

مرکز کنترل مسمومیت بریتیش کلمبیا (BC Poison Control Centre)

تلفن تماس رایگان: 1-800-567-8911

وبسایت: dpic.org

اولین گام‌های کودک نوپا: بهترین فرصت برای تربیت فرزند-6 تا 36- ماه (ویرایش 3)

اولین گام‌های کودک نوپا یک کتابچه راهنمای والدین است که در ادامه کتابچه بهترین فرصت نوزاد ارائه می‌شود - برای کمک با والدین و پرستاران کودکان 6 تا 36 ماه طراحی شده است.

وبسایت: healthlinkbc.ca/toddlers-first-steps

برای خرید یک نسخه به آدرس: crownpub.bc.ca مراجعه و عبارت

Toddler's First Steps را جستجو کنید.

HealthLink BC اطلاعات و خدمات بهداشتی غیراضطراری را به صورت 24 ساعته و به بیش از 130 زبان در اختیار شما قرار می‌دهد - فقط یک تماس تلفنی یا یک کلیک با آن فاصله دارید.

با شماره 1-1-8 تماس بگیرید تا:

- با یک پرستار درباره علائم خود صحبت کنید
 - با یک داروساز درباره سؤالات مربوط به داروها حرف بزنید
 - توصیه‌هایی درباره تغذیه سالم را از یک متخصص تغذیه دریافت کنید
 - خدمات و منابع بهداشتی نزدیک به خود را پیدا کنید
 - از یک متخصص حرفه‌ای تربیت بدنی اطلاعاتی درباره فعالیت بدنی دریافت کنید
- برای دریافت کمک ناشنویان و کم شنوایان (TTY)، با شماره 1-1-7 تماس بگیرید.
- وبسایت: healthlinkbc.ca

دفاتر بهداشت عمومی/مراکز بهداشت اجتماعی (Public Health Offices/Community Health Centres) برای کمک به رشد جسمی، عاطفی، اجتماعی، ارتباطی و شناختی نوزادان و کودکان، مجموعه‌ای گسترده از خدمات را ارائه می‌دهد. خدمات آن‌ها شامل کلینیک‌های شیردهی، اطلاعات و مشاوره تغذیه، مراجعه سرپایی برای والدین و نوزادان، کلینیک‌های سلامت کودک و خانواده و پیگیری وضعیت نوزاد. برای کسب اطلاعات بیشتر با مقامات بهداشت محلی خود تماس بگیرید.

سوءرفتار و بی‌توجهی

خط کمک به کودکان (Helpline for Children) خدمات خود را در اختیار تمام افراد زیر 19 سال که تجربه سوءاستفاده جسمی، عاطفی و جنسی را داشتند، از جمله رها شدند، تنها گذاشته شدند، ناگرفته شدند، با آن‌ها بدرفتاری شده است یا نیازهای جسمی، عاطفی یا نیازهای پزشکی آن‌ها به عنوان یک کودک تأمین نشده است. همه افراد می‌توانند به صورت 24 ساعته تماس بگیرند، از جمله والدینی که می‌ترسند به کودکشان صدمه بزنند یا کسانی که از سوءرفتار با یک کودک اطلاع دارند. می‌توانید به صورت ناشناس تماس بگیرید.

تلفن: 310-1234 (نیاز به کد ناحیه نیست).

مصرف الکل، دخانیات و مواد مخدر

برای اطلاع از برنامه‌های مربوط به کسانی که با مشکل مصرف الکل یا سایر مخدرها مواجه هستند، با ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود صحبت کنید یا با یکی از منابع زیر تماس بگیرید:

HealthLink BC پشتیبانی خود را به صورت 24 ساعته به بیش از 130 زبان ارائه می‌کند.

تلفن: 1-1-8.

برای دریافت کمک ناشنویان و کم شنوایان (TTY) با شماره 1-1-7 تماس بگیرید.

وبسایت: healthlinkbc.ca

خط ارجاع و اطلاعات درباره مواد مخدر و الکل (The Alcohol and Drug Information and Referral Line) اطلاعات خود را به صورت محرمانه و رایگان ارائه می‌دهد.

تلفن تماس رایگان: 1-800-663-1441.

برنامه سوء مصرف الکل و مواد در میان بومیان ملی (National Native Alcohol and Drug Abuse Program (NNADAP))

در حال حاضر بوجه 10 مرکز درمان اقامتی را تأمین می‌کند. خدمات به بزرگسالان، جوانان و خانواده‌ها ارائه می‌شود.

تلفن تماس رایگان: 1-866-913-0033

وبسایت: fnha.ca/what-we-do/mental-wellness-and-substance-use/treatment-centres

برنامه استانی درمان مصرف مواد مخدر (Provincial Substance Use Treatment Program)

برنامه‌های اقامتی درمان اعتیاد به مواد مخدر را ارائه می‌کند و خدمات درمان اقامتی را به صورت سازمان‌یافته و حمایتی در اختیار افراد قرار می‌دهد. مراجعین 19 سال یا بیشتر سن دارند و با اعتیاد به مواد مخدر روبرو هستند و الگوهای مصرف مواد مخدری نشان می‌دهند که در سطح اجتماعی به شکلی موفقیت‌آمیز رفع نشده است. این برنامه به مدت 90 روز، با 6 تا 12 ماه پشتیبانی پس از مراقبت، ارائه می‌شود.

وبسایت: bcmhsus.ca/our-services/provincial-substance-use-treatment-program

مسکن بدون دود بریتیش کلمبیا (Smoke-Free Housing BC)

وبسایت: smokefreehousingbc.ca

پشتیبانی تولد و پس از بارداری

دونا بین‌المللی (DONA International) یک سازمان جهانی اعطای مجوز به همراهان زائو است. در وبسایت آن‌ها می‌توانید اطلاعاتی درباره انواع خدمات ارائه شده از سوی همراهان زائو دریافت کرده و همراهان زائویی که در نزدیک شما فعالیت دارند، پیدا کنید.

وبسایت: dona.org

برنامه کمک مالی زائو همراه برای خانواده‌های بومی (Doula for)

Aboriginal Families Grant Program از سوی BC Association of First Nations Health Authority و Aboriginal Friendship Centres ارائه می‌شود. هدف این برنامه افزایش نتایج تولد سالم برای خانواده‌های بومی از طریق کاهش موانع پولی برای دسترسی به خدمات همراه زائو است. این برنامه کمک مالی برای هر زایمان به خانواده‌های بومی ساکن BC تا سقف \$1,000 کمک مالی برای پوشش هزینه خدمات همراه زائو ارائه می‌کند.

تلفن: 1-800-990-2432 یا رایگان 250-388-5522

ایمیل: doulasupport@bcaafc.com

وبسایت: bcaafc.com/dafgp

اکنون ترک کنید (QuitNow) مجموعه‌ای گسترده از خدمات ترک سیگار را به شکل 24/7 ارائه می‌کند. مربیان آموزش‌دیده به شما کمک می‌کنند برای ترک کردن برنامه‌ریزی نمایید، میل به مصرف را کنترل و پشتیبانی مستمر دریافت کنید.

