

ہم بہاں پر
مدد کے لیے
موجود ہیں۔



آپ کا گھر۔ ہماری کمیونٹی۔
غیر معمولی انداز کی دیکھ بہاں۔

سیدھی سی بات، ہمیں پرواہ ہے۔

ایک رجسٹرڈ خیراتی ادارے کے طور پر، جب آپ Acclaim Health کا انتخاب کرتے ہیں تو، آپ اپنی کمیونٹی میں سرمایہ کاری کرتے ہیں۔ ہماری خدمات میں شامل ہیں:

- گھر پر نگہداشت
- نجی طور پر نگہداشت
- ڈیمنشیا کے لیے نگہداشت
- دیکھ بھال کرنے والے (کیئر گیور) کی طرف سے مدد
- سماجی امداد
- گرنے سے بچاؤ
- ہاسپس (Hospice) میں نگہداشت
- صحتمندی کے لیے مدد
- کسی کو کھو دینے کے غم و صدمہ (بیریومنٹ) کے دوران مدد

ہمیں کال کریں۔
آپ کی ضرورت کے مطابق ہم آپ کی مدد
کریں گے۔

1-800-387-7127
www.acclaimhealth.ca

ذاتی طور پر تعاون (پرسنل سپورٹ)

ہمارے ذاتی معاون کارکنان (پرسنل سپورٹ ورکرز) آپ کو ایک اطمینان کی زندگی گزارنے کی ضرورت کے مطابق مدد فراہم کر سکتے ہیں۔ ہمارے تمام پرسنل سپورٹ ورکرز آپ کو اعلیٰ ترین معیار کی دیکھ بھال فراہم کرنے کے لیے وسیع پیمانے پر جاری تربیت سے گزرتے ہیں۔

اگر آپ اہل ہوتے ہیں تو، صحت کی دیکھ بھال کے نظام کے ذریعے، بغیر کسی قیمت پر، آپ کو پرسنل سپورٹ فراہم کی جا سکتی ہے۔ اکلیم ہیلتھ (Acclaim Health) ہالٹن میں موجود فراہم کنندگان میں سے ایک ہے، جو کہ سرکار کی طرف سے فنڈ کیا گیا پرسنل سپورٹ فراہم کر سکتا ہے۔

گھر پر نرسنگ

ہم 90 سال سے زیادہ عرصے سے گھر پر نرسنگ کی خدمات فراہم کرتے آئے ہیں، اور ہمیں اپنی کمیونٹی میں مثالی دیکھ بھال اور خدمت کی اس روایت کو جاری رکھنے پر فخر ہے۔

ہمیشہ کی طرح، ہماری/ہمارے شفیق، دوستانہ اور با شعور نرسیں غیر معمولی انداز کی اعلیٰ معیار کی نگہداشت فراہم کرنے کے طور پر جانی جاتی ہیں/جانے جاتے ہیں۔ اگر آپ اہل ہوتے ہیں تو، صحت کی دیکھ بھال کے نظام کے ذریعے، بغیر کسی قیمت پر، آپ کو گھر پر نرسنگ فراہم کی جا سکتی ہے۔ اکلیم ہیلتھ (Acclaim Health) ہالٹن میں موجود فراہم کنندگان میں سے ایک ہے، جو کہ سرکار کی طرف سے فنڈ کیا گیا پرسنل سپورٹ فراہم کر سکتا ہے۔

نرسنگ کی کلینکس

جب آپ ہمارے کسی کلینک میں دیکھ بھال حاصل کیں گے، تو آپ بہاں کے سب سے زیادہ شفیق، دوستانہ اور با شعور نرسوں سے ملیں گے۔

کلینکس ایسے لوگوں کی دیکھ بھال کے لیے بنائے گئے ہیں جنہیں نرس کی مہارت کی ضرورت ہوتی ہے لیکن وہ ابھی بھی اپنا گھر خود چھوڑ کر ہماری کلینک تک معائنے کے لیے آ سکتے ہیں۔ ہمارے کلینکس کئی مختلف قسم کی دیکھ بھال اور علاج فراہم کرتے ہیں۔

کلینک کی تمام نرسنگ کی خدمات دیکھ بھال کے نظام کے ذریعے، بغیر کسی قیمت پر، آپ کو فراہم کی جاتی ہیں۔

