ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਦਿਆਂ:

ਨਵੀਆਂ ਆਈਆਂ ਇੰਮੀਗਰੈਂਟ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ 'ਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਾਲ ਇਕ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ 2: ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚਲੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਰਚਮਿਚ ਜਾਣ ਦਾ ਇਕ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ: ਕੈਨੇਡਾ 'ਚ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ 'ਚ ਕੋਈ ਜਣਾ ਬਿਮਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੈਨੇਡਾ 'ਚ ਦੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਹਨ: ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ।

ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਪਹਿਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕੋਲ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ, ਜਿਸ ਕੋਲ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਬਹੁਤੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾਂ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣਾ ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਢਿੱਲੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਇਕੋ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ 'ਚ ਵੇਖਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦਾ ਰੋਗ। ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਦੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਹਨ:

- ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਕੋਲੋਂ, ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਪੁੱਛੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਕੀ ਉਹ ਨਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ **College of Physicians and Surgeons** ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ(*www.cpsbc.ca*) 'ਤੇ ਭਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਔਰਤ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲੇ, ਉਹ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਵੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਾਕਟਰ ਲੱਭ ਸਕਣ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ 1 ਵੇਖੋ)।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਫੌਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ***ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਫੌਰਨ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕੋਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨਹੀਂ*** ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਾਕ-ਇੰਨ-ਕਲਿਨਿਕ 'ਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਕਲਿਨਿਕ ਦੇਰ ਤੱਕ, ਹਫਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ **8-1-1** ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਵੀ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿੱਥੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਰਸ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ) ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਬਣਨ ਦੇ ਦਾਅਵੇਦਾਰਾਂ ਲਈ: ਤਸੀਂ ਵੈਨਕੂਵਰ ਵਿਚ ਬ੍ਰਿੱਜ ਕਲਿਨਿਕ, ਜਾਂ ਬਰਨਬੀ ਜਾਂ ਸਰੀ ਵਿਚ ਨਿਊ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕਲਿਨਿਕ 'ਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਥੇ ਜਾਣ ਲਈ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਦੁਰਘਟਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਚਾਨਕ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ **Emergency** 'ਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ Medical Services Plan ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਰਚੇ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਲੈਣੀ ਪਵੇ, **9-1-1** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਦ 'ਚ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਬਿੱਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣਾ

ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਦਫਤਰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪ੍ਰੋਵਿੰਸ਼ੀਅਲ ਲੈਂਗੁਏਜ ਸਰਵਿਸ ਦੁਆਰਾ ਉਸਨੂੰ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਿਰਫ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ, ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਇਹ ਸੇਵਾ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੂਹਰਲੇ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਬੀ ਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕਾਰਡ ਵਿਖਾਉ। ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨਾਂ ਚਿਰ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਜਿੰਨਾਂ ਚਿਰ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਲੇਟ ਹੋ ਜਾਂ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਖੁੰਝਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਫੀਸ ਦੇਣੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਫੀਸ ਤੁਹਾਡੇ Medical Services Plan ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਦੁਆਰਾ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਵੇਲੇ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਰਕੇ ਆਏ ਹੋ।

ਐਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟਾਂ 10 ਤੋਂ 20 ਮਿੰਟ ਲੰਮੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੀ ਫੇਰੀ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਟੈਸਟਾਂ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਵਾਸਤੇ ਨੁਸਖਾ ਲਿਖਕੇ ਇਕ ਪਰਚੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟੈਸਟ ਕਰਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਲਿਖਿਆ ਨੁਸਖਾ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮੇਸੀ 'ਚ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਮੁਨੱਸਰ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾਣ ਲਈ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕੀ ਹੈ? ਮੈਂ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਿਵੇਂ ਲੈ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ 'ਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਿਟੀਜ਼ਨ, ਲੈਂਡਿਡ ਇੰਮੀਗਰੈਂਟ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ-ਸ਼ੁਦਾ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ 'ਚ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਵਾਸਤੇ ਅਦਾਇਗੀ ਇਕ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਪਲੈਨ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ Medical Services Plan (MSP) ਆਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਅਤੇ Health Insurance BC (HIBC) ਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫਾਰਮ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਆਫ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ (ICBC) ਦੇ ਦਫਤਰ ਤੋਂ ਜਾਂ *(www.health.gov.bc.ca/msp)* ਤੋਂ ਆਨਲਾਈਨ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। MSP 'ਚ ਆਪਣੀ ਐਨਰੋਲਮੈਂਟ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ICBC driver licensing office (DLO) 'ਚ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਗਲੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਇਕ ਲਿਖਤੀ ਨੋਟਿਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। Medical Services Plan ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹੋ, ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਨਾਂ ਦਰਜ਼ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮੈਡੀਕਲ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਲੈ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰ ਪੈ ਗਈ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਖਰਚਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵੇਖੋ *http://www.health.gov.bc.ca/msp/infoben/eligible.html#enroll*

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਬਣਨ ਲਈ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ Health Insurance BC ਨਾਲ ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ Medical Services Plan ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ। Health Insurance BC ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਲਈ ਵੇਖੋ: *www.health.gov.bc.ca/msp/infoben/premium.html*

ਬੀ ਸੀ 'ਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ BC Newcomers Guide ਦੀ ਕਾਪੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। *www.welcomebc.ca/newcomers_guide/newcomerguide.aspx*

ਇਸ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਵੀਡੀਓ ਵੇਖਣ ਵਾਸਤੇ *www.bcwomens.ca/newcomerresources* 'ਤੇ ਜਾਉ
ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਦਿਆਂ: ਨਵੀਆਂ ਆਈਆਂ ਇੰਮੀਗਰੈਂਟ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੁਲੰਬੀਆ 'ਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਾਲ ਇਕ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ
(Getting Started: An Introduction to Health Care in British Columbia for Newcomer Immigrant Women)

Canada · British Columbia · BC Women's Hospital + Health Centre — An agency of the Provincial Health Services Authority · British Columbia Centre of Excellence for Women's Health

This project is made possible through funding from the Government of Canada

© BC Women's Hospital + Health Centre and BC Centre of Excellence for Women's Health 2014