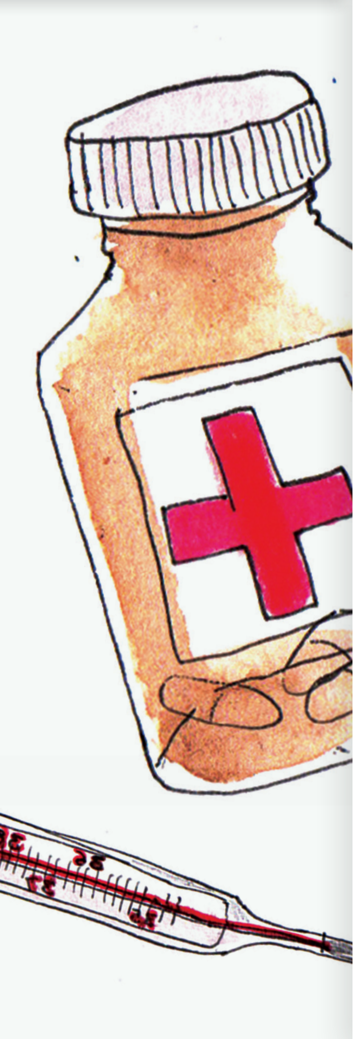
Orientation to Ontario

1-855-626-0002
https://settlement.org/o2o



ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ

ਓਂਟਾਰੀਓ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪਲਾਨ (OHIP)

OHIP ਓਂਟਾਰੀਓ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਕਵਰੇਜ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੋਣ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪਲਾਈ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਮੂਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿਖਾਉਣੇ ਪੈਣਗੇ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ/ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਜਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼।
- ਓਂਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦਾ ਸਬੂਤ
- ਫੋਟੋ ਅਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਵਾਲੀ ਪਛਾਣ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ health.gov.on.ca ਜਾਂ findlink.at/OHIPcover 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਸੀਂ OHIP ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ, ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ: health.gov.on.ca or findlink.at/ohip-info 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਸੀਂ ਸਰਵਿਸ-ਓਂਟਾਰੀਓ (Service-Ontario) ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਖੇ OHIP ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਥਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ 1-800-267-8097 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ serviceontario.ca ਜਾਂ findlink.at/mto-office 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਹਾਡੀ OHIP ਕਵਰੇਜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਲਈ ਓਂਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 90 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਉਡੀਕ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਡੀਕ ਦੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਕੁਝ ਸੀਮਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਸੈਂਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ health.gov.on.ca ਜਾਂ findlink.at/healthcare 'ਤੇ ਜਾਓ।

OHIP ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਕਿਹੜੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਖ਼ਰਚੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ontario.ca or findlink.at/healthOn 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ:

1-800-445-1822 'ਤੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਨੈਕਟ ਹਾਟਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ontario.ca ਜਾਂ findlink.at/hc-connect 'ਤੇ ਜਾਓ।

cpso.on.ca 'ਤੇ ਫਿਜ਼ੀਸ਼ੀਅਨਾਂ ਅਤੇ ਸਰਜਨਾਂ ਬਾਰੇ ਓਂਟਾਰੀਓ ਕਾਲਜ (College of Physicians and Surgeons) 'ਤੇ "ਡਾੱਕਟਰ ਸਰਚ" ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੈਟਲਮੈਂਟ ਏਜੰਸੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ settlement.org/findhelp 'ਤੇ ਜਾਓ।

911 – ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ, 9-1-1 ਡਾਇਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਲਈ ਕਹੋ। 911 ਸੇਵਾ, ਸਿਰਫ਼ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਲਈ ਹੈ।

ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ (ER) – ER ਫ਼ੌਰੀ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਲਈ 9-1-1 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕੇਸ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਤਾਂ ਲਾਗਤ ਲੱਗੇਗੀ।

ਵਾਕ-ਇਨ ਮੈਡੀਕਲ ਸੈਂਟਰ

ਮੈਡੀਕਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਲਈ, ਜਿਹਨਾਂ 'ਤੇ ਫ਼ੌਰੀ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲਿਨਿਕ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬਿਨਾ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲਿਆਂ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ontario.ca 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਕਲਿਨਿਕ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਓ ਜਾਂ findlink.at/hcoptions 'ਤੇ ਜਾਓ।

Funded by / Financé par

Immigration, Refugees and Citizenship Canada
Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

Ontario

Telehealth Ontario (ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਂਟਾਰੀਓ) – ਨਰਸ ਤੋਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ 1-866-797-0000 'ਤੇ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਂਟਾਰੀਓ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਨਰਸਾਂ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 24 ਘੰਟੇ, ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਦਿਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਇਹ ਸਲਾਹ ਕੁਝ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਲਈ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਫ੍ਰੈਂਚ ਵਿੱਚ TTY:1-866-797-0007.

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

OHIP ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਕੁਝ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। connexontario.ca 'ਤੇ ConnexOntario ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਤੁਸੀਂ 1-866-531-2600 'ਤੇ ਓਂਟਾਰੀਓ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ mhsio.on.ca 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ OHIP ਦੇ ਘੇਰੇ ਹੇਠ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਪਰ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ, ਜੋ 17 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਹੈਲਥੀ ਸਮਾਈਲਸ ਓਂਟਾਰੀਓ ਲਈ 1-800-268-1153 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ health.gov.on.ca ਜਾਂ findlink.at/smiles-ont 'ਤੇ ਜਾਓ।

ੇੜ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ mhp.gov.on.ca ਜਾਂ findlink.at/CINOT 'ਤੇ ਜਾਓ।

OHIP ਪਲੱਸ - ਨਵੀਂ!

1 ਜਨਵਰੀ, 2018 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਹੈ, ਇਸ 'ਤੇ 24 ਸਾਲ ਅਤੇ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਖਸ ਲਈ 4,400 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਮੁਫ਼ਤ ਹੋਣਗੇ।

ਇਸ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ OHIP ਕਾਰਡ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਢੁਕਵੀਂ ਪਰਚੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫ਼ਤ ਦਏਗਾ। ਇਸਦੀ ਡਿਸਪੈਂਸਿੰਗ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗੀ।

ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣ ਲਈ:

youroralhealth.ca ਜਾਂ findlink.at/oralhealth 'ਤੇ ਓਂਟਾਰੀਓ ਡੈਂਟਲ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ "ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਓ" ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। settlement.org ਜਾਂ findlink.at/findentist 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਟੀਕਾਕਰਣ

health.gov.on.ca ਜਾਂ findlink.at/immuneinfo 'ਤੇ ਬਾਲਗ਼ਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਓਂਟਾਰੀਓ ਦੀਆਂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਸਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ।

ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ ਦੀ ਥਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ 1-866-532-3161 'ਤੇ ਸਰਵਿਸ ਓਂਟਾਰੀਓ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ health.on.gov.ca ਜਾਂ findlink.at/ph-units 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ?

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜ਼ਰੂਰ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।