

जातीय अल्पसंख्यक समूहों एवं नए आप्रवासियों के लिए धूम्रपान त्याग कार्यक्रम

जातीय अल्पसंख्यकों और नए प्रवासियों के लिए हांगकांग में धूम्रपान मुक्त संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए, स्वास्थ्य विभाग 2013 से "जातीय अल्पसंख्यकों और नए प्रवासियों के लिए धूम्रपान समाप्ति कार्यक्रम" को लागू करने के लिए **यूसीएन** को सब्सिडी दे रहा है। हम क्लिनिक और साथ ही आउटरीच आधारित धूम्रपान बंद करने की सेवा प्रदान करते हैं जैसे के स्वास्थ्य शिक्षा, परामर्श और निकोटीन की लत के लिए उपचार।

समुदाय में एक स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देने के लिए और धूम्रपान रहित रहने के लिए, हम धूम्रपान छोड़ने वालों को तथा उनके परिवार व दोस्तों को "क्वीट एम्बेसेडर" प्रशिक्षण भी देते हैं।



सेवा दल

हमारी टीम में हांगकांग, नेपाल, भारत, पाकिस्तान, फिलीपींस, इंडोनेशिया के सदस्य हैं जिनमें मेडिकल, नर्सिंग, मनोविज्ञान की योग्यताएँ हैं जो उन्हें स्थानीय चीनी, जातीय अल्पसंख्यकों और अन्य समूहों को उनकी मूल भाषाओं में संलग्न करने में सक्षम बनाती हैं।

सेवा हॉटलाइन ☎ 3156 9012

उपरोक्त सेवाएं निः शुल्क हैं। जो लोग धूम्रपान छोड़ने का इरादा रखते हैं या "क्वीट एम्बेसेडर" प्रशिक्षण में शामिल होना चाहते हैं, कृपया हॉटलाइन पर कॉल करें।

जातीय अल्पसंख्यक र नयाँ आप्रवासीका लागि धूम्रपान त्याग कार्यक्रम

अल्पसंख्यक र नयाँ आप्रवासीहरूका लागि धूम्रपान मुक्त संस्कृति प्रवर्द्धन गर्न स्वास्थ्य विभागले 2013 देखि "जातीय अल्पसंख्यक र नयाँ आप्रवासीका लागि धूम्रपान त्याग कार्यक्रम" लागू गर्न **यू सी एन** लाई अनुदान दिदै आएको छ । हामी क्लिनिक र आउटरीच आधारित धूम्रपान निवारण सेवा प्रदान गर्दछौं, जस्तै स्वास्थ्य शिक्षा, परामर्श, र निकोटीनको लतको लागि उपचार ।

समुदायमा स्वस्थ जीवन सैली प्रचार गर्न र धूम्रपान मुक्त रहन धूम्रपान छोड्नेका व्यक्ति उनको परिवार र साथीहरूलाई "क्वीट एम्बेसेडर" प्रशिक्षण पनि प्रदान गर्दछौं।

सेवा टोली

हाम्रो टोलीमा हांगकांग, नेपाल, भारत, पाकिस्तान, फिलिपिन्स, इन्डोनेसियाका, चिकित्सक, नर्स, मनोविज्ञान योग्यताका सदस्यहरू छन्, जसले गर्दा उनीहरू स्थानीय चिनियाँ, जातीय अल्पसंख्यक र अन्य समूहहरूलाई आफ्नै मातृ भाषा मा संलग्न गराउन सक्षम छन् ।



सेवा हटलाइन ☎ 3156 9012

माथिका सेवाहरू निःशुल्क प्रदान गरिन्छ। धूम्रपान छोड्ने वा "क्वीट एम्बेसेडर" प्रशिक्षणमा सहभागी हुन चाहनेहरू, कृपया हटलाइनमा कल गर्नुहोस् ।

Service Network

- Jockey Club Wo Lok Community Health Centre**
 Unit 26-33, G/F, Kui On House, Wo Lok Estate, Kwun Tong, Kowloon
 Transportation: Ngau Tau Kok MTR Station Exit A ⇌ KMB Route 95M ⇌ Wo Lok Estate Station Exit A
 Transportation: Kwun Tong MTR Station Exit A1 ⇌ Green Minibus Route 50 ⇌ Wo Lok Estate Station Exit A
- Bradbury Kwong Tin Community Health Centre**
 Unit 203, Kwong Tin Shopping Centre, Kwong Tin, Kowloon
 Transportation: Yau Tong MTR Station Exit A ⇌ Green Minibus Route 24 ⇌ Kwong Tin Shopping Centre
 Transportation: Kwun Tong MTR Station Exit A ⇌ Green Minibus Route 63 ⇌ Kwong Tin Shopping Centre
- Jordan Health Centre**
 13/F, Sino Cheer Plaza, No. 23 Jordan Road, Kowloon
 Transportation: Jordan MTR Station Exit A
- Kwong Fuk Community Health Centre**
 19, G/F, Kwong Yan House, Kwong Fuk Estate, Tai Po, New Territories
 Transportation: Tai Po Market MTR Station Exit A3 ⇌ MTR Feeder Bus Route K18 ⇌ Kwong Fuk Estate
- Jockey Club Tin Shui Wai Community Health Centre**
 Unit 103, 1/F, Tin Ching Amenity and Community Building, Tin Ching Estate, Tin Shui Wai, New Territories
 Transportation: Tin Shui Wai MTR Light Rail Stop ⇌ Tin Yuet/Tin Sau Stop (Route 705, 706)

Service Booking & Enquiry

- ☎ 3156 9012
- ☎ 5625 3928 (Chinese)
- ☎ 6695 2523 (English)
- 📘 facebook.com/smokefreeclubhk

Headquarters

- 📍 L1, KEC Administrative Building, No. 2 Po Ning Lane, Hang Hau, Tseung Kwan O
- ☎ 2717 1989
- ✉ info@ucn.org.hk

- 🌐 www.ucn.org.hk
- 📘 facebook.com/ucnchs
- 📷 instagram.com/ucn_healthcare

Ethnic Minority Health Service

Smoking Cessation Programme for Ethnic Minorities and New Immigrants



Leading
a Healthy Life



English

Smoking Cessation Programme for Ethnic Minorities and New Immigrants

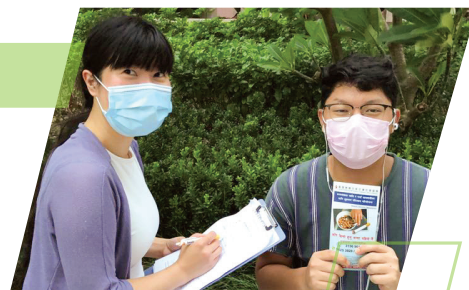
In order to promote a smoke-free culture in Hong Kong for ethnic minorities and new immigrants, the Department of Health has been subsidizing UCN to implement the "Smoking Cessation Programme for Ethnic Minorities and New Immigrants" since 2013. We provide clinic as well as outreach based smoking cessation service, such as health education, counselling, and treatment for nicotine addiction.

To promote a healthy lifestyle in the community and stay smoke-free, we also deliver "Quit Ambassadors" training to quitters, their families and friends.



Service Team

Our team consists of members from Hong Kong, Nepal, India, Pakistan, Philippines and Indonesia, with medical, nursing and psychology qualifications, which enable them to engage local Chinese, ethnic minorities and other groups in their native languages.



Service Hotline 3156 9012

The above services are free of charge. For those who intend to quit smoking or join "Quit Ambassadors" training, please call the hotline for enquiry.



