

فہرست

1. جنوبی ایشیائی کمیونٹیز کے لیے، زہریلی منشیات کے بحران کے وسائل
(یہاں کلک کریں)

متعدد زبانوں میں وسائل کو پڑھیں، دیکھیں اور ان کا اشتراک کریں۔

2. کیا آپ اپنے منشیات کے استعمال کے بارے میں فکر مند ہیں؟
(یہاں کلک کریں)

کسی سے اپنے منشیات کے استعمال یا کسی عزیز کے منشیات کے استعمال کے بارے میں بات کریں۔

3. منشیات کے محفوظ استعمال کے وسائل
(یہاں کلک کریں)

منشیات کا استعمال کرتے ہوئے محفوظ رہنے کے لیے معلومات اور وسائل تلاش کریں۔

4. روشنی کلینک
(یہاں کلک کریں)

جنوبی ایشیائی بالغوں کے لیے ایک معاون پروگرام (عمر +19)

مفت خفیہ مدد دستیاب ہے۔

اگر آپ کو صحت کی کوئی معلومات درکار ہیں -
فریزر ہیلتھ ورچوئل کیئر کو دیے گئے نمبر پر کال کریں۔

1-800-314-0999

ہفتے کے سات دن، صبح 10 بجے سے رات 10 بجے تک۔ آپ کی زبان میں ترجمان دستیاب ہیں۔

1. جنوبی ایشیائی کمیونٹیز کے لیے، زہریلی منشیات کے بحران کے وسائل

مفت، خفیہ مدد دستیاب ہے۔

- منشیات کے استعمال کے دوران محفوظ رہنے کے لیے معلومات اور وسائل، یہاں [کلک کریں۔](#)
- اگر آپ اپنے پیاروں کے منشیات کے استعمال کے بارے میں فکر مند ہیں، تو یہاں [کلک کریں۔](#)

بی - سی کو زہریلی ادویات کے بحران کا سامنا ہے۔

برٹش کولمبیا میں منشیات کی فراہمی اس وقت غیر محفوظ ہے اور لوگ اپنے پیاروں کو کھو رہے ہیں۔ یہ بات خاندان، دوستوں، پڑوسیوں اور ساتھی کارکنوں اور ان کی ملازمت، تعلیم، عمر یا نسل سے قطع نظر ہے۔ بی سی میں غیر منظم اور انتہائی زہریلی ادویات کی سپلائی کی وجہ سے روزانہ اوسطاً چھ جانیں ضائع ہوتی ہیں۔

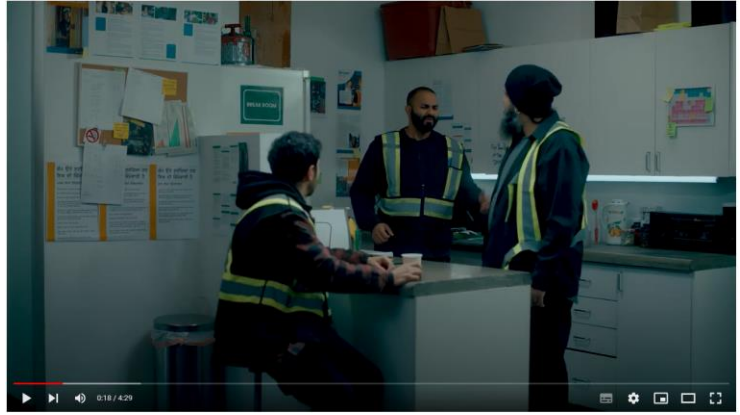
آپ مدد کرنے کے لیے کیا کر سکتے ہیں اس کے بارے میں جاننے کے لیے نیچے دی گئی گائیڈ کو پڑھیں۔ وسائل [انگریزی](#) | [اردو](#) میں دستیاب ہیں۔

معلوماتی ویڈیو دیکھیں اور شیئر کریں





زہریلی ادویات کے بارے میں مشکل گفتگو کرنے کا طریقہ جانیں۔



جانیں کہ آپ اپنے پیاروں کی مدد کیسے کر سکتے ہیں۔



آپ اور کس طرح مدد کر سکتے ہیں؟

خود کو اور دوسروں کو تعلیم دے کر، ہم بدنامی کو کم کر رہے ہیں اور اپنے پیاروں اور اپنی کمیونٹی کے لیے ایک محفوظ جگہ بنا رہے ہیں۔

