

سلامت چند فرهنگی

برنامه راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا، اطلاعات و توصیه های معتبر سلامت را به بسیاری زبان ها به شما ارایه می دهد. این برنامه خود مراقبتی، هر روز و 24 ساعته، آماده است تا به شما برای درک، تصمیم گیری و اقدام برای سلامت شما کمک می کند.

کتابچه راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا - کتابچه راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا را برای اطلاع از چگونگی شناخت و مقابله با نگرانی های معمول سلامت مطالعه کنید. بدانید چگونه از بیماری ها پیشگیری کنید، چه وقت به متخصصان سلامت مراجعه کنید و چه نوع درمان و مراقبت های خانگی در اختیار دارید. در سراسر این کتابچه راهنما می توانید موضوعاتی مرتبط با بزرگسالان سالمند پیدا کنید.

کتابچه راهنمای سلامت بریتیش کلمبیای خود را به صورت رایگان و به زبانهای انگلیسی، فرانسه، چینی یا پنجابی دریافت کنید.

کتابچه راهنمای خود را از این مکان ها بگیرید:

- کتابچه های راهنمای انگلیسی در داروخانه محل یا دفاتر اداری دولتی در دسترس هستند.
- کتابچه های راهنمای چینی و پنجابی در بسیاری سازمان های اجتماعی یا چند فرهنگی، معابد و مکان های ارایه خدمات زبان انگلیسی برای بزرگسالان در دسترس هستند. اینجا را برای پرینت پوستر چینی و پنجابی یا پوستر انگلیسی کلیک کنید تا به توزیع کتابچه های راهنما در سازمان یا جامعه خود کمک کنید.
- کتابچه های راهنمای فرانسه از طریق سازمان های فرانسه زبان محلی در دسترس هستند.

در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر برای دریافت کتابچه راهنمای سلامت بریتیش کلمبیای رایگان خود با موارد ذیل تماس بگیرید:

- خط تلفن اطلاعات مربوط به سلامت سالمندان - 1-800-465-4911 یا ایمیل HLTH.health@gov.bc.ca
- خط تلفن پرستاری بریتیش کلمبیا - 1-866-215-4700 در بریتیش کلمبیا یا 604-215-4700 در ونکوور بزرگ.

برای اطلاع از اینکه سازمان های اجتماعی یا مراقبت از سلامت چگونه می توانند کتابچه های راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا و سایر منابع را سفارش دهند، [اینجا را کلیک کنید](#).

کتابچه های راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا به صورت رایگان فقط برای ساکنین بریتیش کلمبیا و سازمان هایی که به توزیع آنها در مجامع مربوط به خود کمک می کنند، در دسترس هستند.

خط تلفن پرستاری بریتیش کلمبیا - برای صحبت با یکی از پرستاران رسمی به صورت 24 ساعته در 7 روز هفته و یا یک داروشناس هر روز از ساعت 5 بعدازظهر تا 9 صبح - با خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان - با خط تلفن پرستاری بریتیش کلمبیا تماس بگیرید. لطفاً منتظر پیام ضبط شده بمانید تا یکی از پرستاران به تلفن شما پاسخ دهد - سپس خدمات ترجمه به زبانی که ترجیح می دهید را درخواست کنید.

تماس رایگان در بریتیش کلمبیا: 1-866-215-4700
در ونکوور بزرگ: 604-215-4700
ناشنوایان و افراد دارای مشکل شنوایی: 1-866-889-4700

تماس با متخصصان تغذیه

اگر درباره تغذیه سوال دارید با **متخصصان تغذیه** تماس بگیرید و با یک متخصص رسمی تغذیه که دوشنبه تا چهارشنبه ساعت 9 صبح تا 5 بعدازظهر در دسترس خواهد بود، صحبت کنید. یک متخصص آلرژی تغذیه چهارشنبه تا جمعه ساعت 9 صبح تا 4:30 بعدازظهر در دسترس خواهد بود. متخصصان تغذیه اطلاعات و توصیه های تغذیه ای محرمانه ارایه می دهند، و شما را به خدمات تغذیه موجود در جامعه راهنمایی می کنند. برای ناشنوایان یا افراد دارای مشکل شنوایی، تایپ از راه دور در دسترس است، و در صورت درخواست، خدمات ترجمه به 130 زبان ارایه می شود.

تماس در ونکوور بزرگ: 604-732-9191
تماس رایگان در سایر نقاط بریتیش کلمبیا: 1-800-667-3438
تایپ از راه دور برای ناشنوایان و افراد دارای مشکل شنوایی: 1-866-889-4700

راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا آنلاین - روی این وب سایت در www.bchealthguide.org کلیک کنید تا به دنیایی از آخرین اطلاعات تایید شده پزشکی با بیش از 3000 عنوان بهداشتی، آزمون ها، منابع و مراحل دست یابید. این اطلاعات به زبان انگلیسی در دسترس هستند.

پرونده های سلامت بریتیش کلمبیا - اطلاعات مربوط به نگرانی های سلامت عمومی بریتیش کلمبیا، به علاوه نکات مربوط به ایمنی و غیره، را در راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا آنلاین یا در واحد سلامت محلی خود بیابید. برای دسترسی به پرونده های ترجمه شده به زبان های چینی، پنجابی، فرانسه و سایر زبان ها، [اینجا را کلیک کنید](#).

سایر محصولات - برنامه راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا یک طرح آزمایشی را به انجام رساند و یک سری اطلاعات ویدیویی را برای جامعه فارسی زبانان بریتیش کلمبیا تهیه کرد که از کانال های چند فرهنگی محلی پخش شد. [اینجا را کلیک کنید](#)

تا ویدیوهای راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا به فارسی را ببینید. ویدیوها همچنین برای جوامع چینی و پنجابی زبان در دسترس است.

سلامت خود را امروز با راهنمای سلامت بریتیش کلمبیا کنترل کنید.
این برنامه ابتکاری مراقبت از سلامت است که برای شما و خانواده شما طراحی شده است.