1800 my options

For information about contraception, pregnancy options and sexual health.

1800 my options

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਨਿਰੋਧ,
ਗੈਰ-ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ
ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ
ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਖੋਜ
ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਮਹਿਲਾ ਹੋ?

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

1800 696 784

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ. ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂਲੈ ਕੇ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤਕ
(ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਦਿਨ ਬੰਦ)

Interpreter 13 14 50

NATIONAL RELAY SERVICE 1300 555 727
relayservice.gov.au

1800myoptions.org.au

info@1800myoptions.org.au

ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਸਾਨੂੰ ਫੋਲੋ ਕਰੋ:

instagram.com/1800myoptions
facebook.com/1800MyOptions

1800 My Options ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਧਨ-ਰਾਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ Women's Health Victoria (ਵੁਮੇਨਸ ਹੈਲਥ ਵਿਕਟੋਰੀਆ) ਦੀ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਹੈ।

Women's Health Victoria

Victoria State Government

1800 696 784

1800myoptions.org.au

info@1800myoptions.org.au

ਅਸੀਂ ਕੌਣ ਹਾਂ

ਅਸੀਂ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਅਧਾਰਤ ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਫੋਨ ਲਾਈਨ ਅਤੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਹਾਂ। ਸਾਡੀ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਗੁਪਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਨਿਰਣਾ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਕੋਲ ਇਹ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਗਰਭਪਾਤ ਕਰਾਉਣਾ।
ਸਾਡੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਔਰਤਾਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਵੀ ਔਰਤਾਂ ਹਨ। ਬਿਨਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਉੱਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹਿਲਾ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਦੀ ਆਪਣੇ ਵਲੋਂ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਾਂਗੇ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ:

- ਗਰਭਨਿਰੋਧ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ (ਗਰਭਪਤਾ ਸਮੇਤ) ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਅਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਂ ਮਾਲੀ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ

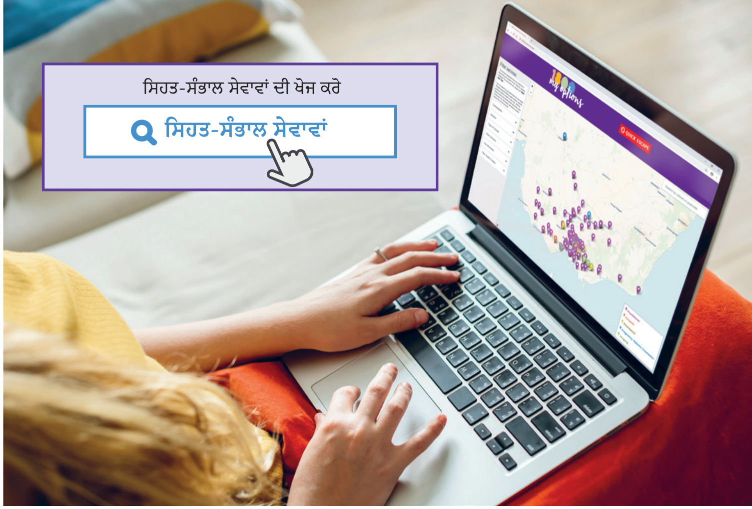
ਸਾਡੇ ਫੋਨ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪ੍ਰਜਨਨ ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੇਲ ਖਾਉਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਮੈਂ ਗਰਭਪਾਤ ਕਿੱਥੋਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
- ਮੈਨੂੰ IUD ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਮੇਰੇ ਨਜਦੀਕ ਕੋਈ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ?

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਜਨਨ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਔਨਲਾਇਨ ਡਾਟਾਬੇਸ ਵੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ ਸਰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਸਾਡੀ ਮਹਾਰਤ

ਅਸੀਂ ਪੂਰੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਸੈਂਕੜੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ (ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀ.ਪੀ., ਕਮਯੁਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਸੇਂਟਰ, ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ) – ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕੀਏ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮੇਲ ਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।
ਅਸੀਂ ਜੋ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਵਰਤਮਾਨ ਮਾਹਰ ਖੋਜ ਦੇ ਆਧਾਰ ਉੱਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਜੇ ਪ੍ਰਮਾਣ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤਾ ਹੈ।



ਖੋਜ ਕਰਨੀ ਆਸਾਨ ਹੈ

1800 My Options ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਨਿਰੋਧ ਅਤੇ ਗਰਭਪਤਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ, ਗੈਰ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਿਕਲਪ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸਿਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ

ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ 1800 My Options ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਔਨਲਾਇਨ ਡਾਟਾਬੇਸ ਨੂੰ ਸਰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਣ।
ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਸਾਡੀ ਸੇਵਾ ਉੱਤੇ ਵੀ ਰੇਫਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।