1) منشیات کی زیادہ مقدار کی علامات کو جانیں۔

اشارات کو جاننے سے جان بچانے میں مدد ملے گی۔ اس سے آپ کو دوسروں کو تعلیم دینے میں بھی مدد ملے گی۔

• منشیات کی زیادہ مقدار کی علامات (انگریزی)

- نہ ہی بیدار ہونا اور نہ ہی ہلنا۔
- سانس لینا کی رفتار میں کمی یا کچھ لمحے کے لیے سانس کا غائب ہو جانا۔
- چکر آنا اور بد حواسی۔
- سرد یا ٹھنڈی جلد۔
- دم گھٹنا یا کھانسننا، گڑگڑانا، یا خراٹوں کی آوازیں۔
- ہونٹوں اور ناخنوں کا بے رنگ ہونا
- آنکھ کے پتلے کا چھوٹا ہونا۔

• کیا کرنا ہے۔

- فوری طور پر 911 پر کال کریں۔
- سانسیں دیں۔ ہر 5 سیکنڈ میں 1 سانس
- اگر آپ کے پاس نالوکسون ہے تو استعمال کریں۔

• نیچے دی گئی ویڈیو پنجابی میں دیکھیں

• منشیات کی زیادہ مقدار کی علامات کے بارے میں مزید معلومات، یہاں [کلک کریں](#)۔



2) مفت نالوکسون کٹ اور تربیت حاصل کریں۔ نالوکسون کٹس پورٹیبل کٹس ہیں جن میں دوائی ہوتی ہے جو کسی ایسے شخص کی جان بچا سکتی ہے جو اوپینڈز سے زیادہ خوراک لے رہا ہو۔ مفت نالوکسون کٹ حاصل کرنے کے لیے اور مقامی فارمیسی تلاش کرنے کے لیے اس لنک پر کلک کریں:

www.towardtheheart.com/site-finder

3) اپنے پیارے کے ساتھ بات چیت کرنے کا طریقہ سیکھیں۔

کیا آپ اپنے پیاروں کے منشیات کے استعمال سے پریشان ہیں؟ یہ گائیڈ [انگریزی](#) اور [اردو](#) میں پڑھیں

- 4) کسی عزیز کی مدد حاصل کرنے میں مدد کریں۔
- منشیات استعمال کرتے ہوئے محفوظ رہنے کے لیے معلومات اور وسائل، یہاں [کلک کریں](#)۔
 - اگر آپ اپنے پیاروں کے منشیات کے استعمال کے بارے میں فکر مند ہیں، تو یہاں [کلک کریں](#)۔
 - [فریزر ہیلتھ ورچوئل کیئر](#) کو 1-800-314-0999 پر کال کریں۔ وہ آپ کو صحیح پروگراموں/خدمات تک پہنچانے میں مدد کر سکتے ہیں۔ مترجم مختلف زبانوں میں دستیاب ہیں۔

دیگر وسائل

- "اپنے آپ کو اور اپنے پیاروں کو محفوظ رکھیں"

ان پوسٹرز کو ڈاؤن لوڈ کریں اور کمیونٹی میں شیئر کریں۔

[انگریزی](#)



- منشیات کی جانچ کی خدمات ([انگریزی](#))
- اورڈوڈ سروائیول گائیڈ۔ زندگی بچانے کے لیے اہم نکات۔ ([انگریزی](#))
- لائف گارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کریں۔ جب لوگ اکیلے استعمال کرتے ہیں تو زہریلی ادویات سے ہونے والے نقصان کو روکنے کا ایک نئی، محفوظ طریقہ۔ ایپ کو [ایپ اسٹور](#) اور [گوگل پلے](#) دونوں سے ڈاؤن لوڈ کیا جا سکتا ہے۔
- اورڈوڈ انٹروینشن ایپ - زہریلی ادویات سے نقصان کو روکنے کے وسائل [گوگل پلے](#) پر ڈاؤن لوڈ کریں۔

بی۔ سی میں زہریلے منشیات کے بحران کے بارے میں ویڈیوز دیکھیں اور شیئر کریں۔



2. کیا آپ منشیات کے استعمال کے بارے میں فکر مند ہیں؟

کسی سے اپنے منشیات کے استعمال یا کسی عزیز کے منشیات کے استعمال کے بارے میں بات کریں

1) فریزر ہیلتھ ریپڈ ایکسیس ٹو ایڈکشن کیئر (ریپک) کلینک

تشخیص، ابتدائی استحکام اور کمیونٹی پر مبنی کلینک اور خدمات میں منتقلی کے مقصد کے ساتھ منشیات کے استعمال کے خدشات والے مریضوں کو کم رکاوٹ، ذمہ دار نگہداشت فراہم کرتا ہے۔ خدمات میں الکحل سمیت کسی بھی منشیات کے استعمال کے مسئلے کے لیے نشے کی ادویات کی تشخیص شامل ہوں گی۔ اس سے مراد ہے:

- نشے کی ادویات کے جائزوں تک کم رکاوٹ اور جوابی رسائی فراہم کریں۔
- کلائنٹس کے لیے علاج کی فراہمی کو زیادہ سے زیادہ کریں۔
- ٹیک ہوم نالوکسون کی تربیت اور تقسیم فراہم کریں۔
- نقصان کو کم کرنے کی خدمات پیش کرتے ہیں۔
- منشیات کے استعمال کی خدمات کے حوالہ جات کی سہولت فراہم کریں۔

اہلیت

- کسی بھی فرد کے لیے کھلا ہے جو اپنے مادے کے استعمال سے متعلق خدشات کی نشاندہی کرتا ہے۔
- ریپڈ ایکسیس ٹو ایڈکشن کیئر (ریپک) کلینک کمیونٹی فراہم کرنے والوں، ڈاکٹروں، نرسوں، سماجی کارکنوں کے ساتھ ساتھ خود کے حوالہ جات بھی قبول کرتا ہے۔
- نشے کی دیکھ بھال سے مناسب تیز رسائی تک (ریپک) کلینک کے حوالہ جات میں وہ مریض شامل ہیں جو منشیات کے استعمال سے متعلق خدشات کی تشخیص اور انتظام کے خواہاں ہیں۔ مادوں میں الکحل، بینزوڈیازپائنز، نیکوٹین، محرکات (کوکین، کرسٹل میتھامین) اور اوپینڈز شامل ہو سکتے ہیں لیکن ان تک محدود نہیں ہیں۔

یہ سروس پیش کرنے والے مقامات

شہر	مقامات	پتہ	فون نمبر
ایبٹس فورڈ	ایڈکشن کیئر کلینک ایبٹس فورڈ	102-32463 Simon Avenue	604-851-3752
چلی ویک	چلی ویک جنرل ہسپتال	45600 Menholm Road	604-703-6976

مشن	مشن مینٹل ہیلتھ اینڈ سبسنس یوز سنٹر	7298 Hurd Street تیسری منزل پر واقع ہے۔	604-814-5625
نیو ویسٹ منسٹر	مینٹل ہیلتھ اینڈ سبسنس یوز ویلنس سنٹر۔ رائل کولمبیا ہسپتال	330 East Columbia Street ہسپتال کے کیمپس کے جنوب کی طرف علیحدہ عمارت موجود ہے۔	604-520-4253
سری	کریک سائیڈ ویڈڈرل مینجمنٹ سنٹر	13740 94A Avenue	604-587-3755

