



جنوبی ایشیائی باشندوں کے لیے زہریلے منشیات کے بحران کے وسائل

مفت، خفیہ مدد دستیاب ہے۔

جب آپ صحت کی دیکھ بھال حاصل کرتے ہیں، تو یہ آپ کی امیگریشن یا ملازمت کی حیثیت کو متاثر نہیں کرے گا۔ صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والا جس پر آپ کو بھروسہ ہے وہ آپ کی ذاتی صحت کی ضروریات اور اہداف کے لیے آپ کی مدد اور رہنمائی کر سکتا ہے۔ مدد حاصل کرنا آپ کی زندگی، یا کسی پیارے کی زندگی بچا سکتا ہے۔

1 اس کے لیے fraserhealth.ca/southasian ملاحظہ کریں:

معلومات اور وسائل جو آپ کی یا آپ کے پیاروں کی زندگی بچا سکتے ہیں۔ استعمال کرتے وقت محفوظ رہنے کا طریقہ۔ جب آپ اپنے پیاروں کے منشیات کے استعمال کو لے کر فکر مند ہوں۔



2 فریزر ہیلتھ ورچوئل کیئر 1-800-314-0999

چاہے آپ نقصان میں کمی کی فراہمی، مشاورت، ڈیٹوکس، علاج، یا دیگر طبی نگہداشت کے خواہاں ہوں، نرس آپریٹرز آپ کو مناسب پروگراموں اور خدمات تک پہنچانے میں مدد کر سکتے ہیں۔ مترجم مختلف زبانوں میں موجود ہیں۔

دیکھیں، شیئر کریں اور سیکھیں۔

ویڈیوز میں صحت کی دیکھ بھال کے نظام کی نیویگیشن، بدنامی کو کم کرنا، نقصان میں کمی، اور خاندان، دوستوں اور ساتھی کارکنوں کے ساتھ مشکل بات چیت کرنے کے بارے میں اہم نکات اور موضوعات کو بیان کیا گیا ہے۔

اپنے پیاروں کے ساتھ اشتراک کریں تاکہ ان کے لیے دستیاب وسائل کو سمجھا جا سکے اور خطرات میں کمی کے لیے ان کی مدد کرسکیں۔ آپ اس وسیلے کو اپنے سپورٹ گروپس، جماعت، یا بڑی کمیونٹی کے ساتھ بھی شیئر کر سکتے ہیں۔ ویڈیوز پنجابی، ہندی اور اردو میں ہیں۔





جنوبی ایشیائی باشندوں کے لیے زہریلے منشیات کے بحران کے وسائل

مفت، خفیہ مدد دستیاب ہے۔

جب آپ صحت کی دیکھ بھال حاصل کرتے ہیں، تو یہ آپ کی امیگریشن یا ملازمت کی حیثیت کو متاثر نہیں کرے گا۔ صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والا جس پر آپ کو بھروسہ ہے وہ آپ کی ذاتی صحت کی ضروریات اور اہداف کے لیے آپ کی مدد اور رہنمائی کر سکتا ہے۔ مدد حاصل کرنا آپ کی زندگی، یا کسی پیارے کی زندگی بچا سکتا ہے۔

1 اس کے لیے fraserhealth.ca/southasian ملاحظہ کریں:

معلومات اور وسائل جو آپ کی یا آپ کے پیاروں کی زندگی بچا سکتے ہیں۔ استعمال کرتے وقت محفوظ رہنے کا طریقہ۔ جب آپ اپنے پیاروں کے منشیات کے استعمال کو لے کر فکر مند ہوں۔



2 فریزر ہیلتھ ورچوئل کیئر 1-800-314-0999

چاہے آپ نقصان میں کمی کی فراہمی، مشاورت، ڈیٹوکس، علاج، یا دیگر طبی نگہداشت کے خواہاں ہوں، نرس آپریٹرز آپ کو مناسب پروگراموں اور خدمات تک پہنچانے میں مدد کر سکتے ہیں۔ مترجم مختلف زبانوں میں موجود ہیں۔

دیکھیں، شیئر کریں اور سیکھیں۔

ویڈیوز میں صحت کی دیکھ بھال کے نظام کی نیویگیشن، بدنامی کو کم کرنا، نقصان میں کمی، اور خاندان، دوستوں اور ساتھی کارکنوں کے ساتھ مشکل بات چیت کرنے کے بارے میں اہم نکات اور موضوعات کو بیان کیا گیا ہے۔

اپنے پیاروں کے ساتھ اشتراک کریں تاکہ ان کے لیے دستیاب وسائل کو سمجھا جا سکے اور خطرات میں کمی کے لیے ان کی مدد کرسکیں۔ آپ اس وسیلے کو اپنے سپورٹ گروپس، جماعت، یا بڑی کمیونٹی کے ساتھ بھی شیئر کر سکتے ہیں۔ ویڈیوز پنجابی، ہندی اور اردو میں ہیں۔

