

ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ...

ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਦੂਸ਼ਿਤ ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਕਾਰਨ ਹਰ ਰੋਜ਼ 6 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।*

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ

ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ
ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਤੌਰ ਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ/ਸੈਂਟਰ ਲੱਭੋ।

ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚੋ
ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ, ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣਾ, ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲਾਈਫਗਾਰਡ ਐਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਇਕੱਲੇ ਨਸ਼ਾ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਚਾਨਕ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਲਾਈਫਗਾਰਡ ਐਪ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੇ ਕੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਓ!

ਆਪਣੀ ਲੋਕਲ (ਸਥਾਨਕ) ਫਾਰਮੈਸੀ ਤੋਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀ ਨਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਲਓ। ਨਲੋਕਸੋਨ ਓਪਿਓਇਡ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਉਲਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

*ਐਸਤਨ



ਮਦਦ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਤੌਰ ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਆਰ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਵੇਖੋ:

fraserhealth.ca/southasian

ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਵਰਚੁਅਲ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ:

1-800-314-0999

ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਉਰਦੂ।



fraserhealth

ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ...

ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਦੂਸ਼ਿਤ ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਕਾਰਨ ਹਰ ਰੋਜ਼ 6 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।*

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ

ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ
ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਤੌਰ ਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ/ਸੈਂਟਰ ਲੱਭੋ।

ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚੋ
ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ, ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਡਰੱਗਜ਼ (ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣਾ, ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲਾਈਫਗਾਰਡ ਐਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਇਕੱਲੇ ਨਸ਼ਾ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਚਾਨਕ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਲਾਈਫਗਾਰਡ ਐਪ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦੇ ਕੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਓ!

ਆਪਣੀ ਲੋਕਲ (ਸਥਾਨਕ) ਫਾਰਮੈਸੀ ਤੋਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀ ਨਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਲਓ। ਨਲੋਕਸੋਨ ਓਪਿਓਇਡ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਉਲਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

*ਐਸਤਨ



ਮਦਦ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਤੌਰ ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਆਰ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਵੇਖੋ:

fraserhealth.ca/southasian

ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਵਰਚੁਅਲ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ:

1-800-314-0999

ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਉਰਦੂ।