تلفن: HealthLink BC به شماره 1-8-

وبسایت: quitnow.ca

شی وی (Sheway) در ونکوور فعال است و خدمات اجتماعی و بهداشتی جامع خود را در اختیار زنانی قرار می‌دهد که باردار هستند یا از کودک زیر 18 ماه مراقبت می‌کنند و با مشکل مصرف مواد دست به گریبان هستند یا بودند. این برنامه متشکل است از مراقبت بهداشتی پیش از زایمان، پس از زایمان و نوزاد؛ آموزش و مشاوره درباره تغذیه، رشد کودک، اعتیاد، HIV و هپاتیت C، مسکن و تربیت فرزند. Sheway همچنین در تأمین نیازهای اساسی، مثل ارائه ناهارهای مغذی روزانه، کوپن‌های غذایی، کیف‌های تغذیه، مکمل‌های غذایی، شیر خشک و لباس هم کمک می‌کند.

وبسایت: vch.ca/Locations-Services/result?res_id=900

خانه هروی (Herway Home) در ویکتوریا فعال است و مراقبت بهداشتی اصلی و حمایت اجتماعی را به زنان باردار و مادرانی ارائه می‌کند که سابقه مصرف مواد مخدر داشتند و ممکن است با مشکلات سلامت روان، خشونت و بحران‌های روحی مواجه شده باشند. خدمات آن شامل مشاوره الکل و مواد مخدر، پشتیبانی تربیت فرزند، اطلاعات بارداری و پس از بارداری، تغذیه، خدمات نوزاد و کودک، حمایت قضایی، اطلاعات درباره کمک درآمدی و اسکان و تماس می‌شود.

تلفن تماس رایگان: 250-519-3681

ایمیل: herwayhome@viha.ca

وبسایت: islandhealth.ca/learn-about-health/pregnancy-birth-babies/herway-home

مرکز هارتوود برای زنان (Heartwood Centre for Women)

یک مرکز اقامتی 30 تخت‌خوابی است که در ونکوور واقع شده و در تمام بریتیش کلمبیا درمان یکپارچه را به زنان (19+)، از جمله زنان تراجنسی، که با سوءمصرف شدید مواد مخدر و چالش‌های سلامت روان دست و پنجه نرم می‌کنند، ارائه می‌دهد.

تلفن: 1-888-300-3088 داخلی 2032

ایمیل: heartwood@cw.bc.ca

وبسایت: bcmhsus.ca/our-services/heartwood-treatment-centre

دفاتر و بیمارستان‌های بهداشت عمومی (Public Health Offices and Hospitals) می‌تواند خدمات شیردهی تکمیلی مانند مشاوره شیردهی، گروه‌های پشتیبانی و مشاوره‌های تلفنی را ارائه کند. برای کسب اطلاعات بیشتر با مقامات بهداشت محلی خود تماس بگیرید.

مراقبت از کودک

دفتر محلی وزارت کودکان و رشد خانواده یا دفاتر بهداشتی می‌توانند برای کمک به شما در انتخاب مرکز مراقبت از کودک، اطلاعاتی در اختیارتان قرار بدهند. همچنین می‌توانید برای مشاهده نکات و اطلاعاتی درباره انتخاب ارائه‌دهندگان مراقبت کودکان به **HealthLink BC** مراجعه کنید.

وبسایت: healthlinkbc.ca/health-topics/aa43308

سازمان مالیاتی کانادا (The Canada Revenue Agency) قوانین مالیاتی دولت کانادا و بیشتر استان‌ها و قلمروها را اجرا نموده و مزایای اقتصادی و اجتماعی و برنامه‌های تشویقی مختلفی که از طریق سیستم مالیاتی در اختیار افراد قرار می‌گیرند، مدیریت می‌کند.

وبسایت: canada.ca/en/revenue-agency/services/child-family-benefits/canada-child-benefit-overview

مراکز خدمات مراقبت از کودک (Child Care Service Centres) اطلاعاتی به بیش از 350 زبان در تمام بریتیش کلمبیا ارائه می‌کند. برنامه‌های مراقبت از کودک وزارت کودکان و رشد خانواده، 8:30 تا 4:30، دوشنبه تا جمعه.

تلفن تماس رایگان: 1-888-338-6622

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/child-care-funding/child-care-benefit

مقررات اعطای گواهی مراقب از کودک (Child Care Licensing Regulations) موارد الزامی برای متصدیان امور کودکان در بریتیش کلمبیا را تشریح می‌کند.

وبسایت: health.gov.bc.ca/ccf/child_care

یافتن مراقبت کودک (Find Child Care) برنامه‌ها و خدمات درون استانی که نیازهای خانواده شما را تأمین می‌کنند.

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children/search-for-child-care

اتحادیه خدمات همراه زائو در بریتیش کلمبیا (Doula Services Association of BC) پشتیبانی همراه زائو را برای خانواده‌های بریتیش کلمبیا ترویج می‌کند. هدف آن‌ها افزایش آگاهی درباره نقش زائوهای پریناتال (بارداری، تولد، پس از بارداری، سقط) در بریتیش کلمبیا است تا یک خدمت قابل ارجاع برای خانواده‌های بریتیش کلمبیا فراهم کند و آموزش‌های لازم را در اختیار اعضا، افراد حرفه‌ای در زمینه مراقبت بهداشتی و عموم مردم قرار بدهد. در برنامه ارجاع آن‌ها، پشتیبانی زائوی داوطلبانه در اختیار خانواده‌های کم درآمد قرار می‌گیرد.

وبسایت: bcdoulas.org/find-a-doula

اطلاعات پشتیبانی تولد، HealthLink BC

وبسایت: healthlinkbc.ca/health-topics/tn9822

مشارکت پرستار-خانواده (Nurse-Family «همسران» hip) یک برنامه بهداشت عمومی رایگان برای والدینی است که اولین فرزندشان متولد می‌شود و در آن اطمینان حاصل می‌شود والدین و نوزاد در حال تولد در هنگام زایمان، پس از تولد نوزاد و تا زمانی که کودک به سن 2 سالگی برسد، پشتیبانی دریافت کنند.

وبسایت: healthlinkbc.ca/pregnancy-parenting/pregnancy/healthcare-providers-during-pregnancy/nurse-family-partnership

شیردهی

لیگ لا لچه کانادا (La Leche League Canada) اطلاعات و پشتیبانی تغذیه نوزاد از شیر مادر را از طریق تماس مادران با مادران تشویق، تبلیغ و ارائه می‌کند.

وبسایت: lllc.ca

اتحادیه مشاوران شیردهی بریتیش کلمبیا (British Columbia Lactation Consultants Association) یک سازمان بین‌المللی مشاوران شیردهی دارای گواهی بود (IBCLCs) و سایر کسانی است که مایل هستند از تغذیه با شیر مادر حفاظت، پشتیبانی کرده و آن را ترویج کنند.

وبسایت: bclca.ca

خدمات تغذیه‌ای، HealthLink BC یک خط تماس است که توسط متخصصین تغذیه دارای گواهی اداره می‌شود و می‌تواند به سؤالات عمومی و اختصاصی شما درباره تغذیه پزشکی پاسخ بدهد. خدمات ترجمه به 130 زبان در دسترس است.

تلفن: 1-8-1

برای دریافت کمک ناشنویان و کم شنوایان (TTY) با شماره 1-7-1-1 تماس بگیرید.

وبسایت: healthlinkbc.ca/dietitian-services

پشتیبانی از کودک

خدمات عدالت خانواده (Family Justice Services) اطلاعاتی درباره حمایت دولتی از خانواده‌ها در اختیار دارد.

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/life-events/divorce/family-justice

وزارت دادستانی: برنامه صیانت از خانواده (Family Maintenance Enforcement Program) اطلاعاتی درباره پشتیبانی مالی دولتی برای خانواده‌ها ارائه می‌کند.

وبسایت: fmep.gov.bc.ca/about-the-program

مراقبت دهان و دندان

اتحادیه دندانپزشکی بریتیش کلمبیا (British Columbia Dental Association)

تلفن با تماس رایگان: 1-888-396-9888

لوئر مین‌لند: 604-736-7202

وبسایت: bcdental.org

اتحادیه بهداشت دهانی بریتیش کلمبیا (BC Dental Hygienists' Association)

تلفن: 604-415-4559

وبسایت: bcdha.bc.ca

برنامه کودکان سالم بریتیش کلمبیا (BC Healthy Kids Program) به خانواده‌های با درآمد کمتر در تأمین هزینه‌های پایه دندانپزشکی برای کودکان کمک می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت مراجعه یا با واحد بهداشت عمومی خود صحبت کنید.

تلفن تماس رایگان: 1-866-866-0800

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/healthy-women-children/child-teen-health/dental-eyeglasses

Smiles 4 Canada برنامه‌ای است که توسط بنیان پیشبرد ارتودنسی کانادا (CFAO) و با همکاری اتحادیه متخصصان ارتودنسی کانادا (CAO) اجرا می‌شود. این برنامه، درمان ارتودنسی را در اختیار آن دسته از کانادایی‌های جوان که قادر به تأمین هزینه‌ها نیستند، قرار می‌دهد.

وبسایت: smiles4canada.ca

وزارت کودکان و توسعه خانواده بریتیش کلمبیا (BC's Ministry of Children and Family Development) اطلاعاتی درباره نحوه انتخاب مراقبت از کودک و گزینه‌های مراقبت از کودک محلی در اختیار دارد.

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/caring-for-young-children

راهنمای والدین برای انتخاب و نظارت روی مراقبت از کودک (Parents' Guide to Selecting and Monitoring Child Care) یک بروشور از طرف دولت بریتیش کلمبیا است که به شما در تصمیم‌گیری درباره مراقبت از کودک کمک می‌کند.

وبسایت: gov.bc.ca/assets/gov/health/about-bc-s-health-care-system/child-day-care/parents_guide_to_selecting_and_monitoring_child_care_in_bc_june_2016.pdf

رشد کودک

برنامه رشد نوزاد اتحادیه رشد نوزاد و کودک بریتیش کلمبیا (The Infant Development Program of the Infant and Child Development Association of BC)

خدمات پیشگیری و مداخله زودهنگام در منزل را به نوزادان و کودکان تا سن 3 سال ارائه می‌کند. مشاوران وضعیت کودکان را بررسی نموده و به خانواده‌ها در کسب ابزار، مهارت‌ها و ارتباطات اجتماعی مورد نیاز برای رسیدن به رشد بهینه کودکان کمک و از چالش‌های رشدی حمایت می‌کنند. برای پیدا کردن یک برنامه در ناحیه خود، از پرستار بهداشت عمومی یا ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود سؤال کنید.

وبسایت: icdabc.ca/programs/infant-development-program

دکودا (DECODA) از طریق فعالیت‌ها و بازی‌های جالب، به کودکان از بدو تولد تا 5 سالگی پایه‌ای قوی برای آموختن، داشتن فعالیت جسمی و تغذیه سالم ارائه می‌کند. این برنامه به یادگیری و ایجاد رابطه ارزش می‌دهد که در زمان بازی کودکان با پرستاران اتفاق می‌افتد.

وبسایت: decoda.ca/resources

آماده، در جا، یادگیری (Ready, Set, Learn) یک ابتکار از دولت بریتیش کلمبیا است که به خانواده‌ها کمک می‌کند با سیستم درسه و نهادهای اجتماعی ارتباط پیدا کنند.

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/education-training/early-learning/support/programs/ready-set-learn

شروع قوی (Strong Start) یک سازمان خیریه مجاز در کانادا است که به کودکان کمک می‌کند خواندن را بیاموزند.

وبسایت: strongstart.ca

بهترین فرصت نوزاد

تنظیم خانواده/پیشگیری از بارداری

اقدام کانادا برای سلامت و حقوق جنسی (Action Canada for Sexual Health & Rights) یک سازمان خیریه حقوق بشری است که خود در راستای پیشبرد و حفظ حقوق و سلامت جنسی و تولید مثل و در کانادا و سراسر جهان مشغول فعالیت است.

وبسایت: actioncanadashr.org/about/who-we-are

گزینه‌های برای سلامت جنسی (Options for Sexual Health) یک خط تماس محرمانه ارائه می‌کند که توسط پرستاران دارای مجوز و داوطلبانه دوره دیده اداره می‌شود.

تلفن تماس رایگان: 1-800-739-7367

لوئر مین‌لند: 604-731-7803

وبسایت: optionsforsexualhealth.org

منابع خانوادگی

برنامه منابع خانوادگی **BC (BC Family Resource Program)** یک سازمان استانی غیرانتفاعی است که در راستای افزایش آگاهی درباره اهمیت برنامه‌های اجتماع محور برای کمک به خانواده‌ها (FRPها) فعالیت دارد. FRP در اجتماعات مختلف در سراسر استان خدمات خود را ارائه کرده و به عنوان یک مرکز اجتماعی فعالی دارد که هدفش ارتقا و حمایت از توسعه سلامت خانواده‌هایی است که فرزندان نوزاد تا 6 ساله دارند.

وبسایت: frpbc.ca

مشاوره خانواده‌های بریتیش کلمبیا (BC Council for Families) منابع آموزشی درباره تربیت فرزند، رشد کودک، رابطه والد-نوجوان، تعادل کار-زندگی، آگاهی درباره خودکشی و سایر منابع را ارائه می‌کند. اطلاعاتی درباره پدری کردن مؤثر و تربیت فرزند به شکل کلی روی و بسایت در دسترس است. منابع مربوط به پدری کردن برای فروش هم عرضه می‌شوند. اطلاعات مربوط به مشارکت در تربیت فرزند و برنامه‌های سفارشی‌سازی شده و همچنین آموزش‌های موجود را می‌توانید بر روی سایت مشاهده کنید.

تلفن: 604-678-8884

وبسایت: bccf.ca



انجمن خانه‌های انتقالی بریتیش کلمبیا (BC Society of Transition Houses) یک سازمان چتری استانی و عضو محور است که رهبری، حمایت و همکاری خود را در راستای ارتقاء مجموعه‌ای گسترده از خدمات در بریتیش کلمبیا که روی پیشگیری و پاسخ به خشونت خانگی علیه زنان، کودکان و نوجوانان، ارائه می‌کند.
وبسایت: bcsth.ca

مرکز اطلاعات خشونت جنسیت محور (Gender-Based Violence Knowledge Centre) یک قطب اطلاعات و منابع درباره خشونت جنسیت محور است.
وبسایت: cfc-swc.gc.ca/violence/knowledge-connaissance/index-en.html

تلفن کمک به کودکان تنها خط تلفن مشاوره، ارائه اطلاعات و ارجاع رایگان و 24 ساعته در کانادا برای جوانان است.

