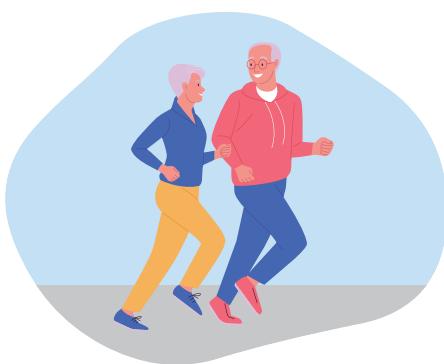


ਕਿਸੇ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਕਮਿਊਨਟੀ ਕੋਨੈਕਟਰ ਨਾਲ ਜੁੜੋ

ਇਕੱਲੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ਕੋਈ ਗੈਰ-ਮੈਡੀਕਲ ਫਿਕਰ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਕੁਆਲਟੀ ਉੱਪਰ ਅਸਰ ਪਾ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਕੋਈ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਕਮਿਊਨਟੀ ਕੋਨੈਕਟਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤਾਂ



ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਬੰਧ



ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਖਾਣਿਆਂ ਵਿਚ ਮਦਦਾਂ



ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮਦਦਾਂ

ਅੱਜ ਹੀ ਆਪਣੇ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਜੁੜਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ!