Alberta Health Services
Calgary Health Region

PUNJABI

ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ!
(Welcome!)

ਕੈਲਗਰੀ ਹੈਲਥ ਰਿਜਨ ਆਪਣੇ ਰਿਜਨ ਵਿਚ ਸੇਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹਰ ਇਕ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਵਾਉਂਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ।ਕੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਸਮਝ ਨਾ ਸਕਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ?

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ, ਸੇਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਰਟੀਫ਼ਾਇਡ ਅਨੁਵਾਦਕ , ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਸੇਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਨੂੰ ਸੁਖਾਲਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ (Health Link)

ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਕੈਲਗਰੀ ਹੈਲਥ ਰਿਜਨ ਦੁਆਰਾ, ਸੇਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ ਉਪਲੱਬਧ ਕਰਵਾਈ ਗਈ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਸੇਵਾ ਹੈ।ਇਸ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਨਰਸਾਂ ਚਲਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ,ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਅਤੇ 24 ਘੰਟੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ।ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਹਤ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।ਜੋ ਸਵਾਲ ਤੁਸੀਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਸਦੇ ਕੁੱਝ ਉਦਾਹਰਣ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ:

" ਮੈਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਨਵਾਂ ਆਇਆ/ਆਈ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੱਭਾਂ?
"ਸਵੇਰ ਦੇ 4 ਵੱਜੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੇਵਾਂ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵਾਂ?"
"ਮੈਂ ਨਵੀਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਧੱਫੜ ਜਿਹੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?" ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਹਤ ਬਾਰੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ- ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਕੈਲਗਰੀ ਦੀ ਪੰਜਾਬੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।403-943-5465 ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਅਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਨੁਵਾਦਕ ਸੰਚਾਰ ਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚਲੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦੂਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਲਿੰਕ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸੰਦੇਸ਼ ਸੁਣੇਗਾ ਜੋ ਇਸ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗਾ।ਫੋਨ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ- ਫ਼ੋਨ ਫੜਕੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਕੋਈ ਨਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ।ਜਦੋਂ ਨਰਸ ਬੋਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹੋ- ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, "ਪੰਜਾਬੀ"। ਫ਼ੋਨ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਫ਼ੋਨ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ ਤਾਂ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਅਪਣੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਨਰਸ ਨੂੰ ਸਮਝਾ ਸਕੋ।ਅਨੁਵਾਦਕ, ਨਰਸ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਫ਼ਿਰ ਉਹ ਨਰਸ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਸਲਾਹ ਅਨੁਸਾਰ ਦੱਸਣਗੇ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ-ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਕੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੋਂ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

PUNJABI

ਸਰਟੀਫ਼ਾਇਡ ਸੇਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਨੁਵਾਦਕ (Certified Health Care Interpreters)

ਇਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਅਨੁਵਾਦਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਇੰਟਰਪ੍ਰੀਟੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਟਰਾਂਸਲੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕੋਲ ਅਨੁਵਾਦਕ ਹਨ ਜੋ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਅਨੁਵਾਦਕ ਤੁਹਾਡੀ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਚ –ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿਚ, ਮੱਦਦ ਕਰ
ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅਨੁਵਾਦਕ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੇਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਕਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਕੈਲਗਰੀ ਹੈਲਥ ਰਿਜਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਅਗਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ "I Speak" ਕਾਰਡ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਦਿਖਾ ਦਿਓ।ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 403-944-0202 ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਾਰਡ ਭੇਜ ਦਿਆਂਗੇ।ਆਪਣੇ "I Speak" ਕਾਰਡ ਨੂੰ ਪਰਸ ਵਿਚ ਅਲਬਰਟਾ ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ ਦੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਹੀ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਕਾਰਡ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ "ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ: ਬੋਲਦਾ ਹਾਂ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ"

ਜਦੋਂ ਕੇ ਹੋਰ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਮਿੱਤਰ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਟਰੇਨਡ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦੀ ਮੱਦਦ ਲੈ ਕੇ, ਬਗੈਰ ਖਰਚੇ ਤੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਗਲਤ ਅਨੁਵਾਦ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਅਨੁਵਾਦਕ ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਣਗੇ।

ਅਗਰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਮ ਬੁਲਾਉਂਣਾ ਸੰਭਵ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇੰਟਰਪ੍ਰੀਟੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਟਰਾਂਸਲੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਤੇ ਹੀ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰ ਦੇਣਗੇ। ਜਦੋਂ ਅਨੁਵਾਦਕ ਨੂੰ ਮੌਕੇ ਤੇ ਬੁਲਾਉਂਣਾ ਸੰਭਵ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੇ ਹੀ ਅਨੁਵਾਦ ਵੀ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਨ ਸਾਇਨ ਲੈਂਗੁਏਜ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ,ਇਸ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ। ਅਨੁਵਾਦਕ ਦਾ ਖਰਚਾ ਇੰਟਰਪ੍ਰੀਟੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਟਰਾਂਸਲੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਵਲੋਂ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹੈਲਥੀ ਡਾਇਵਰਸ ਪਾਪੂਲੇਸ਼ਨਜ਼ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਅਨੁਵਾਦਕ ਦਾ ਖਰਚਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।