(2) کمیونٹی مادہ کے استعمال کی خدمات کے کلینکس

- انفرادی، جوڑے اور خاندانی مشورے فراہم کریں جو کسی بھی مادے کے ساتھ اپنے تعلقات کو دریافت کرنے کے لیے تیار ہے اور ساتھ ہی ان لوگوں کے لیے جو خاندان کے کسی رکن کے منشیات کے استعمال سے متاثر ہوئے ہیں۔ خدشات کسی بھی مادے سے متعلق ہو سکتے ہیں، بشمول الکحل، بینزودیازپائز، نیکوٹین، محرک (کوکین، کرسٹل میتھمفیٹامین) اور اوپیئڈز سمیت لیکن ان تک محدود نہیں۔
- ہم 19 سال سے زیادہ عمر کے اپنے کلائنٹس اور کمیونٹی ممبران کو مفت، رازدارانہ تشخیص، مشاورت، حوالہ جات، تعلیم اور گروپس فراہم کرتے ہیں۔
- خدمات میں تشخیص اور علاج کی منصوبہ بندی، کیس مینجمنٹ، ڈراپ ان سیشن، ایک کے ساتھ ایک مشاورت، گروپ کاؤنسلنگ اور تعلیم شامل ہیں۔ ہم اپنے کلائنٹس کو ان کے علاج کی منصوبہ بندی میں شامل کرتے ہیں، بشمول ہدف کی ترتیب اور نتائج کی تشخیص۔ ہم فرد کے اپنے علاج کے بارے میں باخبر انتخاب کرنے کے حق کا احترام کرتے ہیں۔

اہلیت

کوئی بھی جو اپنے یا کسی اور کے مادے کے استعمال کے بارے میں فکر مند ہے۔ ہم ہر عمر کے لوگوں کے لیے مدد فراہم کرتے ہیں:

- بالغ (19+ سال)
- بوڑھے بالغ (60+ سال)
- کیل
- خاندان

حوالہ

اپنے مقامی کمیونٹی منشیات کے استعمال کی خدمات کے کلینک سے رابطہ کریں۔ ذیل میں رابطے کی معلومات دیکھیں۔
یا ملاحظہ کریں

<https://www.fraserhealth.ca/Service-Directory/Services/mental-health-and-substance-use/mental-health-centres/community-substance-use-services-clinics#.ZCtRgHbMKUN>

فون نمبر	پتہ	مقامات	شہر
604-850-5106	202-31943 South Fraser Way	ایبٹس فورڈ ایڈکشن سینٹر	ایبٹس فورڈ
604-796-2585	7086 Cheam Avenue	اگاسیز-بیریسن کمیونٹی سروسز سوسائٹی	اگاسز
604-777-6870	#320-7155 Kingsway	ہائی گیٹ ویلج	برنبی

چلی ویک	ویلج چلی ویک ایڈکشن اینڈ پروینشن سروسز (سی-ای-پی-ایس)	45921 Hocking Avenue	604-795-5994
ڈیلٹا	ڈیلٹا سسٹ فیملی اور کمیونٹی سروسز	9097 120 Street	604-594-3455
ہوپ	ہوپ اینڈ ایریا ٹرانزیشن سوسائٹی	400 Park Street	604-869-5111
لینگلی	لینگلی کمیونٹی سروسز سوسائٹی	5339 207 Street	604-534-7230 ext. 1108
میل رچ	ایلوٹ ایڈکشن سروسز	106-22838 Lougheed Highway	604-467-5179
مشن	مشن فرینڈشپ سینٹر سوسائٹی	33150A First Avenue	604-826-1281
مشن	فریزر ہاؤس سوسائٹی	33063 4th Avenue	604-826-6810
نیو ویسٹ منسٹر	فریزر سائڈ کمیونٹی سروسز	2-519 Seventh Street	604-522-3722 x 0
پورٹ موڈی	شیرفیملی اینڈ کمیونٹی سروسز سوسائٹی	2615 Clarke Street	604-540-9161
سری	ڈائورسیسیٹی کمیونٹی ریسورسز سوسائٹی	13455 76th Avenue	604-547-1375
سری	کوئیل کریک سوپرنگ اینڈ اسمنٹ سینٹر	13670 94A Avenue	604-580-4950
وائٹ روک	سورس کمیونٹی ریسورسز سوسائٹی	882 Maple Street	604-538-2522

3. منشیات کے محفوظ استعمال کے وسائل

منشیات کا استعمال کرتے وقت محفوظ رہنے کا طریقہ معلوم کریں۔ یہ تجاویز زیادہ مقدار کو روکنے میں مدد کریں گی۔