کلینکس خاص طور پر Acclaim Health کے نرسنگ مریضوں کے لیے مخصوص ہیں اور عام عوام کے لیے مہیا نہیں ہیں۔

یہ کلینک اوکول (Oakville) کا ایک زیور ہے جس کے بارے میں بہت سے لوگ نہیں جانتے ہیں۔ یہ بہترین کلینک ہے، جو کہ کمال انداز میں چلتا ہے اور تمام عملہ مثالی نرسیں ہیں۔





SUPPLIES

STERILE GLOVES

Gojo

EMERGENCY



1. Wash the hands with soap and water.
2. Pull the eye out of the socket.
3. Wash the eye with water.
4. Put the eye in the eye cup.
5. Cover the eye with a bandage.



نجی طور پر نگہداشت

نجی طور پر نگہداشت

ہمارا پیشہ ورانہ اور شفیق عملہ آپ کے خاندان کے رکن کو آپ کے اپنے گھر میں دیکھ بھال فراہم کرنے کے لیے دستیاب ہے۔

آپ کی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے، کئی قسم کی دیکھ بھال کی سطحیں دستیاب ہیں، اور ان میں پیروں کی دیکھ بھال، رفاقت، ذاتی تعاون (پرسنل سپورٹ) یا نرسنگ شامل ہو سکتی ہیں۔

یہ دیانت داری کے ساتھ گھر پر فراہم کردہ دیکھ بھال ہے: اس کے علاوہ ہم یہ بھی یقینی بناتے ہیں کہ آپ حکومت کی مالی اعانت سے چلنے والی کمیونٹی کیئر کے لیے اور گھر میں سلامتی کے اندازہ کے لیے اپنے اختیارات کو زیادہ سے زیادہ استعمال کر رہے ہیں۔

اپنی منفرد ضروریات پر بات کرنے کے لیے ہمیں 905-827-8800 پر کال کریں۔

نجی طور پر گھر پر اور ذاتی تعاون (پرسنل سپورٹ) دن کے 24 گھنٹے، اور ہفتے کے ساتوں دن دستیاب ہیں۔

آپ کے گھر میں نجی طور پر مخصوص نرسنگ (اوسٹومی، پیشاب پاخانے پر ضبط پانا (کنٹیننس) اور زخموں سے متعلق)) دن کے 24 گھنٹے، اور ہفتے کے ساتوں دن دستیاب ہیں۔



نجی طور پر نگہداشت
کے لیے اسکیں کریں

ڈیمنشیا کے لیے نگہداشت

میمری وزیٹنگ

یادداشت کھونے کے ابتدائی مرحلوں میں دوستی برقرار رکھنا مشکل ہو سکتا ہے۔ اس کے باوجود سماجی روابط مواصلات کی مہارت کو برقرار رکھنے اور خوشی محسوس کرنے کی کلید ہیں۔

ہمارے شاندار میموری وزیٹنگ رضاکاروں کو تربیت دی جاتی ہے کہ وہ ان لوگوں کو شامل کریں جنہیں ڈیمنشیا، فالج یا چوٹ کی وجہ سے یادداشت کی خرابی کے ابتدائی سے لے کر درمیانی مراحل کا تجربہ ہو رہا ہے۔ عام طور پر یہ دورے (وزٹس) 1 سے 2 گھنٹوں کے لیے، ہفتے میں ایک بار ہوتے ہیں۔

پیٹرز پلیس (Patty's Place)

پیٹرز پلیس (Patty's Place) صوبے میں ڈیمنشیا کی دیکھ بھال کے لیے ایک بہترین مرکز ہے۔

یہ درج ذیل خصوصیات پیش کرتا ہے:

- IM کی سوئیٹس جس میں راتوں رات مختصر قیام کے آٹھ بستر ہیں
- ایک امرسیو ٹیکنالوجی روم (کینیڈا میں اپنی نوبت کا پہلا، جو کہ خاص طور پر ڈیمنشیا میں مبتلا لوگوں کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے)
- سوپر کلب (Soper Club) - ڈیمنشیا میں مبتلا لوگوں کے لیے ایک توسیع شدہ بالغ دن کا پروگرام (Adult Day Program)
- والی کلب (Walmley Club) - کمزور بوڑھے بالغوں کے لیے ایک بالغ دن کا پروگرام (Adult Day Program)
- خاندانوں کے لیے اضافی نگہداشت کنندگان کے تعاون کے ساتھ ایک کیئر گیور کیفے (Caregiver Cafe)
- ڈیمنشیا دوستانہ ڈیزائن میں بہترین عملیات