تلفن تماس رایگان: 1-800-668-6868

عبارت HOME را به این شماره پیامک کنید: 686868

وبسایت: kidshelpphone.ca

خشونت خانوادگی را متوقف کنید (Stop Family Violence) یک منبع تک مرحله‌ای برای کسب اطلاعات درباره خشونت خانگی است.
وبسایت: phac-aspc.gc.ca/sfv-avf/index-eng.php

موسسه پایاپای ملی خشونت خانوادگی (National Clearinghouse on Family Violence) یک مرکز منابع برای کسب اطلاعات درباره خشونت در رابطه‌های خویشاوندی، صمیمی، وابسته یا اعتماد محور است.

وبسایت: cleoconnect.ca/organization/national-clearinghouse-on-family-violence

خط قربانی بریتیش کلمبیا (VictimLinkBC) یک خط کمک تلفنی استانی برای قربانیان خشونت خانوادگی و جنسی و تمام جرائم دیگر است. VictimLinkBC به صورت 24 ساعت، در 7 روز هفته، فعالیت دارد و خدمات خود را به 110 زبان ارائه می‌کند. یک کارمند خدمات قربانیان به شما کمک می‌کند اطلاعات نزدیک‌ترین مرکز خدمات قربانیان را بیابید.

تلفن تماس رایگان: 1-800-563-0808

برای دریافت کمک ناشنویان و کم‌شنوایان (TTY): 604-875-0885

پیامک بزنید: 604-836-6381

ایمیل: VictimLinkBC@bc211.ca

وبسایت: victimlinkbc.ca

نماینده بریتیش کلمبیا برای کودکان و نوجوانان (British Columbia Representative for Children and Youth) از کودکان، جوانان و خانواده‌هایی حمایت می‌کند که برای مدیریت سیستم خدمات کودک به کمک نیاز دارند و برای ایجاد تغییر در خود سیستم هم تلاش می‌کند.

نماینده مسئول حمایت از کودکان و جوانان برای حفاظت از حقوق و کسانی است که بیش از همه در معرض آسیب قرار دارند، از جمله کسانی که:

- تحت مراقبت هستند و در خانه‌های فاستر یا گروهی زندگی می‌کنند
- ذیل یک برنامه دولتی در خانه یکی از اقوام سکونت دارند
- در دارالتادیب هستند

نماینده کودکان و نوجوانان یک مأمور مستقل قانون‌گذاری است و از طریق وزارت استانی گزارش خود را ارائه نمی‌کند.

تلفن تماس رایگان: 1-800-476-3933

وبسایت: rcybc.ca

مؤسسه وانیر خانواده (Vanier Institute of the Family) یک سازمان ملی است که فعالیت خود را وقف ارتقاء رفاه خانواده‌های کانادایی کرده است. وبسایت آن منابعی درباره مسائل مختلف مربوط به خانواده‌ها ارائه می‌کند.

وبسایت: vanierinstitute.ca

خشونت خانوادگی

وقتی خشونت رخ دهد، کمک وجود دارد.

در موارد اضطراری با شماره 1-1-9 تماس بگیرید و پلیس بخواهید. اگر در جامعه شما امکان دسترسی به خدمات 1-1-9 وجود ندارد، شماره تلفن تماس اضطراری با پلیس محلی را در صفحه اول شماره تلفن و ذیل قسمت «Emergency» پیدا کنید.

اتحادیه پایان خشونت بریتیش کلمبیا

وبسایت: endingviolence.org

مرکز پدر (Dad Central) پدرهای جامعه را با هم مرتبط می‌کند، به آن‌ها ایده و آن‌ها را آموزش می‌دهد تا در کنار هم و با ارائه منابع کتابخانه‌ای و راهنمایی‌های لازم برای انجام وظایف پدرانه، فرزندان سالم‌تر تربیت کنند.

وبسایت: dadcentral.ca

مقامات بهداشتی

بهداشت شمال

تلفن: 250-565-2649

وبسایت: northernhealth.ca

بهداشت مرکز

تلفن: 250-469-7070

وبسایت: interiorhealth.ca

بهداشت جزیره

تلفن: 250-370-8699

وبسایت: islandhealth.ca

بهداشت ساحلی ونکوور

تلفن تماس رایگان: 1-866-884-0888

لوئر مین‌لند: 604-736-2033

وبسایت: vch.ca

بهداشت فریزر

تلفن: 604-587-4600 یا رایگان 1-877-935-5669

وبسایت: fraserhealth.ca

مقامات خدمات بهداشت استانی BC

تلفن: 604-675-7400

وبسایت: phsa.ca

شنوایی

برنامه شنوایی زودهنگام BC (BC Early Hearing Program) برنامه شنوایی زودهنگام BC (BCEHP) یک برنامه غربالگری شنوایی در سطح استان است که در آن وضعیت شنوایی نوزادان متولد شده در BC بررسی می‌شود. در این برنامه، خدمات ترکیبی، از غربالگری شنوایی گرفته تا انجام آزمایش‌های مربوطه، ارائه می‌شود و پس از شناسایی افراد ناشنوا، حمایت‌های زبانی زودهنگام هم در اختیار افراد قرار می‌گیرد.

وبسایت: phsa.ca/our-services/programs-services/bc-early-hearing-program

جامعه منابع شنوایی خانوادگی (BC Family Hearing Resource Society)

یک سازمان غیرانتفاعی است که خدمات مربوط به مداخله پزشکی، حمایت، آموزش، آموزش زبان اشاره و نظارت هم نوع را در اختیار تمام خانواده‌های ساکن BC قرار می‌دهد.

وبسایت: bcfamilyhearing.com

مرکز شنوایی و گفتار کودکان BC (Children's Hearing and Speech Centre of BC)

یک مرکز آموزشی و بالینی خانواده محور است که آموزش لازم را در اختیار کودکان مبتلا به نقص شنوایی و گفتاری قرار می‌دهد و با ارائه مهارت‌ها و دادن اعتماد به نفس لازم به کسانی که نیاز دارند به بالاترین حد توانایی‌های بالقوه خود برسند، این کار را انجام می‌دهد.

وبسایت: childrenshearing.ca

انجمن کودکان ناشنوا BC (Deaf Children Society of BC)

یک نهاد غیرانتفاعی است که منابع، برنامه‌ها، حمایت و اطلاعات خود را در اختیار خانواده‌های دارای کودکان ناشنوا یا کم شنوا از بدو تولد تا پنج سالگی، قرار می‌دهد.

وبسایت: www.deafchildren.bc.ca

خدمات استانی برای افراد ناشنوا و کم‌شنوا (Provincial Deaf and Hard of Hearing Services)

یک مکان امن برای کاوش و دستیابی به موفقیت‌های فردی با بهره‌گیری از زبان اشاره آمریکایی (ASL) در یک محیط انگلیسی زبان، در اختیار کودکان ناشنوا و کمک شنوا قرار می‌دهد.