بی سی میں منشیات کی فراہمی اس وقت غیر محفوظ ہے۔ یہاں کچھ وسائل ہیں جو آپ کے لیے دستیاب ہوتے ہیں جب آپ استعمال کر رہے ہوتے ہیں۔

1. اگر آپ اکیلے استعمال کرتے ہیں

- [لائف گارڈ ایپ ڈاؤن لوڈ کریں](#) - یہ تیز، آسان ہے اور آپ کی یا کسی اور کی جان بچا سکتی ہے۔ QR کوڈ اسکین کرنے اور لائف گارڈ ایپ حاصل کرنے کے لیے اپنا فون استعمال کریں۔



• [بریو ایپ ڈاؤن لوڈ کریں](https://thebraveapp.com/) - اگر آپ اکیلے استعمال کرتے ہیں تو یہ گمنام طور پر آپ کو کمیونٹی کے کسی نامعلوم رکن سے جوڑتا ہے۔ آپ کی شناخت خفیہ رہتی ہے، آپ کا ڈیٹا اکٹھا نہیں کیا جاتا اور آپ اپنا گیم پلان بناتے ہیں۔ مزید جاننے اور ایپ ڈاؤن لوڈ کرنے کے لیے درج ذیل لنک پر کلک کریں۔
thebraveapp.com/

2. تنہا استعمال کرنے سے بچنے کی کوشش کریں۔

• استعمال کرنے سے پہلے کسی کو بتائیں، دروازہ کھلا چھوڑ دیں اور کسی سے آپ کو چیک کرنے کے لیے کہیں۔
• کسی اور کے ساتھ استعمال کرتے وقت، ایک منصوبہ بنائیں، ایک ہی وقت میں استعمال نہ کریں، اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کا دوست مدد کے لیے کال کرنے اور چیک ان کرنے کے لیے تیار ہے اور آپ یا آپکا دوست [اور ڈوز کی علامات کو پہچاننے کے بارے میں کیا جانتا ہے۔](#)

3. اپنی رواداری کو جانیں۔

• پہلے کی نسبت کم دوائیں استعمال کریں اگر: آپ نسخے کی کچھ دوائیں بھی لے رہے ہیں (وہ دوائیاں جسم کی صلاحیت کو متاثر کر سکتی ہیں) اور/یا آپ استعمال نہ کرنے کی مدت کے بعد استعمال کر رہے ہیں (ڈیٹاکس، پریپز، ہسپتال میں داخل ہونا، جیل یا نیا استعمال)۔

4. دوائیوں کو نہ ملایا جائے۔

• منشیات اور الکحل کو مکس نہ کریں۔ اگر آپ ایسا کرتے ہیں تو، شراب سے پہلے پہلے منشیات کا استعمال کریں۔ اوپیئڈز کو ڈاونرز کے ساتھ ملانا یا اپر کے ساتھ اوپیئڈز کو ملانا آپ کو زیادہ مقدار کے خطرے میں ڈالتا ہے۔ ایک وقت میں ایک چیز لینے کی کوشش کریں۔

5. ادویات کے معیار کو جانیں۔

• کھلے عام بکنے والی منشیات کا معیار غیر متوقع ہے، ٹیسٹ کریں، آہستہ استعمال کریں، اور ایک مستقل قابل اعتماد ڈیلر سے رابطہ کرنے کی کوشش کریں۔
• مزید معلومات حاصل کریں۔

knowyoursource.ca

• استعمال کرنے سے پہلے اپنی دوائیں کو فیئینیل اور دیگر ملاوٹ کے لیے خفیہ طور پر [چیک کریں](#)۔

6. اپنی صحت اور جسم کو جانیں۔

• اگر آپ کو ہیپاٹائٹس یا جگر کے مسائل، سانس لینے میں دشواری، نیند کی کمی، پانی کی کمی، یا انفیکشنز ہیں، تو وہ آپ کو اور ڈوڈ کے خطرے میں ڈال سکتے ہیں۔ کھا نے، پانی پینے، سونا اور انفیکشن یا صحت سے متعلق خدشات کے لیے ڈاکٹر سے ملنا یقینی بنائیں۔