“

میں بہت شکر گزار اور راحت
محسوس کرتا ہوں کہ وہ ایک
ایسے ماحول میں ہے جہاں وہ
محفوظ ہے، اور عزت وقار اور
ہمدردی کے ساتھ اس کی دیکھ
بھال کی جاتی ہے۔

- کلائنٹ کا دیکھ بھال فراہم کنندہ



بالغوں کے دن کے پروگرامز (Adult Day Programs)

ہمارے کلبز

ڈیمنشیا، جسمانی معذوریات یا کمزوریوں میں مبتلا زندگی گزارنے والے لوگ، خوشحال طریقے سے پھلتے اور پھولتے ہیں، جب ان کی قابلیتوں کو معاونت دی جاتی ہے، ان کی کامیابیوں کا جشن منایا جاتا ہے، اور ان کے تجربات کی قدر کی جاتی ہے۔ ہمارے کلبز روم 217 فاؤنڈیشن کے ساتھ سنہرے (گولڈ) سطح پر میوزک کیئر سرٹیفائڈ



ہیں، ہمارے ہاں باقاعدہ طور پر موسیقی کے ذریعے علاج کے سیشنز ہوتے ہیں، توسیع شدہ ورزش کے پروگرام ہوتے ہیں جو کہ گرنے سے بچاؤ اور باقاعدہ جانوروں کی مدد سے (پیٹ) تھراپی دی جاتی ہے!

جدید پروگرامنگ اور ایک پر جوش، دوستانہ ماحول کے ساتھ، جو کہ خود مختاری کو فروغ دیتا ہے، لوگ ہمارے بالغوں کے دن کے پروگرام (Adult Day Programs) میں آنا پسند کرتے ہیں، جسے "کلب" کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ دیکھ بھال کرنے والے اس بات کو پسند کرتے ہیں کہ انہیں احساس جرم سے پاک دوبارہ طاقت پانے اور خود کو دوبارہ سنبھالنے کے لیے کچھ مہلت ملتی ہے۔

ہمارے ڈیمنشیا کے مخصوص کلبز زندگی کے وسط سے لے کر اخیر تک کی زندگی گزارنے والے کلب ممبرز کی مدد کرتے ہیں۔

ہمارے مربوط کلبز ایسے کلب کے ممبرز کی مدد کرتے ہیں جو کمزور بوڑھے ہیں اور ہلکی علمی خرابیوں کے ساتھ زندگی گزار رہے ہیں۔

ایسے لوگوں کا ہونا جو ایک بڑی ٹیم کا حصہ ہیں اور چاہتے ہیں کہ ہم ٹھیک اور صحتمند رہیں، حیرت انگیز بات ہے۔ ہم واقعی خوش قسمت محسوس کرتے ہیں۔

- کلائنٹ کا دیکھ بھال فراہم کنندہ

بالغوں کے دن کے پروگرامز (Adult Day Programs)

ڈیمنشیا کے مخصوص مقامات

- پرلنگٹن کلب
905-632-8168
- Soper Club @ Patty's Place (Oakville)
905-847-9559

انٹیگریٹڈ کیئر لوکیشنز

- Soper Club @ Patty's Place (Oakville)
905-847-9559
- مسیساگا کلب
905-823-9264

فی دن ایک معمولی فیس ہوتی ہے۔
فیس کے لیے معاونت دستیاب ہے۔



ڈیمنشیا کے لیے نگہداشت

کلب کو گھر ساتھ لائیں (برنگ دا کلب ہوم)

آپ ہمیں ہمارے کلبز میں فراہم کردہ ڈیمنشیا کی غیر معمولی انداز کی دیکھ بھال کے لیے پہچانتے ہیں۔ کلب کو اب گھر ساتھ لا سکتے ہیں (برنگ دا کلب ہوم کر سکتے ہیں) !