Urdu

نسلی اقلیتوں اور نئے تارکین وطن کے لئے سگریٹ نوشی ترک کرنے کا پروگرام

نسلی اقلیتوں اور نئے تارکین وطن کے لئے ہانگ کانگ میں سگریٹ نوشی سے پاک کلچر کو فروغ دینے کے لئے، محکمہ صحت یو سی این کو 2013 سے "نسلی اقلیتوں اور نئے تارکین وطن کے لئے سگریٹ نوشی ترک کرنے کا پروگرام" کو نافذ کرنے کے لئے سبسڈی دے رہا ہے۔ ہم کلینک کے ساتھ ساتھ آؤٹ ریچ پر مبنی سگریٹ نوشی سے متعلق خاتمہ کی خدمت بھی فراہم کرتے ہیں، جیسے صحت کی تعلیم، مشاورت، اور نیکوٹین کی لت کا علاج۔

معاشرے میں صحت مند طرز زندگی کو فروغ دینے اور سگریٹ نوشی سے پاک رہنے کے لئے سگریٹ نوشی چھوڑنے والوں، ان کے اہل خانہ اور دوستوں کو "ترک کرنے والے سفیر" کی تربیت دی جاتی ہے۔



سروس ٹیم

ہماری ٹیم ہانگ کانگ، نیپال، بھارت، پاکستان، فلپائن، انڈونیشیا کے ممبروں پر مشتمل ہے، جن میں میڈیکل، نرسنگ، نفسیات کی قابلیت ہے، جو انہیں مقامی چینی، نسلی اقلیتوں اور دیگر گروہوں کو اپنی مادری زبان میں منسلک کرنے کے قابل بناتا ہے۔

3156 9012 سروس ہاٹ لائن

مندرجہ بالا خدمات مفت ہیں۔ ان لوگوں کے لئے جو سگریٹ نوشی چھوڑنے کا ارادہ رکھتے ہیں یا "سفیر چھوڑیں" کی تربیت میں شامل ہونے کا ارادہ رکھتے ہیں، براہ کرم انکوائری کے لئے ہاٹ لائن پر کال کریں۔



Punjabi

ਅਲਪ - ਸੰਖਿਆਕ ਵਰਗ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਪਰਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ

ਨਸਲੀ ਘੱਟਗਿਣਤੀਆਂ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ ਵਿੱਚ ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ ਮੁਕਤ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ، ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ **ਯੂ.ਸੀ.ਐਨ** ਨੂੰ "ਨਸਲੀ ਘੱਟਗਿਣਤੀਆਂ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ ਸਮਾਪਤੀ ਪਰੋਗਰਾਮ" ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਲ 2013 ਤੋਂ ਸਬਸਿਡੀ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਆਊਟਰੀਚ ਅਧਾਰਤ ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ ਰੋਕਣ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ، ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ، ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ، ਅਤੇ ਨਿਕੋਟੀਨ ਦੀ ਲਤ ਲਈ ਇਲਾਜ।

ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸੈਲੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ ਰਹਿਤ ਰਹਿਣ ਲਈ، ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜੋ ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ "ਕੁਵਿਟ ਅੰਬੈਸਡਰ" ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਸੇਵਾ ਸਮੂਹ

ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਵਿਚ ਹਾਂਗ ਕਾਂਗ, ਨੇਪਾਲ, ਭਾਰਤ, ਪਾਕਿਸਤਾਨ, ਫਿਲਪੀਨਜ਼, ਇੰਡੋਨੇਸ਼ੀਆ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ, ਨਰਸਿੰਗ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਚੀਨੀ, ਨਸਲੀ ਘੱਟਗਿਣਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।



ਸਰਵਿਸ ਹਾਟਲਾਈਨ 3156 9012

ਉਪਰੋਕਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ। ਜੇ ਸਿਗਰੇਟਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡਣ ਜਾਂ "ਕੁਵਿਟ ਅੰਬੈਸਡਰ" ਸਿਖਲਾਈ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜਾਂਚ ਲਈ ਹਾਟਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।