7. نالوکسون کے بارے میں مزید جانیں۔

نالوکسون کٹس پورٹیبل کٹس کی شکل میں دستیاب ہیں جن میں دوائی ہوتی ہے جو کسی ایسے شخص کی جان بچا سکتی ہے جو اوپینڈز سے اوورڈوڈ ہو رہا ہو۔ مفت نالوکسون کٹ حاصل کرنے کے لیے اور مقامی فارمیسی کو تلاش کرنے کے لیے اس لنک پر [کلک کریں](#)۔
اور ڈوڈ سروس ایپول گائیڈ سے مزید جانیں -
(انگریزی میں دستیاب)

8. ٹیکسٹ الرٹ سسٹم

JOIN

لکھ کر

253787 پر میسج کر کے سبسکرائب کریں -

• ٹیکسٹ میسجز کے ذریعے ان سبسکرائبز کو اطلاعات بھیجی جائیں گی جو غیر قانونی منشیات کے بارے میں بروقت معلومات چاہتے ہیں اور اپنے خطے میں زہریلی ادویات کے اضافہ میں اطلاع حاصل کرنا چاہتے ہیں۔
مزید معلومات حاصل کریں

<https://towardtheheart.com/alerts>

9. اور ڈوڈ کی روک تھام کی سائٹ پر وزٹ کریں -

سائٹس اور ڈوڈ سے بچاؤ کی تعلیم، ٹیک ہوم نالوکسون کی تربیت اور تقسیم، ان لوگوں کی آن سائٹ نگرانی فراہم کرتی ہیں جنہیں ضرورت سے اور ڈوڈ اور تیز ردعمل کا خطرہ ہوتا ہے۔ وہ نقصان میں کمی، سپلائی کی تقسیم اور ضائع کرنے کے اختیارات بھی فراہم کرتے ہیں، اور دماغی صحت اور مادہ کے استعمال کی خدمات کے حوالے سے سہولت فراہم کرتے ہیں۔

یہ سروس پیش کرنے والے مقامات

پتہ	مقامات	شہر
BC-11 لونزو روڈ اور سماس وے پر پارکنگ لائٹ ہے (پہلے لونزو پارک اور سواری کے نام سے جانا جاتا تھا)۔	ایبٹس فورڈ موبائل اور ڈوڈ پروینشن سائٹ	ایبٹس فورڈ
32883 South Fraser Way اس مقام تک پچھلی گلی کے داخلی راستے سے رسائی حاصل کی جا سکتی ہے۔	فینکس سوسائٹی	ایبٹس فورڈ
40 Begbie Street	سٹار شپ ہیلتھ کانٹیکٹ سنٹر پریز سوسائٹی	نیو ویسٹ منسٹر
10681 135a St	لک آؤٹ ہاؤسنگ اینڈ ہیلتھ سوسائٹی - سموک ٹینٹ	سری
13670 94A Avenue	کوئبل کریک سوہرنگ اینڈ اسسمنٹ سینٹر	سری

سری	سیف پوائنٹ	1-10681 135A Street
واٹھ روک	سورس - پیس پوائنٹ	15521 Russell Avenue, Russell Unit

منشیات کی جانچ - معلوم کریں کہ آپ کی دوائیوں میں کیا ہے۔

منشیات کی جانچ نقصان کو کم کرنے کی خدمت ہے۔ یہ کمیونٹی کے اراکین کو فینٹینیل اور دیگر آلودگیوں کے لیے اپنی دوائیوں کی جانچ کرنے اور جو اوور ڈوز کے خطرے اور دیگر نقصانات کو کم کرنے کے لیے کارروائی کرنے میں مدد کرتا ہے۔

ہمارے علاقے میں دوائیوں کی جانچ کرنے کے دو مختلف طریقے ہیں - فینٹینیل ٹیسٹ سٹریپس اور فوئیر ٹرانسفارم انفرا ریڈ سپیکٹرو میٹر

منشیات کی جانچ کی تمام خدمات مفت اور خفیہ ہیں۔

• فینٹینیل ٹیسٹ سٹریپس: فینٹینیل ٹیسٹ سٹریپس منشیات کے نمونے میں فینٹینیل اور کچھ فینٹینیل اینالوگس کا پتہ لگا سکتی ہیں۔ افراد نمونہ (چند دانے ریت کے برابر) کو تھوڑی مقدار میں پانی میں ملاتے ہیں، ٹیسٹ کی پٹی کو پانی میں ڈالتے ہیں اور منٹوں میں مثبت یا منفی نتیجہ سامنے آتا ہے۔