ڈیمنشیا کیئر اور مدد حاصل کریں جس کی آپ کو ضرورت ہے جبکہ آپ کا عزیز بالغوں کے دن کے پروگرام میں شامل ہونے کے لیے انتظار کی فہرست میں ہے۔ برنگ دا کلب ہوم (کلب کو گھر ساتھ لائیں) مفت، خصوصی (اور تفریحی!)، آپ کے لیے مناسب شیڈول پر، آپ کے گھر میں ڈیمنشیا کیئر فراہم کرتا ہے۔

اس 12 - ہفتے کے پروگرام میں شامل ہیں:

- تربیت یافتہ ڈیمنشیا کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور افراد کی قیادت میں 4 گھنٹے فی ہفتہ ذاتی، اندرون خانہ دیکھ بھال۔
- ہر فرد کی دلچسپیوں اور صلاحیتوں کے مطابق نگہداشت کے حسب ضرورت منصوبے، جو خاندان کے ساتھ مل کر تیار کیے گئے ہیں۔
- ڈیمنشیا کے لیے دوستانہ انداز کی سرگرمیوں کے کٹس۔
- خاندان میں موجود دیکھ بھال کنندگان (کیئر گورز) کے لیے تعاون اور کوچنگ۔
- ڈیمنشیا سے متعلق دوستانہ سماجی تقریبات جہاں وہ ایسے ہی چیلنجز کا سامنا کرنے والے دوسرے لوگوں سے مل سکتے ہیں۔



ڈیمنشیا کے لیے نگہداشت

نجی طور پر رسپائٹ کیئر

ہمارا پیشہ ورانہ اور شفیق عملہ آپ کے خاندان کے ڈیمنشیا میں مبتلا رکن کو آپ کے اپنے گھر میں دیکھ بھال فراہم کرنے کے لیے دستیاب ہے۔

ہم ایک گھنٹے سے لے کر رات بھر تک اور کئی دنوں کی مدت تک مدد فراہم کر سکتے ہیں۔ قیمتوں کا تعین ضروری دیکھ بھال کی سطح اور مدت پر منحصر ہے۔

رات بھر کے لیے رسپائٹ کیئر

جمز سویٹس (JIM's Suites)

پیٹیز پلیس (Patty's Place) کے ایک علیحدہ محفوظ حصے میں واقع جمز سویٹس (JIM's Suites) ڈیمنشیا میں مبتلا لوگوں کے لیے دو ہفتے کی مدت تک کے لیے دستیاب ہیں۔

خاص طور پر تربیت یافتہ عملے کی ہماری حیرت انگیز ٹیم آپ کے خاندان کے تمام ممبران کے قیام کے دوران ان کی ضروریات کا خیال رکھنے کے لیے مسلسل دستیاب ہے۔ اس میں واش روم کی مدد، کپڑے پہننے اور نہانے میں مدد، اور کھانے کے اوقات میں مدد - اور یقیناً "دن کے وقت سوپر کلب (Soper Club) میں شرکت کرتے وقت لطف اندوز ہونا شامل ہیں!



رہائش کی بکنگ
کرنے کے لیے
اسکین کریں

دیکھ بھال کرنے والوں سے متعلق وسائل

دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے تعاون اور تعلیم



مشورہ جات کے
لیے اسکین کریں

دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے مشورہ جات

ہمارے دیکھ بھال فراہم کرنے والوں سے متعلق معلمین (کیئر گیور ایجوکیٹرز) ای میل کے ذریعے یا فون پر دیکھ بھال سے متعلق حکمت عملی کا مشورہ دیتے ہیں اور شخصی طور پر موجود ہو کر (ان پرسن) مدد فراہم کرتے ہیں۔

تعلیمی سیشنز

آپ کو سکھانے کے لیے ہم مختلف کورسز پیش کرتے ہیں:

- ڈیمنشیاء، معذوری، بیماری یا دیگر نگہداشت سے متعلق تقاضوں کے ساتھ زندگی گزارنے والے لوگوں کی دیکھ بھال کیسے کی جائے۔ جیسے جیسے بیماری یا نگہداشت کے تقاضے بدلتے جاتے ہیں، کیا توقع کی جانی چاہیے
- جیسے جیسے بیماری بڑھتی جائے، کیا توقع کی جانی چاہیے
- اپنی دیکھ بھال کیسے کی جائے
- کمیونٹی کے وسائل تک کیسے رسائی کی جائے

