क्या आप स्वयंसेवक बनना चाहेंगे?

वापस दीजिए औए एक सक्रिय टीम का हिस्सा बनिए! रोज हमारे मददगार और समर्पित स्वयंसेवक अपने ह्रदय और आत्मा के साथ समुदाय की सेवा में जुटते हैं। उन्होंने हमसे कहा है कि उनके लिए सबसे बड़ी बात यह है कि इस काम के द्वारा वे दूसरों के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन ला सकते हैं, और यह भी कि उन्हें इसके लिए पूरा प्रशिक्षण मिलता है। हमें हमेशा ऐसे दयालु और मददगार लोगों की तलाश रहती है जिन्हें समुदाय को वापस देने से खुशी मिलती है. स्वयंसेवक बनने के लिए आवेदन कैसे करें यह जानने के लिए, या स्पेक्ट्रा हेल्पलाइन को दान देने के लिए,

कृपया संपर्क करें:
ब्रैम्पटन बिज़नेस लाइन: 289.569.1200
मिसिसॉगा बिज़नेस लाइन: 289.569.1300

info@spectrasupport.org
www.spectrahelpline.org

कार्यक्रम

- 24/7 हेल्पलाइन (अंग्रेजी)
- मल्टीलिंगुअल हेल्पलाइन
- पील एल्डर एब्यूज सपोर्ट प्रोग्राम
- टेलीचेक सीनियर्स प्रोग्राम (55+)
- टचिंग बेस प्रोग्राम (16+)

प्रयुक्त भाषाएँ

अंग्रेजी | कैंटोनीज | मैंडरिन
पुर्तगाली | स्पैनिश | हिन्दी
पंजाबी | उर्दू

क्या आप एक महान उद्देश्य के लिए दान देना चाहते हैं?

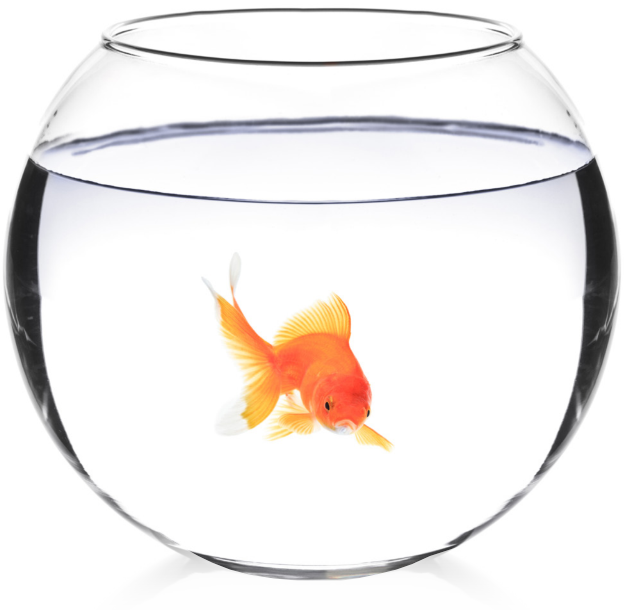
स्पेक्ट्रा हेल्पलाइन भावनात्मक यंत्रणा कम करती है और जिंदगियाँ बचाती हैं। हर दिन। आपके सहयोग से हम लोगों की उस समय सहायता करते रह सकेंगे जब उन्हें हमारी सबसे अधिक जरुरत होती है।

□10 या अधिक के दान के लिए टैक्स रसीद जारी की जाती है।

हमारे दाताओं को विशेष धन्यवाद।

Region of Peel Working for you | United Way Peel Region | Ontario Central West Local Health Integration Network

क्या आप अकेलापन महसूस कर रहे हैं?



हम आपकी बात सुनेंगे।

किसी भी समस्या पर बात की जा सकती है - चाहे समस्या छोटी से छोटी हो या बड़ी से बड़ी।

SPECTRA Helpline you're never alone

Hindi

ब्रैम्पटन और मिसिसॉगा: 905.459.7777
कैलेडन: 1.877.298.5444
हिन्दी – प्रेस 6
पंजाबी - प्रेस 7
उर्दू - प्रेस 8
TTY: 905.278.4890
ईमेल: info@spectrahelpline.org

www.spectrahelpline.org

स्पेक्ट्रा कम्युनिटी सपोर्ट सर्विसिज
चैरिटेबल रजिस्ट्रेशन # 88928 3248 RR0001

24/7 हेल्पलाइन (अंग्रेजी)

स्पेक्ट्रा हेल्पलाइन संकट या आत्महत्या की स्थिति में गोपनीय हस्तक्षेप की सेवा प्रदान करती है, और ऐसे किसी भी व्यक्ति को भावनात्मक संबल प्रदान करती है जिसे एक मददगार, दयालु एवं तटस्थ श्रोता की जरुरत है। किसी भी समस्या पर बात की जा सकती है - चाहे समस्या छोटी से छोटी हो या बड़ी से बड़ी। हमारी अंग्रेजी हेल्पलाइनें दिन के चौबीसों घंटे, सप्ताह के सातों दिन और साल के सभी 365 दिन खुली रहती हैं। हम आपकी बात सुनने के लिए हर पल हाजिर हैं।