• فینٹینیل ٹیسٹ سٹریپس کے ساتھ ڈرگ چیکنگ مرحلہ وار گائیڈ (انگریزی) مقام تلاش کرنے کے لیے، یہاں [کلک کریں](#)

• فوئیر ٹرانسفارم انفرا ریڈ سپیکٹرو میٹر: فوئیر-ٹرانسفارم انفرا ریڈ سپیکٹرو میٹر منشیات کے نمونے میں چھ مادوں تک کی شناخت کر سکتے ہیں۔

• ٹیسٹ شروع سے ختم ہونے تک تقریباً 10 منٹ لگتے ہیں۔ ایک mg5 نمونہ (ایک میچ کے سر کے سائز کے بارے میں) کی ضرورت ہے۔
• مقام تلاش کرنے کے لیے، یہاں [کلک کریں](#)۔

4. روشنی کلینک

روشنی کلینک جنوبی ایشیائی کمیونٹی کے مردوں اور عورتوں کے لیے ایک معاون بالغ (19 سال اور اس سے زیادہ) پروگرام ہے۔ یہ شراب اور منشیات کے استعمال سے وابستہ مسائل کو حل کرتا ہے۔

خدمات انگریزی، پنجابی اور ہندی میں صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والوں کے ذریعہ فراہم کی جاتی ہیں جو منشیات کے استعمال کی خرابی میں مہارت رکھتے ہیں۔

خدمات میں شامل ہیں:

- انٹیک اور تشخیص۔
- الکحل اور منشیات کے استعمال سے وابستہ مسائل کا جاری علاج۔
- فیملی ڈاکٹروں کے لیے ایک بار مشورے جو شراب اور منشیات کے استعمال کی خرابی میں مبتلا مریض کو سنبھالنے کے لیے سفارشات چاہیں گے۔
- ثقافتی تناظر اور جنوبی ایشیائی کمیونٹی کے اراکین کے لیے مخصوص مسائل پر مضبوط توجہ کے ساتھ ایک جامع، مریض پر مبنی نقطہ نظر۔

- خدمات انگریزی، پنجابی اور ہندی میں فراہم کی جاتی ہیں، اور ان تمام لوگوں کے لیے کھلی ہیں جو خود کو جنوبی ایشیائی کے طور پر پہچانتے ہیں بشمول پنجابی، ہندوستانی، بنگلہ دیشی، اور پاکستانی نژاد۔
- دوسرے مرحلے سے دستبرداری کی علامات اور مادے کے استعمال کا طبی انتظام، بشمول میتھاڈون، سبکسون اور دیگر ادویات، ون ٹون مشاورت، نفسیاتی تعلیمی گروپس، خاندانوں کے لیے تعلیم اور مدد، اور منتخب مریضوں کے لیے فون یا کمپیوٹر کے ذریعے ٹیلی ہیلتھ اپوائنٹمنٹ۔
- دیگر معاون پروگراموں کا حوالہ دیں۔

اہلیت

- مرد اور عورتیں (19 سال اور اس سے زیادہ) شراب اور منشیات کے استعمال سے منسلک جسمانی اور ذہنی صحت کے مسائل سے نبرد آزما ہیں۔

حوالہ

- آپ روشنی کلینک سے 6049536190 پر رابطہ کر سکتے ہیں۔
- یا آپ درج ذیل سے حوالہ مانگ سکتے ہیں:
- فیملی ڈاکٹر یا دیگر صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والا۔
- کمیونٹی مادہ اور منشیات کے استعمال کی خدمات کے کلینک۔
- ویڈڈروال کے انتظام کا مرکز (ڈیٹاکس/ڈے ٹوکس)۔
- سوبرٹینگ سنٹر

شہر	مقامات	پتہ	فون نمبر
سری	کریک سائیڈ ویڈڈروال مینجمنٹ سنٹر	13740 94A Avenue	604-953-6190