معاون گروپس (سپورٹ گروپس)

تجربات کا اشتراک کرنے، عام چیلنجز کا حل دریافت کرنے اور کمیونٹی میں موجود وسائل تلاش کرنے کے لیے اپنے جیسے دیکھ بھال کنندگان سے ملیں۔

دیکھ بھال کرنے والوں سے متعلق وسائل

سماجی اور بہبود سے متعلق مواقع

کسی کے لیے گھر پر نگہداشت کرتے وقت دیکھ بھال کنندہ کے طور پر اپنی دیکھ بھال کرنا اور اکیلے پن کو روکنا ضروری ہے۔

ہم اپنی کمیونٹی بھر میں اتفاقہ آramدہ مواقع فراہم کرنے کے لیے کیئر گیور کیفے کا انعقاد کرتے ہیں، اور کیئر گیور کے طور پر آپ کی معاونت کے لیے باقاعدہ کیئر گیور بہبودی اور سماجی ایام منعقد کرتے ہیں۔

مزید جاننے کے لیے، اپنے قریب ترین مقام پر کال کریں اور کسی کیئر گیور ایجوکیٹر سے بات کرنا چاہیں۔

برلنگٹن 905-632-8168

اوک ویل 905-847-9559

مسیساگا 905-823-9264



سماجی معاونتیں اور دیکھ بھال

دوستانہ وزیٹنگ

ہمارے پرجوش اور شفیق رضاکار وزیٹرز سماجی طور پر اکیلے، عمر رسیدہ بالغوں کو رفاقت، تعاون اور کبھی کبھار باہر گھمانا فراہم کرتے ہیں۔ معمول کے طور پر ایک دوستانہ انداز کے وزیٹر کا تعاون حاصل کرنا آپ کے اکیلے زندگی گزارنے کے عمل کو تھوڑا آسان اور کم تنہا بنا سکتا ہے۔

ٹیلی۔ ٹچ (Tele-Touch)

ایک فون کال ایک معمولی چیز کی طرح لگ سکتی ہے، لیکن عمر رسیدہ بالغوں (65 اور اس سے زیادہ) کے لیے، جو سماجی طور پر تنہا اور اکیلے ہیں، یہ لطف، راحت اور سلامتی لا سکتا ہے۔ رضاکاروں کو مشترکہ دلچسپی کی بنا پر کلائنٹس کے ساتھ ملایا جاتا ہے اور وہ پہلے سے طے شدہ شیڈول پر کلائنٹس کو کال کرتے ہیں۔



تعاون حاصل کرنے
کے لیے اسکین کریں



یہ ایک حفاظتی کمبل کی
طرح ہے۔
میرے جیسے لوگوں کے لیے،
جن کا بالکل کوئی نہیں ہے،
یہ ایک زبردست چیز ہے۔

- ٹیلی۔ ٹچ (Tele-Touch)

ٹیکنالوجی کا تعاون (ٹیکنالوجی سپورٹ)

ٹیکنالوجی اسسٹنس پروگرام (TAP)

ٹیکنالوجی کی موضوعات پر انفرادی تربیت حاصل کریں، بشمول ٹیبلٹ سے متعلق بنیادی باتیں، ای میل کا استعمال، ٹیکسٹنگ اور ویڈیو کالز، سوشل میڈیا، آن لائن حفاظت اور مزید کچھ، تین ماہ تک ہفتے میں ایک بار۔

اپنی رفتار سے چلیں اور وہ مخصوص ہنر سیکھیں جو آپ کے لیے اہم ہیں۔

TAP کو خاص طور پر 65 سال سے زیادہ عمر کے بالغوں کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے، اور اسے اونٹاریو ٹریلیم فاؤنڈیشن کے تعاون سے مفت پیش کیا جاتا ہے۔

ٹیک کیفے (Tech Cafes)

