

NORVIC FAMILY PRACTICE

Volume 1/ Issue 3. August/September 2021

ਹੁਣ ਕੀ

ਆਖਰੀ ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ ਤੋਂ, ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਮੁਖੀ ਜੁਲਾਈ ਵਿੱਚ ਤਾਲਾਬੰਦੀ ਦੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਖੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸਰਜਰੀ ਨੇ ਇਸ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੌਰਾਨ ਆਮ ਸਵਾਲਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਰੀਰਕ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪਰ, ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਅਮਲੇ ਨਾਲ ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਲੀਨਿਕੀ ਲੋੜ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਅਤੇ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਕੀਨੇਸ਼ਨ

ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਟੀਕਾਕਰਨ ਮੁਹਿੰਮ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਰਹੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਆਬਾਦੀ ਦੇ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਅਨੁਪਾਤ ਨੂੰ ਹੁਣ ਦੁੱਗਣਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਰਵਾਇਤੀ ਫਲੂ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਮੌਸਮ ਸਾਡੇ 'ਤੇ ਹੈ (ਅਕਤੂਬਰ 2021 ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ), ਅਸੀਂ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹੀ ਮੌਸਮੀ ਫਲੂ ਜੈਬਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬੁਸਟਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਿਆਂ ਦੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਮੰਤਵ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਐਨਲਾਈਨ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ

ਜੁਲਾਈ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਅਭਿਆਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਪਹੁੰਚ ਵਿਕਲਪ ਲਾਂਚ ਕੀਤਾ। ਮਰੀਜ਼ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਲਡ 'ਤੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਏ ਬਿਨਾਂ ਕਲੀਨਿਕੀ ਅਤੇ

ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛਾਂ ਸਾਡੇ ਅਮਲੇ ਦੇ ਸਬੰਧਿਤ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਗਰੰਟੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨਾਂ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।



ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ

ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀਆਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼, ਹਾਈਪਰਟੈਨਸ਼ਨ, ਦਮਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸਲਾਨਾ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਔਨਲਾਈਨ ਐਕਸੈਸ

ਪੀਪੀਜੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਨਲਾਈਨ ਪਹੁੰਚ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਗਾਈਡ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਹ [ਵੈੱਬਸਾਈਟ](#) ਦੇ ਪੀਪੀਜੀ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਸੈੱਟ ਅੱਪ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਜੀਪੀ ਨਾਲ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

"ਅਸੀਂ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਣਨ, ਸੁਚਿਤ ਕਰਨ, ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ, ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ।" ਨੋਰਵਿਕ ਫੈਮਿਲੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ।

OPEN

NHS

To protect you from coronavirus, your GP practice will try to help you remotely and then see you face-to-face if needed.



nhs.uk ਵਿਖੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਅਭਿਆਸ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਜੇ ਇੱਕ ਆਹਮਣੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਲੀਨਿਕੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ

ਉਪਾਅ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। #HelpUsHelpYou



ਸਿਹਤਮੰਦ ਕਸਰਤ

ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਕਿਰਿਆ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚੰਗੀ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੁਸੀਂ ਬਿਹਤਰ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ

1. ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿਣ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖੋ। ਕੋਈ ਵੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਅਜੇ ਵੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ
2. ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨਾ ਜੋ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 2 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ (ਲੱਤਾਂ, ਚੂਲਿਆਂ, ਪਿੱਠ, ਢਿੱਡ, ਛਾਤੀ, ਮੋਢਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਾਂ) 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
3. ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 150 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਦਰਮਿਆਨੀ ਤੀਬਰਤਾ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰੋ ਜਾਂ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ 75 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਤੀਬਰਤਾ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰੋ
4. ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਲੇਟਣ ਵਿੱਚ ਬਿਤਾਏ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਘਟਾਓ ਅਤੇ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨਾਲ ਨਾ ਚੱਲਣ ਦੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਤੋੜੋ।
ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਸਰਗਰਮੀ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਪੜ੍ਹੋ

ਨੇਰਵਿਕ ਮਰੀਜ਼ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਗਰੁੱਪ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਲਗਭਗ ਜ਼ੂਮ 'ਤੇ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਰਾਮ ਤੋਂ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਡਿਲੀਵਰੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਫਰਕ ਲਿਆ ਸਕੋ।

Norvicppg@gmail.com ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਈਮੇਲਕਰੋ।



ਕੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? [ਇੱਥੇ ਜਾਚ ਕਰੋ](#)

ਪੀਪੀਜੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਪੱਤਰ ਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

"ਪੀਪੀਜੀ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਅਨੁਭਵ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਬਣਾਏ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਸੁਝਾਅ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਸਰਜਰੀ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਜਾਣਨਾ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਗੰਭੀਰ ਗੱਲਬਾਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਚੰਗਾ ਸਮਾਂ ਵੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਪੀਰੈਕਟਿਸ ਨੂੰ ਦਰਪੇਸ਼ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਜੇ ਅਸੀਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਇਹ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਉਤਸੁਕ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਓ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਦੱਸੋ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਇਹ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ"

ਲੀਜ਼ਾ

"ਮੈਂ ਡਾ ਅਖੀਬੀ ਦੀ ਪਟੀਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਿਖਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਗਰੁੱਪ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਤਜਰਬੇ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਅਤੇ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਮਲੇ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇਵਾਂ ਲਈ ਸੁਧਾਰ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਰਪੇਸ਼ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋਏ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਮੈਂ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਇਸ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। (ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਨੈੱਟ ਨੇਟਲ ਕੋਅਰਮਿਲੀ ਸੀ), ਅਤੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਰਿਟਾਇਰਮੈਂਟ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈ ਰਹੀ ਹਾਂ। ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇੱਥੇ ਆਪਣੇ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਤਜਰਬੇ, ਮੇਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਾਡੇ ਲਈ ਇੱਥੇ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਰਾਹ ਪੱਧਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਡਾਕਟਰ, ਐਡਮਿਨ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਦੇਸਤਾਨਾ ਗਰੁੱਪ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਹਰ ਛੇ ਹਫਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਵਾਰ ਮਿਲਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦੀਆਂ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮੈਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਅਨੰਦ ਲਿਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਨਵੇਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸੁਕ ਹਾਂ, ਇਸ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅਮਲੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ"।

ਗਿੱਲ

"ਪੀਪੀਜੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਮੇਰਾ ਜਨੂੰਨ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨੇਰਵਿਕ ਪੀਪੀਜੀ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕੱਠੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਕ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜੋ ਮੈਂ 'ਮੈਂਬਰ ਤੌਰ' ਤੇ ਸਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਅਸੀਂ ਅਭਿਆਸ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਹੁਣ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਇਨਪੁੱਟ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਭਾਰੀ ਤਰੱਕੀ ਹੋਈ ਹੈ।

ਪੀਪੀਜੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਹਨ, ਉਤਸਾਹ ਨਾਲ ਭਰੇ ਚੰਗੇ ਵਿਚਾਰ, ਮਹਾਨ ਊਰਜਾ, ਅਤੇ ਹਾਸੇ-ਮਜ਼ਾਕ ਦੀ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਭਾਵਨਾ। ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਤੇ ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜੋ ਬੰਧਨ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ਉਹ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਦੇਸਤੀ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੇਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।"

ਡਾ ਹਾਫਸਾ

ਹੈਲਥਵਾਚ ਸੈਂਡਵੈੱਲ ਕੋਲ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਅਮਲੇ ਲਈ ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਸਰੋਤ ਹੈ।

ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨਾ

ਹੈਲਥਵਾਚ ਸੈਂਡਵੈੱਲ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ 'ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੇਗਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੇਸਤ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹਾਂਗੇ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਤਸਵੀਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹਾਂਗੇ ਕਿ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਸਿਹਤ,

ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇੱਕ "ਨਵੇਂ ਸਾਧਾਰਨ" ਵਿੱਚ ਮੁੜ-ਬਹਾਲ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ
ਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਰਵੇਖਣ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਹੈਲਥਵਾਚ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਸਰਵੇਖਣ

ਹੈਲਥਵਾਚ ਸੈਂਡਵੈੱਲ ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਅਤੇ ਫੋਕਸ ਗਰੁੱਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ
ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਡੂੰਘੀ ਸੂਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਕਰੇਗੀ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ੮ ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਫੋਕਸ ਗਰੁੱਪ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਾ ਸਿਹਤ ਵਾਚ ਸੈਂਡਵੈੱਲ - ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ - ਇੱਕ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ 8 ਸਤੰਬਰ, 2021 01 ਵਜੇ ਲੰਡਨ

[ਜ਼ੁਮ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ](#)

ਮੀਟਿੰਗ ਆਈਡੀ 843 9699 2449

NORVIC FAMILY PRACTICE

Victoria Health Centre
5 Suffrage Street,
Smethwick
B66 3PZ

110 Norman Road
Smethwick
B67 5PU
01215653760