



Các Dịch Vụ Hoạt Động Thể Lực – HealthLink BC

HealthLink BC

HealthLink BC cung cấp việc thông tin và cho lời khuyên y tế không khẩn cấp tại British Columbia. Thông tin và lời khuyên y tế có sẵn trên trang mạng của chúng tôi hoặc bằng cách gọi **8-1-1**. Để biết thêm thông tin xin truy cập: www.healthlinkbc.ca

Các Dịch vụ Hoạt động Thể lực tại HealthLink BC

Các chuyên viên thể dục đủ trình độ chuyên môn của chúng tôi cung cấp thông tin và sự hướng dẫn chuyên nghiệp qua điện thoại, email, và trên căn bản trang web về hoạt động thể lực cho cư dân của British Columbia để giúp họ năng động và có cuộc sống khỏe mạnh hơn.

Giờ Làm Việc: Thứ Hai đến Thứ Sáu 9 sáng – 5 chiều, giờ Thái Bình Dương

Các dịch vụ của chúng tôi bao gồm:

- Kiểm tra để xác định mức độ và hình thức hoạt động thể lực an toàn.
- Các lời khuyên hoạt động thể lực dành cho cá nhân dựa trên các mục tiêu của quý vị, mức độ khỏe mạnh hiện thời, và tình trạng sức khỏe.
- Hỗ trợ để giúp quý vị trở nên năng động hơn, vượt qua các rào cản, và duy trì sự tích cực vận động.



Gọi **8-1-1** để nói chuyện với một chuyên viên thể dục có trình độ chuyên môn. Các dịch vụ dịch thuật có sẵn cho hơn 130 ngôn ngữ.



Gửi thư điện tử (email) cho ban phụ trách Các Dịch vụ Hoạt động Thể lực các thắc mắc của quý vị về việc tập thể dục và vận động thân thể:
www.healthlinkbc.ca/email-physical-activity

Truy cập trang mạng của chúng tôi để tìm hiểu về việc vận động thân thể và các lựa chọn cách sống:
www.healthlinkbc.ca/physical-activity



Để giới thiệu một khách hàng hoặc bệnh nhân đến với ban phụ trách các dịch vụ về hoạt động thể lực, xin gọi **8-1-1** hoặc điền và gửi fax mẫu giới thiệu của chúng tôi:
www.healthlinkbc.ca/physical-activity-fax-referral



Các Chương trình và Dịch vụ Đặc biệt

Các Dịch vụ về Hoạt động Thể lực dành cho Trẻ em

Cung cấp các đề nghị thể dục an toàn trước và sau khi sinh con, cũng như thông tin, lời khuyên, và chỉ dẫn cho trẻ em và thanh thiếu niên tại British Columbia về việc hoạt động thể lực. Các dịch vụ không thường xuyên và đều đặn cũng có sẵn.

Chương trình Ăn uống và Vận động dành cho Trẻ em

Một chương trình được thiết kế đặc biệt để giúp trẻ em, thanh thiếu niên, và gia đình của các em đạt được cân nặng lành mạnh và cải thiện sức khỏe tổng quát cũng như chất lượng cuộc sống. Để tìm hiểu thêm về chương trình hoặc để yêu cầu một giấy giới thiệu, xin gọi **8-1-1** hoặc truy cập: www.healthlinkbc.ca/healthy-eating/healthy-weight/kids-program

Các Dịch vụ về Béo phì và Biến dưỡng

Dành cho các khách hàng có các vấn đề liên quan đến sự biến dưỡng hoặc cân nặng. Các chuyên viên được đào tạo chuyên nghiệp và giàu kinh nghiệm tư vấn cách sống và quản lý sự chăm sóc phức tạp, cung cấp việc giáo dục, tư vấn, và trị liệu cho các khách hàng xét đến việc giải phẫu giảm mập.

Các Dịch vụ Hoạt động Thể lực dành cho Bệnh nhân Ung thư

Dành cho các bệnh nhân được chẩn đoán có bệnh ung thư, trong thời gian và sau khi điều trị ung thư. Các chuyên viên thể dục đủ trình độ chuyên môn của chúng tôi được huấn luyện cụ thể về bệnh ung thư cung cấp thông tin về việc tập thể dục an toàn và dùng hoạt động thể lực để giảm thiểu cũng như kiểm soát các phản ứng phụ của việc điều trị. Các kế hoạch vận động thể lực cho cá nhân có thể được lập ra để giúp duy trì và gia tăng sự mạnh khỏe. Sự liên tục hỗ trợ thì có sẵn.



HealthLinkBC