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਰੁਕ ਜਾਵੇਗਾ?

Will the abuse stop when I leave my partner?

ਕਿਸੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ:

- ਆਪਣੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਲਈ,
- ਜਦੋਂ ਉਹ ਗਰਭਵਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ
- ਜਦੋਂ ਉਸ ਕੋਲ ਬੇਬੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ’ਤੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਰੁਕ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੋ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਸੇਫਟੀ ਪਲੈਨ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਾਥਣ ਦੇ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ:

- ਆਪਣੀ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥਣ ਨੂੰ ਤੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤਾਂ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ,
- ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥਣ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ
- ਆਪਣੀ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥਣ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਨਾ ਦੇਣਾ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥਣ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੈਸਿਆਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਾ ਦੇਣਾ ਜਿਹੜੇ ਉਸ ਕੋਲ ਹਨ)।

ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ:

- ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਦਦ ਦਾ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨੈੱਟਵਰਕ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ
- ਫੌਰਨ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹੋ।

ਕੋਰਟ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ?

Do I have to let my children see my ex-partner before I get a court order?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏਗਾ ਜਾਂ ਵਿਜ਼ਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਪਸ ਦੇਣ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਰਡਰ ਲੈਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਰਡਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਪੁਲੀਸ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਿਜ਼ਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਨਾਂ ਦਾ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਜਾਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੇਫਟੀ ਬਾਰੇ ਡਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਫੋਨ, ਵੀਡੀਓ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕਾਈਪ) ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਦਿਉ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਰਡਰ ਲਏ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਭੇਜਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਕਰਵਾ ਲਉ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ:

- ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ ’ਤੇ ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਸਿਰਫ ਮਿਲਣ ਲਈ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਮੂਵ ਨਹੀ ਹੋ ਰਹੇ।
- ਵਿਜ਼ਟ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਅਤੇ ਅੰਤ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮਾਂ ਤਹਿ ਕਰੋ।
- ਕਹੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਥਾਂ ’ਤੇ ਵਾਪਸ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।
- ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ, ਕਾਰ ਸੀਟ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿੱਥੇ ਗਏ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲੀਸ ਕੋਲ ਜਾਉਗੇ ਜਾਂ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਲਈ ਐਕਸ ਪਾਰਟੇ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋਗੇ।

ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਈਮੇਲ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਉੱਤਰ ਦੇਵੇ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕੋਈ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਨੂੰ ਨੋਟਰਾਈਜ਼ਡ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੋਟਰੀ ਪਬਲਿਕ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ’ਤੇ 25 ਡਾਲਰ ਤੋਂ 50 ਡਾਲਰ ਤੱਕ ਲੱਗਣਗੇ। ਆਪਣਾ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ (ਆਈ ਡੀ) ਅਤੇ ਕਿਸੇ

ਸਹੇਲੀ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ। ਪਰ, ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲਉ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਅਤੇ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨਾਲ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਖੁਸ਼ ਰਹੋਗੇ।

ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਾਪਸ ਨਾ ਲਿਆਉਣ ਬਾਰੇ ਦੋ ਵਾਰੀ ਸੋਚੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਜੱਜ ਤੁਹਾਡਾ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਜ਼ਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਸ ਲਿਆਏਗਾ। ਜੇ ਉਹ ਬੱਚੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਲਿਆਉਂਦਾ ਤਾਂ ਈਮੇਲ, ਟੈਕਸਟ ਮੈਸੇਜਾਂ ਦੀ ਸਕਰੀਨਸ਼ੌਟ ਜਾਂ ਸਾਈਨ ਕੀਤਾ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਫੌਰਨ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ ਜਾਂ ਕੋਰਟਹਾਊਸ ਵਿਖੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਊਟੀ ਕੌਂਸਲ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਲੋਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਜ਼ਟ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਾ ਦਿਉ ਅਤੇ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਨੂੰ ਜਾਉ।