وبسایت: www2.gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/

child-behaviour-development/special-needs/deaf-hard-of-hearing-

deafblind-blind-partially-sighted/deaf-hard-of-hearing

انجمن مراقبت از کودکان بومی بریتیش کلمبیا (BC Aboriginal Child Care Society) یک سازمان استانی غیرانتفاعی که برنامه‌های آموزش زود هنگام بومیان را در سراسر بریتیش کلمبیا ارائه می‌کند.
وبسایت: acc-society.bc.ca

برنامه رشد نوزاد بومی (Aboriginal Infant Development Program) پیشگیری‌ها و خدمات مداخله زود هنگام با تطابق فرهنگی را به نوزادان بومی در منزل ارائه می‌کند. این سازمان به صورت موازی با BC Infant Development Program فعالیت دارد. برای اطلاع از برنامه‌های محلی، با Office of the Provincial Advisor for Aboriginal Infant Development Programs در واحد بهداشت عمومی خود تماس بگیرید.
تلفن تماس رایگان: 1-866-388-4881
وبسایت: aidp.bc.ca

رشد کودک تحت حمایت بومی (Aboriginal Supported Child Development) یک برنامه اجتماع محور است که مجموعه‌ای از خدمات مشاوره‌ای و حمایتی را به شکلی معنادار و مرتبط در اختیار کودکان، خانواده‌ها و مراکز مراقبت از کودکان قرار می‌دهد تا نیازهای حمایتی بیشتری که کودکان برای مشارکت در یک محیط مراقبت پذیرا برای مراقبت از کودکان نیاز دارند، برآورده گردند. برای پیدا کردن یک برنامه در ناحیه خود، با پرستار بهداشت عمومی یا ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود صحبت یا به وبسایت مراجعه کنید.
وبسایت: ascdp.bc.ca

اتحادیه مراکز دوستی بومیان بریتیش کلمبیا (BC Association of Aboriginal Friendship Centres) با هدف ارتقاء کیفیت زندگی اقوام بومی کانادا و حفاظت و حفظ فرهنگ بومی در جهت حفظ منافع تمام کانادایی‌ها فعالیت می‌کند.
تلفن تماس رایگان: 1-800-990-2432
وبسایت: bcaafc.com

مقامات سلامت ملی اقوام اولیه (FNHA) مسئول برنامه‌ریزی، مدیریت و ارائه خدمات و تأمین بوجه برنامه‌های بهداشتی، با همکاری جوامع متشکل از اقوام اولین در بریتیش کلمبیا، است. FNHA با هدف جا دادن ایمنی و فروتنی فرهنگی در ارائه خدمات بهداشتی در جهت بازتعمیر نحوه ارائه مراقبت بهداشتی به اقوام اولیه بریتیش کلمبیا از طریق خدمات مستقیم، همکاری‌های مشترک استانی و نوآوری در سیستم‌های بهداشتی در حال تلاش است. در رابطه با بهداشت مادر، کودک و خانواده، رویکرد FNHA عبارت است از سلامت و رفاه امروز و آینده برای تمام اعضای خانواده.
تلفن تماس رایگان: 1-866-913-0033
وبسایت: fnha.ca/what-we-do/maternal-child-and-family-health/healthy-pregnancy-and-early-infancy

فایل‌های HealthLink BC حاوی اطلاعاتی درباره بسیاری از موضوعات مربوط به واکسن است.
وبسایت: healthlinkbc.ca

ایمن‌سازی بریتیش کلمبیا (ImmunizeBC) اطلاعاتی درباره ایمن‌سازی در بریتیش کلمبیا در اختیار دارد، از جمله درباره سؤالات رایج.
وبسایت: immunizebc.ca

انجمن متخصصین اطفال بریتیش کلمبیا (BC Pediatric Society) به حمایت قانونی برای افزایش سلامت در نوزادان، کودکان، جوانان و خانواده‌های آن‌ها کمک می‌کند.
وبسایت: bcpeds.ca/families/immunization

واکسیناسیون و فرزند شما (Vaccination and Your Child) یک منبع آنلاین از انجمن متخصصین اطفال کانادا است که به بسیاری از سؤالات رایج درباره واکسن زدن به کودک، پاسخ می‌دهد.
وبسایت: caringforkids.cps.ca/handouts/vaccination_and_your_child

خدمات بومیان

برنامه کمک مالی به خانواده‌های بومی برای همراه زائو (Doulas for Aboriginal Families Grant Program) از سوی BC Association of Aboriginal Friendship Centres و First Nations Health Authority ارائه می‌شود. هدف این برنامه افزایش نتایج تولد سالم برای خانواده‌های بومی از طریق کاهش موانع پولی برای دسترسی به خدمات همراه زائو است. این برنامه کمک مالی برای هر زایمان به خانواده‌های بومی ساکن بریتیش کلمبیا تا سقف \$1,000 کمک مالی برای پوشش هزینه خدمات همراه زائو ارائه می‌کند.
تلفن: 1-800-990-2432 رایگان یا 250-388-5522
ایمیل: doulasupport@bcaafc.com
وبسایت: bcaafc.com/dafgp

اتحادیه شروع پیشروی بومیان بریتیش کلمبیا (Aboriginal Head Start Association of BC) شامل 12 محل پیش‌دبستانی Aboriginal Head Start می‌شود که آموزش کودکی زود هنگام و خدمات مربوط به آن را در اختیار کودکان بومی و خانواده‌های آن‌ها قرار می‌دهند.
وبسایت: ahsabc.net

منابع پزشکی

کالج پزشکان خانوادگی بریتیش کلمبیا (BC College of Family Physicians)

تلفن: 604-736-1877

وبسایت: bccfp.bc.ca

دانشکده پرستاری و مامایی بریتیش کلمبیا (British Columbia College of Nurses & Midwives)

روى فعاليت مربوط به پرستارى و مامايى نظارت دارد و فهرست آنلاين پرستاران، پزشک پرستاران و ماماها را ارائه می‌کند. پزشک پرستاران می‌توانند مراقبت اصلی را به افراد و خانواده‌های نیازمند ارائه کننده مراقبت اصلی ارائه کنند. ماماها مراقبت اصلی را به افراد باردار سالم و کودکان نوزاد آن‌ها از ابتدای بارداری تا زمان زایمان و تولد، و حدود 6 هفته پس از تولد، ارائه می‌کنند.

تلفن: 604-742-2230

وبسایت: registry.bccnp.ca/ElasticSearch/Search

انجمن متخصصین اطفال کانادا (Canadian Pediatric Society)

مراقبت بهداشتی با کیفیت برای کودکان کانادایی را ترویج و دستورالعمل‌های مربوط به اطفال را اعمال می‌کند. این سازمان مطالب آموزش را در رابطه با موضوعات مختلف، از جمله بارداری، واکسیناسیون، ایمنی و سلامت دهان و دندان ارائه می‌کند.

تلفن: 613-526-9397

وبسایت: cps.ca

مراقبت از کودکان (Caring for Kids)

یک وبسایت است که اطلاعاتی درباره سلامت و رفاه کودکان در اختیار والدین قرار می‌دهد. این وبسایت توسط انجمن متخصصین اطفال کانادا تهیه شده است.

وبسایت: caringforkids.cps.ca

قوم متیس بریتیش کلمبیا - کودکان و خانواده‌ها با ارائه برنامه‌ها و خدماتی که از نظر اجتماعی و اقتصادی مرتبط هستند، فرصت‌های اجتماعات ویژه متیس و قوم متیس در بریتیش کلمبیا را رشد و ارتقاء می‌دهد.

وبسایت: mnb.ca/mnbc-ministries/children-and-families

خط بحران KUU-US یک خط تلفن بحرانی با ایمنی فرهنگی و 24/7 است، بدون در نظر گرفتن اینکه افراد در کجای BC اقامت دارند. خدمات KUU-US برای اقوام اولیه هستند، توسط اقوام اولیه ارائه می‌شوند و تمام پرسنل بخش پاسخ بحرانی گواهی و آموزش‌های لازم درباره ایمنی فرهنگی بومیان را دریافت کردند.