ہمارے ٹیک کیفے عمر رسیدہ بالغوں کو مفت ڈراپ ان ٹیک مدد پیش کرتے ہیں۔ تربیت یافتہ رضاکار، آپ کی ڈیوائس کو نیویگیٹ کرنے، ایپس کے استعمال، ٹیکسٹنگ، تصاویر کا اشتراک، ای میل، انٹرنیٹ، آن لائن حفاظت اور مزید کے لیے آپ کو انفرادی طور پر (ون-آن-ون) مدد فراہم کر سکتے ہیں۔

آنے والی تاریخوں اور مقامات کو دیکھنے کے لیے ہماری ویب سائٹ پر جائیں۔



ہاسپس (Hospice) اور صدمہ

ہاسپس (Hospice) میں نگہداشت

زندگی کو محدود کرنے والی بیماریوں سے متاثر لوگوں اور ان کے اہل خانہ کے لیے جذباتی، سماجی اور روحانی مدد۔

ہمارے شفیق عملے کی ٹیم، اور انتہائی ہنر مند رضاکار آپ کے سفر پر آپ کے ساتھ چل کر جائیں گے - راستے کے ہر قدم پر۔ ہم آپ کی اور آپ کے خاندان کی ضروریات کو سمجھنے کے لیے، آپ کی سنیں گے اور سخت محنت کریں گے، وسائل کا اشتراک کریں گے، اور جیسے جیسے آپ کی ضروریات بدلتی ہیں، آپ کو اضافی کمیونٹی خدمات سے جوڑیں گے۔

کسی کو کھو دینے کے غم و صدمہ (بیریومنٹ) کے دوران مدد

ہم سمجھتے ہیں کہ غم و صدمہ اور کسی عزیز کی وفات کا تجربہ کتنا مشکل ہو سکتا ہے۔

انفرادی (ون-آن-ون) مدد

اگر آپ کسی عزیز کی موت کے غم کے ساتھ جد و جہد کر رہے ہیں، تو آپ کو تنہا جدوجہد کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ ہمارا عملہ اور تربیت یافتہ رضاکار، آپ کو اپنے غم سے نمٹنے اور آگے بڑھنے کا راستہ تلاش کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ وزٹس آپ کے گھر پر یا کسی مشترکہ آسانی جگہ پر ہو سکتے ہیں۔

معاون گروپس (سپورٹ گروپس)

دوسروں سے ملیں جنہوں نے اپنے عزیز کو کھودیا ہے اور ہمارے سوگوار امدادی گروپس (بیریومنٹ سپورٹ گروپس) میں سے ایک میں اپنا تجربہ شیئر کریں۔ سپورٹ گروپس شخصی طور پر موجود ہو کر (ان پرسن) اور ورچوئل، دونوں طریقوں سے پیش کیے جاتے ہیں۔ ہم مخصوص نقصان (شریک حیات/پارٹنر کو کھونا، بالغ بچے کو کھونا) اور مخلوط نقصان والے گروپس دونوں پیش کرتے ہیں۔ مزید معلومات کے لیے ہماری ویب سائٹ کو دیکھیں۔

صحتمندی کے لیے مدد

اپنے اندر سکون کے لیے ایک جگہ بنائیں۔ ہماری فلاح و بہبود کی مدد آپ کو درد، تناؤ اور اضطراب کو کم کرتے ہوئے آپ کی مجموعی صحت کو بہتر بنانے میں مدد کر سکتی ہے۔

خدمات میں شامل ہیں:

- ریکی اینڈ تھراپیوٹک ٹچ®
- مائنڈفلنس اینڈ میڈیٹیشن
- صحتمندی کی تعلیم
- انفرادی طور پر صحتمندی کے لیے مشورہ جات
- گھر پر موسیقی کی تھراپی

ڈیمنشیا میں، یا زندگی کو محدود کر دینے والی بیماری میں مبتلا افراد کے لیے، سوگوار افراد کے لیے اور ان کیئر گیورز کے لیے جو شدید تناؤ سے دو چار ہیں، دستیاب ہیں۔



گھر پر معاون ورزش کا پروگرام (ہوم سپورٹ ایکسرسائز پروگرام)

یہ گھر میں 12 ہفتوں کا پروگرام ان عمر رسیدہ بالغ لوگوں کے لیے قابل پیمائش نتائج پیدا کرتا ہے، جو کمیونٹی ورزش کی کلاس میں شرکت نہیں کر سکتے۔