ਐਗਰੀਮੈਂਟਾਂ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਈਮੇਲਾਂ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਇਕ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਬੂਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਈਮੇਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਈਮੇਲ ਅਕਾਊਂਟ ਵਿਚ ਰੱਖੋ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਪਾਸਵਰਡ ਅਤੇ ਸਕਿਉਰਟੀ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਨਾ ਲਗਾ ਸਕੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਟੈਕਸਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਕਰੀਨਸ਼ੌਟ ਲਉ ਅਤੇ ਫੌਰਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਈਮੇਲ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪੱਕਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਹ ਡਿਲੀਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ।

ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਦੋਂ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਨੋਟ ਲਿਖ ਲਉ। ਛੋਟੇ ਨੋਟ ਲਿਖੋ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਕਿ ਹਰ ਵਾਰੀ ਕੀ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ?

Can my children decide which parent they want to live with?

ਅਦਾਲਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਕਿ ਉਹ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 12 ਸਾਲ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਕਾਰਨਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਲੜਾਈ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਨਹੀਂ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ।
- ਉਹ ਜਾਣਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਜੇ ਅਦਾਲਤ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅਦਾਲਤ ਲਈ **ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਣੋ** ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ, ਅਦਾਲਤ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਜੱਜ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ?

Will the judge decide that my ex-partner is dangerous to our child because I was abused?

ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਜੱਜਾਂ ਲਈ ਇਹ ਸੋਚਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੀ ਹਿੰਸਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੱਥ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਜੱਜ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ:

- ਕੀ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਹੁਣ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹਿੰਸਾ ਅਜੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ।

ਸਦਾ ਜੱਜ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ:

- ਕੋਈ ਵੀ ਹਿੰਸਾ ਜਿਹੜੀ ਬੱਚੇ ਨੇ ਦੇਖੀ ਹੈ,
- ਕੋਈ ਵੀ ਹਿੰਸਾ ਜਿਹੜੀ ਅਲੱਗ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਈ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਹਿੰਸਾ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ।

ਜਿਹੜੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜੱਜ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਲਈ ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਸੋਚੇਗਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ (ਸਫਾ 32)।

ਕੀ ਜੱਜ ਮੇਰੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦੇਵੇਗਾ ਜੇ ਉਸ ਨੇ ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਹੋਵੇ?

Will the judge let my ex-partner have parenting time or contact with the child if they've hurt the child in the past?

ਜੱਜ ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਦਾ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਈ **ਫੌਰੀ ਖਤਰਾ** ਨਹੀਂ ਹੈ। ਫੌਰੀ ਖਤਰੇ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਇਹ ਹਨ:

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ **ਦੋਸ਼ ਸਿੱਧੀ** (ਕਸੂਰਵਾਰ ਪਾਇਆ ਗਿਆ),
- ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਗਵਾਹ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ,
- ਬੱਚੇ ਵੀਡੀਓ/ਆਡੀਓ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗਜ਼ ਵਿਚ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ,

- ਪੁਲੀਸ ਦੀਆਂ ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਾਂ
- ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੇ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ (ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ) ਦਾ ਆਰਡਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਫੌਰੀ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੇ ਸਬੂਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨਾਂ ਆਰਡਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਫਾ 13 ਵੀ ਦੇਖੋ।

ਭਾਵੇਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਖਤਰਾ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਜੱਜ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦਾ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਉਹ ਇਹ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ:

- ਵਿਜ਼ਟ ’ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇ,
- ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਜ਼ਟ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਪੂਰੀ ਕਰੇ, ਜਾਂ
- ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਜਨਤਕ ਥਾਂ ’ਤੇ ਹੋਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਲਈ ਨਹੀਂ ਆਇਆ। ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

My ex-partner doesn’t show up for parenting time with the children. What should I do?

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾ ਸਦਾ ਇਕ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਹੈ। ਕਲੰਡਰ ’ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲਾਉ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਈਮੇਲ ਭੇਜੋ। ਜੇ ਮਿਲਣ ਦੀ ਥਾਂ ਕੋਈ ਜਨਤਕ ਥਾਂ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਨਾਲ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚ ਲੈਣਾ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਜਾਂ ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਛੋਟੀ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦੋ ਅਤੇ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਰਸੀਦ ਕੋਲ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ’ਤੇ ਸਹੀ ਥਾਂ ’ਤੇ ਸੀ। ਉਸ ਦੇ ਲੇਟ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ 30 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਖੁੰਝ ਗਈਆਂ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੇ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ। ਪਰ ਜੇ ਇਹ ਇਕ ਪੈਟਰਨ ਹੀ ਬਣ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਪਲੈਨ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੁਆਲੇ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਿਆਂ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨੋਟ ਲਿਖ ਲਏ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ।

ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਮੇਰੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕੋਲ ਵਿਜ਼ਟਾਂ ’ਤੇ ਜਾਣ। ਕੀ ਮੈਂ ਇਹ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

I don’t want my children going on visits with my ex-partner. Can I stop it?

ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਰਫ ਇਹ ਹੀ ਫਿਕਰ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਇਕ ਮਾੜਾ ਸਾਥੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਜਾਂ ਕੌਨਟਰੈਕਟ ਤੋਂ **ਨਾਂਹ** ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ (ਰੋਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ)। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵੀ ਗਵਾ ਕੇ ਬਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਰੋਕਣ ਦਾ ਕੋਈ ਚੰਗਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਅਗਲਾ ਸਫਾ ਦੇਖੋ) ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਅਜਿਹਾ ਅਕਸਰ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਅਦਾਲਤ **ਸਜ਼ਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਆਰਡਰ** ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਹੀ ਸਿਰੇ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਜੱਜ ਇਹ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਕੋਲ **ਸਕਿਉਰਟੀ** ਪੇਮੈਂਟ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਰਡਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਗੁਆ ਬੈਠੋਗੇ, ਜਾਂ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ 5000 ਡਾਲਰ ਤੱਕ ਦੇਣ ਦਾ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੱਜ ਇਹ ਵੀ ਆਰਡਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਿਲਣ ਦੇ ਖੁੰਝ ਗਏ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਜ਼ਟ ਲਈ ਭੇਜਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਜ਼ਟ ਫੋਨ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕਾਈਪ) ’ਤੇ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਜੇ ਬੱਚਾ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਲਈ ਨਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਦੇ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਦੱਸ ਦੇਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਹੱਲ ਕੱਢ ਸਕੋ। ਤੁਸੀਂ ਵਿਜ਼ਟ ਲਈ ਕੋਈ ਵੱਖਰਾ ਸਮਾਂ ਜਾਂ ਵੱਖਰੀ ਥਾਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੌਂਸਲਰ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ। ਉਹ ਇਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੋਇਆ ਨੋਟ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚਾ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਅਪਸੈੱਟ ਸੀ ਜਾਂ ਫਿਕਰਮੰਦ ਸੀ।

ਵਿਜ਼ਟਾਂ ਕਦੋਂ ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ?

When can visits be stopped?

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 62 ਅਧੀਨ, ਤੁਸੀਂ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ:

- ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜੇ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਜਾਂ ਕੌਨਟੈਕਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਈ ਸਫੇ 2 – 4 ਦੇਖੋ)। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ:
  - ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੇ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲੇਗਾ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਏਗਾ,
  - ਉਸ ਨੇ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਤੁਹਾਡੇ ’ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਾਂ
  - ਉਸ ਨੇ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਹੈ (ਸਮੇਤ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦੇ)
- ਤੁਸੀਂ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਉਹ ਸਮਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਸ਼ਰਾਬੀ ਸੀ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਵਿਚ ਸੀ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਨੋਟ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਿਜ਼ਟ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਹੈ।
- ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਵਾਰ ਵਾਰ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਤੋਂ ਖੁੰਝਿਆ ਹੈ *ਅਤੇ* ਉਸ ਨੇ ਵਿਜ਼ਟ ਲਈ ਨਾ ਆ ਸਕਣ ਦਾ ਵਾਜਬ ਨੋਟਿਸ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂ ਚੰਗਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਦੱਸਿਆ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਉਸ ਨੇ ਇਕ ਰਾਤ ਪਹਿਲਾਂ ਅਕਸਰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਹੀਂ ਆ ਰਿਹਾ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵਿਜ਼ਟ ਕੈਂਸਲ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਨੋਟਿਸ ’ਤੇ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਜ਼ਟ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋਵੇ।

ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਇਹ ਪੁੱਛਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਜੱਜ ਦੇ ਇਹ ਸੋਚਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਆਖਿਆ ਵਾਜਬ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਹੀ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨੀ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲਉ। ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਲਿਖੇ। ਵਿਜ਼ਟ (ਵਿਜ਼ਟਾਂ) ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਕਾਰਨ ਦਿਉ ਅਤੇ ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਰਹੇਗਾ। ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਐਕਟ ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 62 ਅਧੀਨ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਮੇਰੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

My children have seen my ex-partner abuse me. What can I do to help them?

ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੁੰਦਾ ਦੇਖਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ’ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਹੁੰਦਾ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਚਿਲਡਰਨ ਹੂ ਵਿਟਨੈੱਸ ਅਬਿਊਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਮੁਫਤ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੀ ਸੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਔਫ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸਿਜ਼ ਨੂੰ ਇਸ ਨੰਬਰ ’ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:

- » **604-669-6943** (ਗਰੇਟਰ ਵੈਨਕੂਵਰ)
- » **1-800-661-1040** (ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ, ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਂ ਤੋਂ)

ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੱਭਣ ਲਈ **bcsth.ca** ’ਤੇ ਜਾਉ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਣ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

What if my children tell me they were hurt or abused?

ਇਹ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਗੱਲ ਅਣਗੌਲੀ ਨਾ ਕਰੋ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸ ਕੇ ਉਹ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਬਾਰੇ ਖਿਆਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਕੇ ਕਿ ਇਹ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰਿਆ)।
- ਗੱਲ ਵਧਾਉ ਨਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਹੋ)।
- ਉਨ੍ਹਾ ਦੀ ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਦੇਣਾ।
- ਵੇਰਵੇ ਨਾ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ ਨਾ ਪੁੱਛੋ (ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹੇਠਾਂ ਹਨ)। ਇਸ ਨਾਲ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪੁਲੀਸ ਜਾਂ ਚਾਇਲਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ।
  - ਇਹ ਨਾ ਕਹੋ, “ਕੀ ਤੇਰੇ ਡੈਡੀ ਨੇ ਤੇਰੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਇਆ?” ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੁੱਛੋ, “ਤੇਰੇ ਡੈਡੀ ਨੇ ਤੇਰੇ ਕਿੱਥੇ ਹੱਥ ਲਾਇਆ?” “ਕੀ ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਵਾਹ ਕੇ ਦਿਖਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?”
  - ਇਹ ਨਾ ਕਹੋ, “ਕੀ ਇਹ ਡੈਡੀ ਦੇ ਘਰ ਹੋਇਆ?” ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੁੱਛੋ, “ਤੂੰ ਕਿੱਥੇ ਸੀ ਜਦੋਂ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਈਆਂ?” “ਜਦੋਂ ਇਹ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਤੂੰ ਕਿਸ ਦੇ ਘਰ ਸੀ?”

– ਇਹ ਨਾ ਕਹੋ, "ਕੀ ਇਹ ਕਈ ਵਾਰੀ ਹੋਇਆ?" ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੁੱਛੋ, "ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਹੋਇਆ?"

ਇਹ ਕਰੋ:

- ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਚੰਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ।
- ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਉਸ ਦਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋਗੇ।
- ਬੀ ਸੀ ਵਿਚ ਕਿਤਿਉਂ ਵੀ **310-1234** 'ਤੇ ਮਨਿਸਟਰੀ ਔਫ ਚਿਲਡਰਨ ਐਂਡ ਫੈਮਿਲੀ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ) ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਲੋਕਲ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਜਾਂ ਪੁਲੀਸ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਸੱਚ ਦੱਸਣਾ ਓਕੇ ਹੈ। ਹੋਰ ਮਦਦ ਲਈ ਬੱਚੇ ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪ ਫੋਨ ਨੂੰ **1-800-668-6868** 'ਤੇ (ਮੁਫਤ) ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੱਟ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਝਰੀਟਾਂ) ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ (ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਣਾ ਵੀ ਠੀਕ ਹੈ)। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੱਟ ਬਾਰੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦਿਉ। ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਸੱਟਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲਵੇ (ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤਾ ਵਿਚ ਸਬੂਤ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ)।
- ਆਪਣੇ ਫਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਆਪਣੀ ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਦੇ ਰਿਹਾ। ਕੀ ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਜਾਂ ਕੌਨਟੈਕਟ ਰੋਕ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