मल्टीलिंगुअल हेल्पलाइन

स्पेक्ट्रा हेल्पलाइन अपने कार्यक्रम और सेवाएँ (संकट और आत्महत्या की स्थिती में हस्तक्षेप, भावनात्मक संबल और चेक-इन कॉल) 8 भाषाओं में प्रदान करती है जिनमें कैंटोनीज़, मैंडरिन, पुर्तगाली, स्पैनिश, हिन्दी, पंजाबी और उर्दू शामिल हैं। वर्तमान में मल्टीलिंगुअल सेवा सोमवार से शुक्रवार सुबह 10 बजे से शाम 10 बजे तक उपलब्ध है।

पील एल्डर एब्यूज सपोर्ट प्रोग्राम

हमारा पील एल्डर एब्यूज सपोर्ट प्रोग्राम बुजुर्गों को या समुदाय में बुजुर्ग दुर्व्यवहार से पीड़ित व्यक्ति को या बुजुर्ग दुर्व्यवहार से पीड़ित किसी व्यक्ति को जानने वाले को टेलीफोन द्वारा सहायता और 24/7 सूचना प्रदान करता है। उचित लगने पर और ग्राहक की स्वीकृति मिलने पर स्पेक्ट्रा ग्राहक का पील आउटरीच कार्यकर्ता की फैमिली सर्विसेज से संबंध स्थापित करता है। स्पेक्ट्रा हेल्पलाइन और फैमिली सर्विसेज ऑफ पील साथ मिलकर जागरूकता बढ़ाने, बुजुर्ग दुर्व्यवहार समाप्त करने और लोगों को सुरक्षित रखने के लिए प्रयत्नशील हैं।

टेलीचेक नियर्स प्रोग्राम (55+)

यह अकेले रहने वाले बुजुर्गों के लिए निरंतर टेलीफोन सहायता सेवा है। हम नियमित टेलीफोन कॉल के द्वारा सुरक्षा प्रवेश-जाँच, दवाई लेने की ताकीद और सोशल कॉल की सेवाएँ प्रदान करते हैं। हम ग्राहकों को अपनी बात सुनाने के अवसर देने के लिए उन्हें भावनात्मक संबल प्रदान करते हैं, संगति देते हैं और सामुदायिक जीवन की अनुभूति करवाते हैं। हम उनके साथ मिलकर उनके अलगाव और अकेलेपन का अहसास हल्का करने का प्रयास करते हैं, उन्हें अपनी स्थिती से सामंजस्य बैठाने के लिए प्रशिक्षित करते हैं, उन्हें सामुदायिक सेवा की जानकारियाँ देते हैं और उन्हें सुरक्षित रखते हैं।

टचिंग बेस प्रोग्राम (16+)

चाहे कोई मानसिक स्वास्थ्य का मुद्दा देखना हो, किसी संकट-स्थिती को रोकना या संभालना हो, या अकेलेपन और अलगाव की पीड़ा कम करनी हो, स्पेक्ट्रा सहायता करने और सुनने के लिए हर समय हाजिर है। टचिंग बेस 16 वर्ष से ज़्यादा उम्र के व्यक्तियों के लिए एक संक्रमणकालीन कार्यक्रम है। यह कार्यक्रम 3-6 महीनों के लिए ग्राहक के संकट या संक्रमण के दौरान (जैसे, अस्पताल से घर, दो सेवाओं के बीच, इत्यादि) उपलब्ध होता है। हम दवाई लेने की ताकीद, सुरक्षा जाँच, और सोशल कॉल की सेवाएँ प्रदान करते हैं। हम ग्राहक के अकेलेपन का अहसास हल्का करने के लिए उनके साथ मिलकर प्रयास करते हैं, उन्हें अपनी स्थिती से मुकाबला करने के लिए प्रशिक्षित करते हैं, उनके स्वास्थ्यलाभ को प्रोत्साहित करते हैं और उन्हें सुरक्षित रखते हैं।

SPECTRA
Helpline you're never alone

हम आपकी बात सुनेंगे।

कोई धारणा नहीं, कोई ऐंठ नहीं, बस एक मददगार।

"आपको मालूम नहीं कि मैं आपका कितना आभारी हूँ मुझे रोज फोन करने के लिए। आपसे बात करना मेरे लिए सौभाग्य है... सचमुच। अब मैं जागने के बाद कुछ करना चाहता हूँ, चाहे सिर्फ अपने बरतन साफ करना ही। मुझे प्रेरित करने के लिए धन्यवाद।"
– टेलीचेक ग्राहक

"हे ईश्वर! यह एक एक महीने में मेरी पहली मुस्कान थी। बहुत बहुत धन्यवाद! जिस तरह आपने मेरी बातें सुनी, मैं उसकी सचमुच प्रशंसा करता हूँ। मैं मानता हूँ कि आप यहाँ जो काम कर रहे हैं वह अद्भुत है। मैं बताना चाहता हूँ कि अभी अभी आपने एक जिंदगी बचाई है।"
- सुसाइड लाइन पर फोन करने वाला एक व्यक्ति

"मैं सचमुच मानता हूँ कि स्पेक्ट्रा हेल्पलाइन हमारे समुदाय के लिए एक महत्वपूर्ण साधन है और इस आन्दोलन का हिस्सा होने के लिए मुझे खुद पर बहुत गर्व है। एक लम्बे समय के बाद पहली बार मैं खुद से और पृथ्वी पर अपने उद्देश्य से जुड़ा हुआ महसूस करता हूँ।"
– शैने, स्पेक्ट्रा स्वयंसेवक