



# ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਨੈੱਟਵਰਕ (ਪੀ ਸੀ ਐਨ) ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਵਧੀਕ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਚਮੰਡ ਪੀ ਸੀ ਐਨ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ (ਰੈਫਰ ਕੀਤਾ) ਹੈ।

## ਇਹ ਰੈਫਰਲ ਕਿਉਂ ਮਾਅਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡਾ ਰੈਫਰਲ (ਹਵਾਲਾ) ਤੁਹਾਡੀ ਚੱਲ ਰਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਰਿਚਮੰਡ ਪੀ ਸੀ ਐਨ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ 'ਚ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਮਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

## ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਫਰਲ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਾਂਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਹਨ; ਰੈਫਰਲ ਦਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਬੁੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

 ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ **6 ਤੋਂ 8 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ** ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂਗੇ

 ਸਾਡੀ ਕਾਲ ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ (ਵੀ ਸੀ ਐੱਚ) ਦੇ ਨੰਬਰ ਤੋਂ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ

 ਜੇਕਰ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

 **ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।**

## ਦੇਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸੂਝਾਅ

 ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲੀਨਿਕ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡਾ ਹੁਣ ਵਾਲਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਹੈ।

 ਅਗਲੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿਓ

➔ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਕਾਲ ਖੁੰਝਾ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਫੈਮਲੀ ਕਲੀਨਿਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਵੌਇਸਮੇਲ ਚੈੱਕ ਕਰੋ

## ① ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵੋ ①

ਤੁਹਾਡੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਰਾਖਵਾਂ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਨਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵੀ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਾਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਦੁਬਾਰਾ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਅਸੀਂ ਕੌਣ ਹਾਂ

ਰਿਚਮੰਡ ਪੀ ਸੀ ਐਨ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਟੀਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:



**ਕਰੌਨਿਕ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਨਰਸਾਂ**

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ (ਸੂਗਰ, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਅਤੇ ਹੋਰ) ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ



**ਕਲੀਨਿਕਲ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ**

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹਨ



**ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਕਾਊਂਸਲਰ**

ਐਂਗਜ਼ਾਇਟੀ (ਚਿੰਤਾ), ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ (ਉਦਾਸੀ) ਅਤੇ ਸੋਗ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ



**ਆਕੁਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ**

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤਣਾਅ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ



**ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ**

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਕਸਰਤ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਤੇ ਨਸਾਂ ਸਬੰਧੀ (ਨਿਊਰੋਲੋਜੀਕਲ) ਦੇਖਭਾਲ



**ਰਜਿਸਟਰਡ ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ**

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਪੇਸ਼ਣ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ



**ਸੀਨੀਅਰਾਂ ਲਈ ਟੀਮਾਂ**

ਸਿਹਤ, ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਦੇਖਭਾਲ



**ਸੋਸ਼ਲ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਾਈਬਿੰਗ ਟੀਮਾਂ**

ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਪਰਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ



**ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ**

ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ

**ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ**

- ਸੇਵਾਵਾਂ **ਸਿਰਫ਼ ਰੈਫ਼ਰਲ ਦੁਆਰਾ** ਉਪਲਬਧ ਹਨ
- ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਮਿਲ ਕੇ, ਫੋਨ ਦੁਆਰਾ, ਜਾਂ ਵਰਚੁਅਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
- ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧਤਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- **ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਦੀਆਂ 3 ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ**, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਖੁੰਝਾਈਆਂ, ਰੱਦ ਕੀਤੀਆਂ, ਜਾਂ ਮੁੜ-ਤਹਿ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਫ਼ਰਲ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।