My ex-partner won't pay their child support. Can I stop their parenting time or contact?

ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਵੱਖਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ:

- ਕੋਈ ਮਾਪਾ ਇਸ ਕਰਕੇ ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਦੇਣੀ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।
- ਕੋਈ ਮਾਪਾ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਇਸ ਕਰਕੇ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੋਨਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਅਤੇ **ਮਾਇਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਦਦ ਲੈਣ** (ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਮੁਢਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਖਰਚਾ ਲੈਣ) ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਚਾਇਲਡ ਸਪੋਰਟ ਦਾ ਆਰਡਰ ਜਾਂ ਐਗਰੀਮੈਂਟ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਪੇਮੈਂਟਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ, ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਵਰਕਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਫੈਮਿਲੀ ਮੇਨਟੇਨੈਂਸ ਇਨਫੋਰਸਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੱਜ ਨੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ ਮੰਗੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

The judge has asked for a Section 211 report. What does this mean?

ਜੱਜ **ਸੈਕਸ਼ਨ 211** (ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੈਕਸ਼ਨ 15 ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ) **ਰਿਪੋਰਟ** ਲਈ ਆਰਡਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸਣ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਬਿਹਤਰ ਹਨ। ਜੱਜ ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਵੀ ਜੱਜ ਨੂੰ ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ ਦਾ ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਫਤ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਇਕੋਲੋਜਿਸਟ 5000 ਡਾਲਰ ਤੋਂ 12000 ਡਾਲਰ ਦੀ ਫੀਸ ਨਾਲ ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨਗੇ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਲੀਗਲ ਏਡ ਰਿਪੋਰਟ ਦਾ ਅੱਧਾ ਖਰਚਾ ਦੇਵੇਗੀ, ਪਰ ਇਹ ਅਕਸਰ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰਦਾ। ਆਪਣੇ ਲੀਗਲ ਏਡ ਦੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਪੇਮੈਂਟ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਫੈਮਿਲੀ ਜਸਟਿਸ ਕੌਂਸਲਰ ਜਾਂ ਸਾਇਕੋਲੋਜਿਸਟ ਮਿਲਦੇ ਹਨ:

- ਵੱਖ ਵੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਫਿਰ
- ਹਰ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿਚ।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹਰ ਮਾਪੇ ਦੇ ਘਰ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਇਕੋਲੋਜਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਟੈੱਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਹੇਲੀਆਂ, ਪਰਿਵਾਰ, ਟੀਚਰਾਂ ਅਤੇ ਡੇਅਕੇਅਰ ਦੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰਿਪੋਰਟ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਵਤੀਰਾ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੋਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਨਾ ਦੇਖ ਸਕੇ ਕਿ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ ਵਧੀਆ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਕ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਖਿਆਲ ਮੁਤਾਬਕ ਰਿਪੋਰਟ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੌਣ ਬਿਹਤਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਵੇਗਾ।

ਆਪਣੀ ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਈ ਸੁਝਾਅ
Tips for Your Section 211 Report Interview

- ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖਣ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਦੋਸਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਕੰਮ ਅਦਾਲਤ ਕੋਲ **ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ** ਕਰਨ ਲਈ (ਸੁਝਾਅ ਦੇਣ ਲਈ) ਤੁਹਾਡੀ **ਘੋਖ** ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪੇ ਵਜੋਂ ਕਿਵੇਂ ਹੋ।
- ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਲਈ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਚੰਗੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ।
- ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ। ਸਾਫ ਸਾਫ ਬੋਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਬੋਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਚੋ।
- ਸ਼ਾਂਤ, ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਅਤੇ ਸੂਝਵਾਨ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਅਪਸੈੱਟ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬਾਰੇ ਸਿਰਫ ਨਾਂਹਪੱਖੀ ਜਾਂ ਮਾੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੀ ਨਾ ਕਹੋ।
- ਉਸ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋ ਪਰ ਗੱਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹੀ ਕਰੋ।
- ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦੇ ਸਬੂਤ ਲਿਆਉ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਗਵਾਹਾਂ ਦੇ ਨਾਂਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਲਿਆਉ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਲਿਖਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।
- ਕੁਝ ਲੋਕ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੀਤੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹੋਏ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਪਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਲਾਉ ਜੋ ਤਾਜ਼ਾ ਤਾਜ਼ਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਇਆ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਮਝਣੀ ਜਾਂ ਬੋਲਣੀ ਔਖੀ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ।
- ਇਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਉ ਕਿ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਨੇ ਕਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਆਪਣੇ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਨਾ ਕਰੋ।

ਮੇਰਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ "ਪੇਰੈਂਟਲ ਐਲੀਆਨੇਸ਼ਨ ਸਿੰਡਰੋਮ" ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ? ਇਸ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

My ex-partner says that they're the victim of "parental alienation syndrome." What does that mean and what should I do?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਇਹ ਕਲੇਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ **ਪੇਰੈਂਟਲ ਐਲੀਆਨੇਸ਼ਨ ਸਿੰਡਰੋਮ** ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ "ਅੱਡ" ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ (ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਾ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾ ਰਹੇ ਹੋ)।

ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਕ ਮਾਪਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਣ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਇਕ "ਮਾੜਾ ਬੰਦਾ" ਹੈ। ਪਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇ ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਉਹ ਮਾਪੇ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹਨ।
- ਉਹ ਮਾਪੇ ਤੋਂ **ਬੇਖੁਮ ਹੋ** ਗਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਹੁਣ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ)। ਅਜਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਿਜ਼ਟ ਵੇਲੇ ਮਾਪਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਨਾ ਬਿਤਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਜਾਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਮਾੜੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਡ ਕਰਨ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਨਾ ਲਾ ਸਕੇ, ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬਾਰੇ ਮਾੜਾ ਬੋਲਣ ਬਾਰੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰੋ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿਚ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, "ਮੈਨੂੰ ਡੈਡੀ ਤੋਂ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ," ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ:

- ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ, "ਮੈਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਤੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਏਂ," ਜਾਂ
- ਉਹ ਗੱਲ ਦੁਹਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਹੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ, "ਤੈਨੂੰ ਡੈਡੀ ਤੋਂ ਡਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।"

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਨਗੇ ਜਿਹੜਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਚਿਲਡਰਨ ਹੂ ਵਿਟਨੈੱਸ ਅਬਿਊਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕੌਂਸਲਰ ਨਾਲ)।

ਜੇ ਬੱਚੇ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਬਾਰੇ ਮਾੜਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਕੌਂਸਲਰ ਕੋਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ ਜਿਹੜਾ ਸੈਕਸ਼ਨ 211 ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਲੇਖਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ।

ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

Can I leave our community with my children?

ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਉਹ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਜੱਜ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ, ਉਸੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਲੇ ਹੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੇਗਾ, ਜੇ ਬੱਚਾ ਖੁਸ਼ ਅਤੇ ਸਥਿਰ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ **ਹੋਰ ਥਾਂ ਵਸਣ** (ਮੂਵ ਹੋਣ) ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੂਵ ਹੋਣ ਤੋਂ 60 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਦੀ ਆਗਿਆ ਲੈਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਗਿਆ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਮੰਗਦੇ ਹੋ।

