

ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਘਰ

red
nose
grief and loss

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਹਾਇਤਾ
ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜਿਸ ਨੇ ਇਸਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ।

ਸਾਡਾ ਆਪ-ਬੀਤਿਆ ਅਨੁਭਵ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਕਰਮਚਾਰੀ
ਤੁਹਾਡੀ ਇਸ ਮੁਸ਼ਕਲ ਘੜੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ।

ਇਸ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਰੈਫਰਲ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ
ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਹਨ।

ਸਹਾਇਤਾ ਔਨਲਾਈਨ, ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਕੁ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ,
ਸਿੱਧਾ ਮਿਲ ਕੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸਦਾ
ਪ੍ਰਬੰਧ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਰੈਂਡ ਨੋਜ਼ ਪਿਛਲੇ 40 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹਾਂ।



ਈ-ਮੇਲ intake@rednose.org.au



ਮੁਫਤ 24/7 ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ 1300 308 307

ਤੁਸੀਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
131 450 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੈਂਡ ਨੋਜ਼ ਸਪੋਰਟ ਲਾਈਨ
'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਰੈਫਰਲ ਫਾਰਮ ਲਈ ਇਸ
QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ



ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ



ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਘਰ

ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਹਾਇਤਾ।

“ਇਹ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ
ਔਖਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੈਸ਼ਨ ਕਿੰਨੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹਨ —
ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਵੇਲੇ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਉਣ
ਵਾਲੇ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ। ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਇਸ
ਭਿਆਨਕ ਯਾਤਰਾ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੀ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬਹੁਤ ਸਹਾਰਾ
ਮਿਲਦਾ ਹੈ।”