تلفن تماس رایگان: 1-800-588-8717

خط جوانان: 250-723-2040

خط بزرگسالان: 250-723-4050

وبسایت: www.kuu-uscrisisline.com

LGBTQ2S

مراقبت ترانس بریتیش کلمبیا (Trans Care BC) والدین تراجنسی، دو روح و دارای تنوع جنسی را به ارائه‌دهندگان مراقبت حمایت‌گر و تأییدکننده هویت جنسی ارتباط می‌دهد.

تلفن تماس رایگان: 1-866-999-1514

ایمیل: transcareteam@phsa.ca

وبسایت: phsa.ca/transcarebc

QMUNITY یک سازمان غیرانتفاعی واقع در ونکوور است که برای ارتقاء زندگی دگرباشان، افراد تراجنسی و دو روح تلاش می‌کند. این سازمان یک فضای امن‌تر در اختیار افراد LGBTQ2S و همراهان آن‌ها قرار می‌دهد تا خودشان را به طور کامل ابراز و احساس کنند پذیرفته می‌شوند. ساختمان این سازمان به عنوان یک تسریع‌کننده ابتکارات اجتماعی و قدرت گروهی عمل می‌کنند و خدمات حمایت فردی، اطلاعات‌رسانی و ارجاع را ارائه می‌کنند تا افراد دگرباش، تراجنسی و دو روح در تمام سنین بتوانند یک زندگی سالم‌تر و شادتر داشته باشند. برنامه‌های آن‌ها مشاوره رایگان و کم‌هزینه، کلینیک STI، ارائه خدمات حقوقی رایگان از طریق Access Pro-Bono و یک کلینیک سرپایی اشتغال را شامل می‌شود.

تلفن: 604-684-5307 داخلی 100

ایمیل: reception@qmunity.ca

وبسایت: qmunity.ca

کلینیک اوک تری (Oak Tree Clinic) در بریتیش کلمبیا مرکز بهداشت و بیمارستان زنان مراقبت ویژه و فوق تخصصی HIV را در اختیار زنان در تمامی گروه‌های سنی قرار می‌دهد. از این جمله می‌توان به مراقبت از زمان تولد تا کودکی، نوجوانی و بزرگسالی - از جمله سلامت اندام تناسلی زنان، بارداری، یائسگی و پس از آن - در یک محیط امن، اشاره کرد.

تلفن: 1-888-711-3030

وبسایت: bcwomens.ca/our-services/specialized-services/hiv-care-for-women-families-or-bcwomens.ca

انجمن متخصصین زنان و زایمان کانادا (SOGC) یکی از سازمان‌های پیشرو در زمینه مراقب بهداشتی از اندام تناسلی زنان است. SOGC آموزش عمومی درباره موضوعات مهم و مربوط به سلامت زنان را ارائه می‌کند.

تلفن تماس رایگان: 1-800-561-2416

وبسایت: sogc.org

سلامت روان

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره گروه‌های حمایتی برای افسردگی پری‌ناتال، با واحد بهداشت عمومی خود تماس بگیرید.

برنامه سلامت روان تولید مثل بریتیش کلمبیا (BC Reproductive Mental Health Program) منابعی درباره سلامت روان ارائه می‌کند، از جمله

ابزاری که می‌توانید خودتان از آن‌ها استفاده کنید. این برنامه از طریق ارجاع توسط ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی، مشاوره افسردگی در دوران بارداری و پس از تولد را ارائه می‌کند.

وبسایت: reproductivementalhealth.ca

انجمن حمایت پس از زایمان پاسیفیک (Pacific Post Partum Support Society) یک انجمن غیرانتفاعی است که تلاش‌های خود را وقف پشتیبانی از نیازهای مادران پس از زایمان و خانواده‌های آن‌ها کرده است. دریافت حمایت از طریق

تلفن، پیامک یا این راهنما امکان‌پذیر است، افسردگی و اضطراب پس از زایمان: یک راهنمای خودیاری برای مادران.

تلفن تماس رایگان: 1-855-255-7999

تلفن: 604-255-7999

وبسایت: postpartum.org

خطر بحران BC حمایت عاطفی خود را در اختیار جوانان، بزرگسالان و سالمندانی که دچار مشکل هستند، در 24 ساعت شبانه‌روز، 7 روز هفته، قرار می‌دهد.

تلفن تماس رایگان: 1-800-784-2433

وبسایت: crisiscentre.bc.ca

HealthLink BC اطلاعاتی درباره سلامت روانی و مجموعه‌ای از سایر عنوانی بهداشتی، ارائه می‌کند.

تلفن: 1-800-663-4709

وبسایت: healthlinkbc.ca/mental-health

خط بحران KUU-US یک خط تلفن بحرانی با ایمنی فرهنگی و 24/7 است، بدون در نظر گرفتن اینکه افراد در کجای BC اقامت دارند. خدمات KUU-US برای اقوام اولیه هستند، توسط اقوام اولیه ارائه می‌شوند و تمام پرسنل بخش پاسخ بحرانی گواهی و آموزش‌های لازم درباره ایمنی فرهنگی بومیان را دریافت کردند.

تلفن تماس رایگان: 1-800-588-8717

خط جوانان 250-723-2040

خط بزرگسالان: 250-723-4050

وبسایت: www.kuu-uscrisisline.com

نقشه خدمات مصرف مواد مخدر و سلامت روان (Mental Health and Substance Use Service Map) یک فهرست قابل جستجو از منابع و خدمات سلامت روانی و استفاده از مواد مخدر است که به صورت اجتماعی سازمان‌دهی شده است.

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/mental-health-support-in-bc/map

اتحادیه زندگی با حضور ذهن بریتیش کلمبیا (BCALM) یک انجمن

غیرانتفاعی است که در جهت تسهیل افزایش ذهن‌آگاهی و کاهش تنش در خانه، مدرسه و محل کار در تمام بریتیش کلمبیا است. در اینجا، برنامه‌های مدیریت استرس ذهن‌آگاهی محور در تمام استان ارائه می‌شوند که بعضی از آن‌ها با ارجاع از سوی ارائه‌کننده مراقبت اصلی، تحت پوشش MSP قرار می‌گیرند.

ایمیل: info@bcalm.ca

وبسایت: bcalm.ca

کلینیک بارداری آغازی نو (New Beginnings Maternity Clinic) مراقبت زایمان جامع در اختیار مادرانی قرار می‌دهد که هنوز از پوشش طرح خدمات پزشکی استانی (MSP) برخوردار نیستند، دچار مشکلات مالی قابل توجه هستند و معیارهای کسب صلاحیت مشخص شده توسط بیمارستان زنان BC را دارند.

تلفن: 604-875-2396

وبسایت: bcwomens.ca/our-services/pregnancy-prenatal-care/maternitycare-for-new-immigrants

برنامه موقت بهداشت فدرال (IFHP) بعضی از خدمات پزشکی خاص پیش از عزیمت را برای پناهندگانی که برای اقامت مجدد به کانادا می‌آیند، تحت پوشش قرار داده و پوشش موقت و محدود مزایای مراقبت بهداشتی را به کسانی عرضه می‌کند که صلاحیت استفاده از بیمه سلامت استانی یا قلمرویی (PT) را ندارند.

