# Lung Foundation Australia: National Silicosis Prevention and Awareness Campaign for Culturally and Linguistically Diverse Communities

## Stakeholder Pack in Punjabi **|** ਪੰਜਾਬੀ

**Translated Newsletter Content**

**ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਛੋਟ ਨਹੀਂ ਹੈ**

ਇਸ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੰਮ ਦੇ ਮਹੀਨੇ (National Safe Work Month), ਵਿੱਚ Lung Foundation Australia ਆਪਣੀ ਸਾਲਾਨਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿਲੀਕੋਸਿਸ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਮੁਹਿੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ: Another Ones Fights the Dust (ਇਕ ਹੋਰ ਧੂੜ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਲੜਾਈ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ)। ਉਹ ਸਾਰੇ ਕਾਰੀਗਰਾਂ ਨੂੰ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਿਲੀਕਾ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕਾਮਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਲੀਕਾ-ਧੂੜ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਅ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ।

Lung Foundation Australia ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਸਵਾਲਨਾਮੇ [(Healthy Lungs at Work Quiz)](https://healthylungsatwork.lungfoundation.com.au/healthy-lungs-at-work-punjabi/) ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ‘ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਹ ਸਵਾਲਨਾਮਾ ਅਤੇ Lung Foundation Australia ਦੇ ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਸੱਤ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਅਰਬੀ, ਸਰਲ ਚੀਨੀ, ਵੀਅਤਨਾਮੀ, ਪੰਜਾਬੀ, ਨੇਪਾਲੀ ਅਤੇ ਸਪੇਨੀ) ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਭਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

[healthylungsatwork.lungfoundation.com.au](https://healthylungsatwork.lungfoundation.com.au/) 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਸਿਲੀਕਾ ਧੂੜ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ।

**Social Media Caption Content**

ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲਨਾਮੇ (Healthy Lungs at Work Quiz) ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿਓ।

Link to: <https://healthylungsatwork.lungfoundation.com.au/healthy-lungs-at-work-punjabi/>