ਮੂਵ ਹੋਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦੂਜੇ ਮਾਪੇ ਕੋਲ **ਅਰਜ਼ੀ ਭਰਨ** (ਕਾਨੂੰਨੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ) ਲਈ 30 ਦਿਨ ਹਨ। ਜੇ ਉਹ ਅਰਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੂਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਦੂਜਾ ਮਾਪਾ ਮੂਵ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੱਜ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮੂਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜੱਜ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਕੀ ਮੂਵ ਹੋਣਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਹਿੱਤਾਂ ਵਿਚ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੂਵ ਹੋਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮਿਲੇਗੀ?
- ਕੀ ਮੂਵ ਹੋਣ ਨਾਲ ਦੋਨੋਂ ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਅਰਥਭਰਪੂਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਗੇ?
- ਕੀ ਮੂਵ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਨੇ ਪੇਰੈਂਟਿੰਗ ਟਾਈਮ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਔਫਰ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਵਾਜਬ ਹੈ?

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਬੁਰਾ ਵਰਤਾਉ ਤੁਹਾਡਾ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਭਾਰੂ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸ ਵਿਚ ਜਾਉ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ!

ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ

Other Resources

- ਸੇਫਟੀ ਪਲੈਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ, **mylawbc.com**’ਤੇ ਮਾਈਲਾਅ ਬੀ ਸੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

  ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਬਾਰੇ ਸੇਧ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਅਗਵਾਈ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਇਹ ਸੋਚਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ’ਤੇ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਲਿਖਤਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਲਿੰਕ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ***ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ — ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ ਦਾ ਅੰਤ ਕਰੋ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟਾਂ*** ਨਾਂ ਦੀ ਲਿਖਤ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

- ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, **familylaw.lss.bc.ca** ’ਤੇ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਇਨ ਬੀ ਸੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

  ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਅਦਾਲਤ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਲਈ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਸਵੈ-ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗਾਈਡਾਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣਾ ਤਲਾਕ ਆਪ ਲੈਣਾ, ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ:

  – ਤੱਥ ਸ਼ੀਟਾਂ

  – ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

  – ਕਾਨੂੰਨੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥ

  – ਵੀਡੀਓਜ਼

- ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **clicklaw.bc.ca** ’ਤੇ ਕਲਿਕਲਾਅ ਦਾ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

  ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ’ਤੇ ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਲਿਖਤਾਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

  – ਸਪੌਂਸਰਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ (ਸਮੇਤ ਸਪੌਂਸਰਸ਼ਿਪ ਟੁੱਟਣ ਦੇ)

  – ਘਰ ਵਿਚ ਹਿੰਸਾ

ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਲਿਸਟ: ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀ ਲਿਜਾਣਾ ਹੈ

