



ਹਰਲੀਨ ਚੋਹਾਨ

ਕਲਿਨਿਕਲ ਅਤੇ ਕਲਚਰਲ ਲੀਆਜਨ

ਹਰਲੀਨ ਚੋਹਾਨ ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਵਿਖੇ ਕਲਿਨਿਕਲ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹੈ। ਉਸਨੇ 2020 ਵਿੱਚ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਡਾਕਟਰ ਆਫ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਅਤੇ 2021 ਵਿੱਚ ਲੋਅਰ ਮੇਨਲੈਂਡ ਫਾਰਮੇਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਕਲਿਨਿਕਲ ਫਾਰਮੇਸੀ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਸੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ। ਹਰਲੀਨ ਕੋਲ ਸੇਧ ਸੰਚਾਲਿਤ-ਸਬੂਤ ਅਧਾਰਤ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗ ਸਵੈ-ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹੈ। ਹਰਲੀਨ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਲਈ ਸਰੋਤ, ਨਾਲ ਹੀ ਮੂਲ ਸੰਭਾਲ (ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸੈਟਿੰਗਾਂ) ਵਿੱਚ ਸਾਧਕ ਲਈ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਦਰਭ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਹਰਲੀਨ ਫਾਰਮਾਸਿਊਟੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਬੀ. ਸੀ. ਦੇ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਦੁਆਰਾ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤੇਜਿਤ ਹੈ।

ਆਈਕੈਨ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਲੀਅਤ ਅਫਸਰ ਵਜੋਂ, ਹਰਲੀਨ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁਕਵੀਂ ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਰੋਤਾਂ, ਵੈਬਿਨਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਰੋਹ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਤ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ(ਹੈਲਥਕੇਅਰ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਮਾਜ ਮੌਜੂਦਗੀ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ/ਸਮਾਰੋਹ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨੇੜਿਓਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਆਇਕੈਨ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ।

ਸੈਸ਼ਨ: ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ ਖਤਰਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ: ਤਰੀਕੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਉਦੇਸ਼

1. ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ
2. ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧੀਆ ਬਣਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ: ਕਸਰਤ, ਨੀਂਦ, ਆਮ ਖੁਰਾਕ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ
3. ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ
4. ਆਪਣੇ ਲੈਬ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰੋਲ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਹੈਲਥ ਨੈਵੀਗੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
5. ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਡਿਜੀਟਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ, ਟਰੈਕਰ, ਆਦਿ

ਤਾਰੀਖ: ਸਨਿੱਚਰਵਾਰ, ਮਾਰਚ 9, 2024