کمزور عمر رسیدہ بالغوں کے لیے مثالی، جو گھر میں ورزش کر کے اپنی طاقت، توازن، نقل و حرکت، اور برداشت کو بہتر بنانا چاہتے ہیں۔

کمیونٹی کی ورزش کی کلاسیں

ہالٹن بھر میں مخصوص طور پر عمر رسیدہ بالغ لوگوں کے لیے ڈیزائن کی گئی مفت میں کمیونٹی کی ورزش کی کلاسیں۔

اپنی طاقت، توازن اور برداشت کو بہتر بنا کر اپنے گرنے کے خطرے کو کم کریں۔

لائف مارک سینیئرز ویلنس (Lifemark Seniors Wellness) کی شراکت داری داری کے ساتھ۔ کلاسیں پیش کیے جاتے ہیں۔ سائن اپ کرنے کے لیے یا مزید جاننے کے لیے براہ مہربانی 1-877-696-1620 پر لائف مارک سینیئرز ویلنس سے رابطہ کریں۔



یہ ایک بڑی بات ہے جس
کے ہم منتظر ہیں۔ بلاشبہ
میں اپنے طور پر بہت کچھ
سنبھال سکتا ہوں لیکن پھر بھی
پروگرام کے بغیر میں اندھیرے
میں رہوں گا۔ گھر پر معاون
ورزش کا پروگرام (ہوم سپورٹ
ایکسرسائز پروگرام) کا ہونا خدا
کی نعمت ہے!

ہمارے ساتھ مل کر رضاکارانہ کام کریں

شامل ہو جائیں

کسی کی زندگی کو بہتر بنانے
کی خوشی کا تجربہ کریں!

ہمارے پاس کسی بھی شیڈول کے لیے
معنی خیز رضاکارانہ کام کے مواقع ہیں۔

مزید معلومات کے لیے اور دستیاب
عہدوں کی فہرست کے لیے
ملاحظہ کریں:

رضاکارانہ کام کرنے
کے لیے اسکین کریں

www.acclaimhealth.ca/volunteer



volunteering@acclaimhealth.ca



1-800-387-7127 ایکسٹنشن 2305



905-827-8800 ایکسٹنشن 2305



عطیہ جمع کریں

اپنی کمیونٹی کی صحت میں
سرمایہ کاری کریں۔
آپ کے آج کا عطیہ
درج ذیل فراہم کرے گا:

- ان لوگوں کی خود مختاری کو برقرار رکھے
گا جن کو اپنے گھر پر مدد کی ضرورت ہے
- ان لوگوں کے لیے تسکین مہیا کرے گا جو کسی
عمر رسیدہ اہل خانہ کی دیکھ بھال کر رہے ہیں
- کسی کی آخری دنوں کو تھوڑا سا آسان بنائے گا

آن لائن عطیہ دیں
www.acclaimhealth.ca/donate

پریا کال کریں 905-827-8800
ایکسٹنشن 2043 پر۔



عطیہ جمع
کرنے کے لیے
اسکین کریں



خیراتی ریجسٹریشن نمبر
RR0001 4602 #11928

@acclaimhealth    
www.acclaimhealth.ca

2370 Speers Rd
Oakville, ON
L6L 5M2

(905) 827-8800
1-800-387-7127
فیکس: (905) 827-3390

جزوی طور پر مالی اعانت بذریعہ:

تسلیم شدہ بذریعہ:



اکلیم ہیلتھ (Acclaim Health) ان کے پروگراموں اور خدمات کے رہنما خطوط کے مطابق اونٹاریو ہیلتھ atHome مسیساگا ہالٹن (MH) اور اونٹاریو ہیلتھ atHome ہیملٹن ہیڈیمنڈ برانٹ (HNHB) کے ساتھ معاہدے کے تحت نرسنگ اور ذاتی معاونت کی خدمات (پرسنل سپورٹ سروسز) فراہم کرتی ہے۔ جن خیالات کا اظہار کیا گیا ہے وہ اکلیم ہیلتھ (Acclaim Health) کے ہیں اور ضروری نہیں کہ وہ MH، HNHB، اونٹاریو ہیلتھ یا حکومت اونٹاریو کے ہوں۔