Checklist: What to Take When You Leave

- ❑ ਜਨਮ ਦੇ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ (ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ)
- ❑ ਸੋਸ਼ਲ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੇ ਕਾਰਡ
- ❑ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ (ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ/ਮੈਡੀਕਲ ਕਵਰੇਜ ਦੇ ਫਾਰਮ)
- ❑ ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਲਾਇਸੰਸ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਫੋਟੋ ਵਾਲਾ ਪਛਾਣ ਪੱਤਰ
- ❑ ਪਾਸਪੋਰਟ
- ❑ ਪ੍ਰਮਾਨੈਂਟ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸ ਕਾਰਡ/ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਪਰਮਿਟ/ਵੀਜ਼ੇ
- ❑ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੋਈ ਵੀ ਪੇਪਰ
- ❑ ਵਿਆਹ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ
- ❑ ਕਸਟੱਡੀ/ਫੈਮਿਲੀ ਲਾਅ ਦੇ ਆਰਡਰ
- ❑ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਰਿਸਟਰੇਨਿੰਗ ਆਰਡਰ
- ❑ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਰਿਕਾਰਡ
- ❑ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ
- ❑ ਇਨਵੈਸਟਮੈਂਟ ਦੇ ਪੇਪਰ/ਰਿਕਾਰਡ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਅਕਾਊਂਟਾਂ ਦੇ ਨੰਬਰ
- ❑ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਐਗਰੀਮੈਂਟ/ਲੀਜ਼ ਜਾਂ ਘਰ ਦੀ ਲਿਖਤ
- ❑ ਕਾਰ ਟਾਈਟਲ, ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ❑ ਨਗਦੀ (ਸਪੋਰਟ ਪੇਮੈਂਟਾਂ ਮਿਲਣ ਲਈ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ)
- ❑ ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ
- ❑ ਏ ਟੀ ਐੱਮ ਕਾਰਡ
- ❑ ਚੈੱਕ ਬੁੱਕ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਬੁੱਕ
- ❑ ਘਰ, ਕਾਰ ਅਤੇ ਸੇਫਟੀ ਡਿਪਾਜ਼ਿਟ ਬੌਕਸ ਜਾਂ ਪੋਸਟ ਔਫਸ ਬੌਕਸ ਦੀਆਂ ਚਾਬੀਆਂ
- ❑ ਲੌਂਗ ਡਿਸਟੈਂਸ ਕਾਲਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰੀ-ਪੇਡ ਕਾਲਿੰਗ ਕਾਰਡ
- ❑ ਸੈੱਲ ਫੋਨ/ਲੈਪਟੌਪ ਕੰਪਿਊਟਰ/ਟੇਬਲਿਟ (ਕੁਝ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਛੱਡੋ)*
- ❑ ਐਡਰੈਸ ਬੁੱਕ
- ❑ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ
- ❑ ਦਵਾਈਆਂ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ
- ❑ ਗਹਿਣੇ ਜਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਵੇਚ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ
- ❑ ਤਸਵੀਰਾਂ (ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪੇਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕੋ)
- ❑ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ
- ❑ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਮੁੱਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣੇ ਜਾਂ ਖਾਸ ਕੰਬਲ)
- ❑ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੱਪੜੇ

**ਸੈੱਲਫੋਨ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਟੇਬਲਿਟਸ, ਅਤੇ ਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਸਥਾਨ ਜਾਣਨ ਵਾਲੇ ਸਿਸਟਮ ਲੱਗੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਿਸਟਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਕੋਲ ਛੱਡੋ। ਫਿਰ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਲਿਜਾਉ ਕਿ ਕੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਟਰੈਕਿੰਗ ਸੌਫਟਵੇਅਰ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਿਟਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।*

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ,

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਪਿਊਟਰ ’ਤੇ ਸਰਚ ਹਿਸਟਰੀ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਬਕਾ ਸਾਥੀ ਇਹ ਨਾ ਦੇਖ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਲੱਭਦੇ ਰਹੇ ਸੀ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਟ੍ਰਾਂਜ਼ੀਸ਼ਨ ਹਾਊਸਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ)। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਆਪਣੀ ਹਿਸਟਰੀ ਕਿਵੇਂ ਮਿਟਾਉਣੀ ਹੈ ਤਾਂ **google.ca** ’ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਸਰਚ ਬਾਰ ਵਿਚ “ਹਾਓ ਟੂ ਕਲੀਅਰ ਯੂਅਰ ਹਿਸਟਰੀ” ਟਾਈਪ ਕਰੋ।

ਇਹ ਅਤੇ ਲੀਗਲ ਏਡ ਬੀ ਸੀ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਮੁਫਤ ਲਿਖਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀਆਂ ਹਨ

How to get this and other free Legal Aid BC publications

ਪੜ੍ਹੋ: mylawbc.com/pubs

ਆਰਡਰ ਕਰੋ: crownpub.bc.ca
(ਕਵਿਕ ਲਿੰਕਸ ਹੇਠ, ਬੀ ਸੀ ਪਬਲਿਕ ਲੀਗਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ)

ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ?

604-601-6000
distribution@lss.bc.ca

ਇਸ ਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵਿਚਾਰ?

publications@lss.bc.ca

ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ

YWCA Metro Vancouver

ਹੋਰ ਵਸੀਲਿਆਂ ਲਈ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਾਂ ਵਾਈ ਡਬਲਯੂ ਸੀ ਏ ਮੈਟਰੋ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੀਆਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਿੱਖਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **ywcavan.org/legaleducator** 'ਤੇ ਜਾਓ।

YWCA METRO VANCOUVER

Legal Services Society
British Columbia
www.legalaid.bc.ca

@legalaidbc
@YWCAVAN