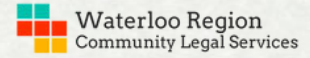


ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਾਲਜ ਵਿਦਿਆਰਥੀ?

ਫਰਵਰੀ/ਮਾਰਚ 2024 ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ



ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ!

ਔਨਲਾਈਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: bit.ly/pregnancyfactsheet

ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਲਜ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਜਨਮ ਲਈ ਸਿਹਤ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਗਈ ਸੀ
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਲਜ ਤੋਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕਵਰੇਜ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਗਈ ਸੀ

ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪਾਲਿਸੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਵਰੇਜ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਮੈਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੇਰਾ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ/ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?



Settlement.Org



ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਲਜ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਿਹਤ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਮੁਢਲੇ ਸਰੋਤ ਹਨ ਜੋ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ:

- ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਲਈ ਐਕਸ਼ਨ ਕੈਨੇਡਾ:
1-888-642-2725
- SHORE ਕੇਂਦਰ:
shore.inputhealth.com/ebooking
- ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਟੋਰਾਂਟੋ:
416-961-0113
- ਸਿਹਤ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਚੋਣ:
647-370-3203

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਰੋਤ



ਦਾਈਆਂ: ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਮਿਡਵਾਈਫਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ। ਤੁਸੀਂ ontariomidwives.ca/find-midwife 'ਤੇ ਇੱਕ ਦਾਈ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਦਾਈਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ: ਇਹ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਬੀਮੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:
allianceon.org/find-a-centre



ਬੀਮਾ ਰਹਿਤ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਨੈੱਟਵਰਕ: ਇਹ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਹੈ ਜੋ ਸਿਹਤ ਬੀਮੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ:
uninsurednetwork@gmail.com



ਹੈਲਥ ਕਨੈਕਟ ਓਨਟਾਰੀਓ: ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸਾਂ ਤੋਂ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਮੁਫਤ ਹਾਟਲਾਈਨ: **811**

ਜਨਮ ਦੇਣ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਤੁਰੰਤ ਤੱਥ

- ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ID ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣਾ ਨਾਮ, ਲਿੰਗ, ਅਤੇ ਜਨਮ ਮਿਤੀ ਜਾਂ ਉਮਰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਸਿਹਤ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਲਈ ਲਾਗੂ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਹਸਪਤਾਲ ਤੱਕ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਹਸਪਤਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਇੱਕ ਬਿੱਲ ਦੇਣਗੇ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਬਿੱਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ OHIP ਦਰਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮੁੜ ਭੁਗਤਾਨ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜੋ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ

- ਪਰਵਾਸੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਯੂਨਾਈਟਿਡ (ਕਾਲ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ): **647-858-2854**
- ਵਨ ਵਾਇਸ ਕੈਨੇਡਾ: help@onevoicecanada.org