وبسایت: canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/refugees/help-within-canada/health-care/interim-federal-health-program/coverage-summary

به BC خوش آمدید (Welcome BC) خدمات و پشتیبانی‌های زیادی در اختیار افراد تازه وارد قرار می‌دهد تا به آن‌ها در اقامت در استان، کمک کند.

وبسایت: www.welcomebc.ca/Resources-For/Communities-Service-Providers/Services-and-programs-for-newcomers

تغذیه

راهنمای تغذیه کانادا از طریق وبسایت Health Canada در دسترس است.

وبسایت: food-guide.canada.ca/en

خدمات تغذیه‌ای - HealthLink BC می‌تواند به سؤالات شما درباره غذای سالم، خوراکی‌ها و تغذیه پاسخ بدهد. متخصصین تغذیه ثبت شده از طریق ایمیل یا به صورت تلفنی از ساعت 9 صبح تا 5 عصر، دوشنبه تا جمعه در دسترس هستند. خدمات به بیش از 130 زبان در دسترس قرار دارد.

تلفن تماس رایگان: 1-800-661-1171 (یا 1-7-1-1 برای افراد ناشنوا یا کم‌شنوا)

ایمیل: healthlinkbc.ca/healthy-eating/email-healthlinkbc-dietitian

وبسایت: healthlinkbc.ca/dietitian-services

تربیت فرزند

گروه‌های حمایتی مانند *Parents without Mother Goose* «همسران»، *Mother Goose* و *Nobody's Perfect*، همچنین برنامه منابع خانواده (*Family Place*) در بسیاری جوامع در دسترس هستند. با واحد بهداشت عمومی، سازمان بهداشت روانی یا مرکز منابع خانوادگی تماس بگیرید.

BC211 افراد را به جامعه، دولت و خدمات اجتماعی مورد نیاز متصل می‌کند. کمک به صورت محرمانه به زبان‌های بسیاری در دسترس قرار دارد. هر روز از ساعت 8 صبح تا 11 شب تماس بگیرید، آنلاین گفتگو کنید یا به شماره 1-1-2 پیامک بزنید.

تلفن / پیامک: 1-1-2

وبسایت: bc211.ca

انجمن خدمات حمایت والدین بریتیش کلمبیا (Parent Support Services Society of BC)

کلمبیا از طریق برنامه حلقه‌های حمایت اولیا، در اختیار والدین، پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌های مسئول نگهداری از نوه، اقوامی که از کودکان مراقبت می‌کنند و تمام پرستاران کودک قرار می‌دهد.

وبسایت: parentsupportbc.ca/support-circles

فعالیت بدنی

خدمات فعالیت بدنی - HealthLink BC توسط افرادی حرفه‌ای در زمینه تربیت بدنی اداره می‌شوند که اطلاعات عمومی درباره تربیت بدنی و دستورالعمل‌های حرفه‌ای را در اختیار ساکنان بریتیش کلمبیا قرار می‌دهند تا به آن‌ها در داشتن فعالیت بدنی بیشتر و یک سبک زندگی سالم‌تر کمک کنند. خدمات ترجمه به 130 زبان در دسترس قرار دارد.

تلفن: 1-800-661-1171 (یا 1-7-1-1 برای ناشنوایان و کم‌شنوایان)

وبسایت: healthlinkbc.ca/physical-activity

دستورالعمل‌های تحرک 24-ساعت کانادا (Canadian 24-Hour Movement Guidelines)

میزان خواب، بی‌تحرک بودن و فعالیت بدنی کودکان در یک بازه زمانی 24 ساعته وجود دارد.

وبسایت: csepguidelines.ca

داروهای تجویزی

فارماکیر (PharmaCare) به داروهای تجویزی و تجهیزات پزشکی واجد شرایط، یارانه می‌دهد.

تلفن تماس رایگان: 1-800-663-7100

لوئر مین‌لند: 604-683-7151

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/
pharmacare-for-bc-residents

ایمنی

برنامه ایمنی مسافر کودک (BCAA Child Passenger Safety Program)

اطلاعات و منابعی ارائه می‌کند تا کودکان در زمان مسافرت در جاده‌های بریتیش کلمبیا از ایمنی لازم برخوردار باشند.

تلفن تماس رایگان: 1-877-247-5551

وبسایت: bcaa.com/community/child-car-seat-safety

واحد تحقیقات و پیشگیری از آسیب بریتیش کلمبیا (BC Injury Research and Prevention Unit)

برگه‌های اطلاعاتی مهمی از طریق ایمیل ارائه می‌کند.

وبسایت: injuryresearch.bc.ca

شورای ایمنی کانادا (Canada Safety Council)

یک سازمان خیریه غیردولتی و ملی است که اطلاعات، آموزش‌ها و آگاهی درباره ایمنی را ارائه می‌کند و ترافیک، خانه، کار و تفریح را پوشش می‌دهد.

تلفن: 613-739-1535

وبسایت: canadasafetycouncil.org

صلیب سرخ کانادا (Canadian Red Cross)

کمک‌های اولیه، CPR و مهارت‌های پایه برای مقابله با شرایط اضطراری را آموزش می‌دهد.

تلفن تماس رایگان: 1-877-356-3226

وبسایت: redcross.ca

گروه فعالیت محیط زیستی (Environmental Working Group)

سازمان غیرانتفاعی است که اطلاعات خود را برای حمایت از انتخاب مشتریان و اقدامات مدنی ارائه می‌کند. آن‌ها راهنمایی‌های مشتریان را برای کمک به افراد و خانواده‌هایشان در کاهش قرار گرفتن در معرض حشره‌کش‌ها و مواد سمی منتشر می‌کنند، و خانه‌ها و محیط زیستی سالم را ترویج می‌کنند.

وبسایت: ewg.org

HealthLink BC

وبسایت: healthlinkbc.ca

حمایت پس از زایمان

اتحادیه برنامه‌های ارتباط با بارداری (BC Association of Pregnancy Outreach Programs)

حمایت رایگان پس از زایمان ارائه می‌کند، از جمله در قالب پروژه آزمایشی بارداری با مراقبت سالم که در آن از افرادی که به تازگی فرزندشان را به دنیا آوردند و در این استان از مواد مخدر استفاده کردند یا استفاده می‌کنند و مرکز بارداری که امکان دسترسی و ارجاع به برنامه‌ها و خدمات محلی را فراهم می‌کند، یک کتابخانه مرجع شواهد محور، یک خبرنگار ماهیانه، وبینارهای هیجان‌انگیز زنده یا ضبط شده، کلاس‌ها و رویدادهای مجازی.

وبسایت: bcapop.ca

انجمن حمایت پس از زایمان پاسیفیک (Pacific Post Partum Support Society)

از طریق گروه‌های حمایتی و تماس تلفنی یا ارسال پیامک، از مادران و خانواده‌هایی که تحت فشار پس از زایمان/بارداری، افسردگی و اضطراب قرار دارند، حمایت می‌کند.

وبسایت: postpartum.org

بارداری

اتحادیه برنامه‌های ارتباط با بارداری (BC Association of Pregnancy Outreach Programs)

با توزیع ویتامین‌های بارداری، اطلاعات مربوط به پروژه‌های تحقیقاتی و ارائه برنامه‌های پیگیری وضعیت بارداری به عموم مردم، از جمله پروژه آزمایشی بارداری با مراقبت سالم و مرکز بارداری، کیفیت خدمات بارداری و نوزاد را ارتقاء می‌دهد.

