



World Wellness
Health &
Medical Clinic

MULTICULTURAL
AOD program

اپنے جسم دی حفاظت کرو،
اپنے ذہن دی عزت کرو



worldwellnessgroup.org.au

ساڈے نال رابطہ کرو



182 Logan Road
Woolloongabba, QLD 4102



1300 079 020



(07) 3397 1358



AODprogram@worldwellnessgroup.org.au



worldwellnessgroup.org.au

Punjabi (Shahmukhi)



ABN 95154368804

ٹہانوں ثقافتی طور تے محفوظ مدد
دی لوڑ اے؟ ساڈی کثیرالثقافتی
رابطہ لائن تے کال کرو

1300 079 020



کھلن دے ٹائم:

صبح 9 توں شام 4:30 تک،
پیر توں جمعے تک

کثیرالثقافتی AOD پروگرام نوں کوئزلینڈ مینٹل ہیلتھ
کمیشن (Queensland Mental Health)
دی فنڈنگ حاصل اے (Commission)

#healthequityjustice

اسیں اکٹھے چل دے آن

آؤ اک اسیں خیال رکھنے والی کمیونٹی بنائیے جتھے:

- ✓ کسے بارے وی فیصلہ نہیں کیتا جاندا
- ✓ برکسے دی قدر کیتی جاندا اے
- ✓ صحت یابی نوں سہارا دتا جاندا اے



**سادیاں سہولتاں مفت تے
رازدارانہ نیں۔**



گل کرن وچ کوئی حرج نیں۔

کئی کمیونٹیاں وچ شراب یا نشے بارے گل کرنا
اوکھا ہوندا اے۔ پر چپ تکلیف دی وجہ بندی اے۔

مدد منگنا طاقت دی نشانی اے۔



تہاڈی ثقافت دا لحاظ رکھن والی مدد تے علاج

- اوہ سہولتاں جو تہاڈی زبان، اقدار تے ایمان
نوں سمجھدیاں نیں۔
- اوہ پروگرام جو خانداناں تے کمیونٹی نوں
شامل کردے نیں۔
- عزت تے احترام نال صحت یاب ہون لئی
محفوظ جگاہاں۔

**اسی تہاڈے نال رابطے دی
امید رکھدے آن**

اپنے جسم دی حفاظت کرو، اپنے ذہن دی عزت کرو



اسیں مختلف روایتاں تے ثقافتاں توں آئے آن، پر
سادا مقصد اک ہی اے – صحت مند تے
مضبوط زندگی گزارنی۔ شراب تے نشے ہر ثقافت
تے پس منظر والے لوکاں نوں متاثر کردیاں نیں۔
روک تھام دی شروعات آگاہی نال ہندی اے۔
جدوں تہانوں حقائق دا پتہ ہندا اے، تے تہاڈے
کول محفوظ فیصلے کرن دی طاقت ہندی اے۔
علم طاقت اے۔ باخبر رہو، محفوظ رہو۔

شراب تے نشے دے خطرے جان لو۔

- شراب تے نشہ تہاڈے جسم، ذہن تے
رشتیاں نوں نقصان پہنچا سکدے نیں۔
- ایہہ تہاڈے کم، پڑھائی تے مستقبل نوں
متاثر کر سکدے نیں۔
- نشہ ایک کمزوری نیں – ایہہ صحت دا
مسئلہ اے۔