وبسایت: bcapop.ca

مرکز بهداشت و بیمارستان زنان بریتیش کلمبیا (BC Women's Hospital and Health Centre)

وبسایت: bcwomens.ca/health-info/pregnancy-parenting

HealthLink BC

وبسایت: healthlinkbc.ca

محاسبه‌کننده افزایش وزن بارداری (بارداری Weight Gain Calculator)

وبسایت: hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/prenatal/bmi/index-eng.php

سندرم کودک تکان داده شده

پیشگیری از سندرم کودک تکان خورده بریتیش کلمبیا (Prevent Shaken Baby Syndrome British Columbia)

تلفن: 1-888-300-3088
وبسایت: dontshake.ca

مرکز مداخله بحرانی و پیشگیری از خودکشی بریتیش کلمبیا (The Crisis Intervention and Suicide Prevention Centre of British Columbia)

حمایت عاطفی رایگان، محرمانه و به دور از قضاوت را در 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته در اختیار افرادی قرار می‌دهد که تحت فشار یا ناامید هستند.
تلفن تماس رایگان: 1-800-784-2433
وبسایت: crisiscentre.bc.ca

نیازهای ویژه

اگر فکر می‌کنید فرزندان یک مشکل رشدی یا معلولیت دارد، پرستار بهداشت عمومی شما می‌تواند کمک کند. در بیشتر جوامع، برنامه رشد نوزاد وجود دارد که می‌تواند به شما در یافتن خدمات پشتیبانی و فعالیت‌هایی برای نوزادان جهت تشویق رشد، کمک کند.

وزارت کودکان و توسعه خانواده: مداخله زود هنگام در کودکی (Early Childhood Intervention)

خدمات به نوزادان و کودکان خردسالی ارائه می‌شوند علائم تأخیر رشدی یا معلولیت را نشان می‌دهند - یا در معرض ابتلا به آن هستند. این خدمات با توجه به نیازهای خاص هر کودک و خانواده تطبیق پیدا می‌کند. به این وبسایت مراجعه کنید یا با پرستار یا پزشک بهداشت عمومی محلی یا ارائه‌دهنده خدمات محلی تماس بگیرید.
وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/child-behaviour-development/assessing-child-development-38610

رشد کودک تحت حمایت در اتحادیه رشد کودک و نوزاد بریتیش کلمبیا (Supported Child Development of the Infant and Child Development Association of BC)

یک برنامه جامعه محور است که مجموعه‌ای از خدمات مشاوره‌های و حمایتی را در اختیار کودکان، خانواده‌ها و مراکز مراقبت از کودک قرار می‌دهد تا کودکانی که نیازهای حمایتی بیشتری دارند، بتوانند در محیط‌های مراقبت از کودک حضور پیدا کنند. برای یافتن یک برنامه رشد کودک تحت حمایت در ناحیه خود، از پرستار بهداشت عمومی یا ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی سؤال کنید یا با دفتر وزارت کودکان و توسعه خانواده تماس بگیرید.
وبسایت: icdabc.ca/programs/supported-child-development

سلامت کانادا: ایمنی محصول مصرف‌کننده (Consumer Product Safety)

تلفن تماس رایگان: 1-866-662-0666
وبسایت: hc-sc.gc.ca/cps-spc/index-eng.php

اداره ایمنی ترافیک بزرگراه ملی (National Highway Traffic Safety Administration)

یک وبسایت در ایالات متحده است که اطلاعاتی درباره عودت صندلی‌های خودروی کودک ارائه می‌کند.
وبسایت: nhtsa.gov

مرکز کنترل مسمومیت (Poison Control Centre)

خدمات اطلاعات مسمومیت را به صورت 24 ساعته ارائه می‌کند.
تلفن تماس رایگان: 1-800-567-8911
وبسایت: dpic.org

مدیریت اضطراری بریتیش کلمبیا (Emergency Management BC)

برای برنامه‌ریزی اضطراری و ایجاد کیت‌های اورژانسی، کمک ارائه می‌کند.
وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-response-recovery

سازمان بهداشت عمومی کانادا (Public Health Agency of Canada)

اطلاعاتی آنلاین درباره بسیاری از موضوعات مربوط به ایمنی کودکان ارائه می‌کند.
وبسایت: phac.gc.ca

چتر نجات (Parachute)

اطلاعاتی درباره حفظ ایمنی کودکان و جلوگیری از ایجاد آسیب، ارائه می‌کند.
تلفن تماس رایگان: 1-888-537-7777
وبسایت: parachutecanada.org

شروعی ایمن (Safe Start) یک برنامه پیشگیری از جراحی از سوی بیمارستان کودکان BC است که اطلاعاتی را درباره چگونگی ایمن‌تر کردن خانه‌ها و ماشین‌ها در اختیار والدین و پرستاران قرار می‌دهد.

وبسایت: bcchildrens.ca/health-info/healthy-living/child-safety

آمبولانس سنت جان (St. John's Ambulance) برنامه‌هایی درباره کمک‌های اولیه، CPR و مراقبت از کودکان ارائه می‌کند. شعبه‌های محلی St. John Ambulance در صفحات سفید راهنمای تلفن شما و در صفحه‌های زرد ذیل قسمت «خدمات کمک‌های اولیه» فهرست شده اند.

وبسایت: sja.ca



گفتار-زبان درمانی

خدمات گفتاری زبانی از طریق ارائه‌دهندگان خدمات مختلف و مراکز بهداشت در دسترس قرار دارند.

انجمن آسیب شناسان گفتار/زبان و شنوایی‌شناسان بریتیش کلمبیا
**British Columbia Association of Speech/Language Pathologists
(and Audiologists)**

تلفن تماس رایگان: (222-7572) 1-877-BCASLPA

وبسایت: speechandhearingbc.ca/public

بینایی

برای کودکان و نوجوانان تا سن 18 سالگی، معاینه‌های بینایی سالیانه تحت پوشش طرح خدمات پزشکی (MSP) قرار دارند.

برنامه کودکان سالم بریتیش کلمبیا (BC Healthy Kids Program)

هزینه خرید عینک را برای کودکان خانواده‌های کم درآمد تا سن 18 سالگی تحت پوشش قرار می‌دهد. برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت مراجعه یا با واحد بهداشت عمومی خود صحبت کنید.

تلفن تماس رایگان: 1-866-866-0800

وبسایت: gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/healthy-women-children/child-teen-health/dental-eyeglasses

پزشکان بینایی‌سنج بریتیش کلمبیا (BC Doctors of Optometry)

یک ابزار برای پیدا کردن پزشک بینایی‌سنجی ارائه می‌کند.

وبسایت: bc.doctorsofoptometry.ca/find-a-doctor

پزشکان بینایی‌سنج کتابخانه بهداشت چشم (BC Doctors of Optometry Eye Health Library)

وبسایت: bc.doctorsofoptometry.ca/eye-health-library

ما همیشه به دنبال منابع جدید و مفید برای خانواده‌ها هستیم. اگر پیشنهادی دارید، لطفاً از طریق healthlinkbc@gov.bc.ca با ما تماس بگیرید.