

Services For All Handbook

Sources of information for families of people with learning disabilities from minority communities

Produced by **ARC** (The Association for Real Change) in association with **MENCAP**

First Edition 2001

Second Edition 2006

خدمات عامہ ہینڈ بک
اقلیتی کمیونٹی میں سیکھنے میں معذور لوگوں کے
گھرانوں کیلئے ذرائع معلومات

اے آر سی (ARC)، ایسوسی ایشن فار ریئل چینج) کا
میکیپ (MENCAP) کے تعاون سے تیار کردہ

پہلا ایڈیشن: 2001ء

دوسرا ایڈیشن: 2006ء

This is a handbook of information about learning disability services for people from Black and/or Minority Ethnic (BME) communities. It is intended to support families and people with learning disabilities who are from a BME background.

As far as is possible the information was correct when the book was printed (this version was printed in 2006). However things do change from time to time.

This information is about national organisations and policies.

However, room is provided for you to add your own local information.

This handbook is also available In English only) on-line at www.liden.org.uk this will allow you to follow the links rather than type them in yourself.

یہ بلیک (سیاہ فام) اور ریانسلی اقلیتی کمیونٹی (بی ایم ای، BME) میں لوگوں کیلئے سیکھنے میں معذوری سے متعلق دستیاب خدمات کے بارے میں ایک معلوماتی بینڈ بک ہے۔ یہ ایسے گھرانوں اور لوگوں کو سپورٹ کرنے کے ارادے سے لکھا گیا ہے جو بی ایم ای (BME) کے پس منظر سے تعلق رکھتے ہوں۔

جہاں تک ممکن ہو سکا، اس کتاب کی چھپائی تک معلومات صحیح تھیں (یہ تشکیل 2006 میں چھاپی گئی)۔ تاہم وقت کے ساتھ ساتھ چیزیں بدلتی رہتی ہیں۔

یہ قومی تنظیموں اور پالیسیوں سے متعلق معلومات ہیں۔

تاہم آپ کے لیے مقامی معلومات شامل کرنے کیلئے جگہ چھوڑی گئی ہے۔

یہ کتابچہ (صرف انگلش میں) آن لائن، www.liden.org.uk پر بھی میسر ہے۔ اس سے آپ کو خود لکھنے کے بجائے لنک استعمال کرنے کی سہولت ملے گی۔

Glossary

Here is a short description of some of the words used in the handbook.

Accessible – this means easy to read and understand for people with a learning disability.

Advocacy – this means having people speak up for you if you have problems expressing yourself.

BME – BME stands for Black and Minority Ethnic. It is a term the government uses to mean all people from minority communities.

Learning Disability - Learning Disability is a term that is used to describe the difficulties that some people have in learning things that society expects them to learn at certain stages in their lives.

فرہنگ

یہاں اس بیڈبکٹ میں استعمال کیے گئے الفاظ کا مختصر بیان ہے۔

قابل رسائی: اکیس ایبل یا قابل رسائی کا مطلب ہے سیکھنے میں معذور افراد کیلئے پڑھنے اور سمجھنے میں آسان۔

ایڈووکیسی: اس کا مطلب ایسے لوگوں کی دستیابی ہے جو اپنی بات سمجھانے میں مشکل پیش آنے پر آپکی مدد کریں۔

بی ایم ای (BME): بی ایم ای (BME) سے بلیک اور نسلی اقلیت مراد ہے۔ یہ ایسا لفظ ہے جو گورنمنٹ ان تمام لوگوں کیلئے استعمال کرتی ہے جن کا تعلق نسلی اقلیتوں سے ہے۔

سیکھنے میں معذوری: سیکھنے میں معذوری کا لفظ ان مشکلات کو بیان کرنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے جو کچھ لوگوں کو ایسی باتیں

سیکھنے میں ہوتی ہیں جن کا معاشرہ ان سے زندگی کے مختلف مراحل میں توقع کرتا ہے۔

Some people are born with certain impairments that restrict or reduce their ability to learn as quickly or as readily as others.

Learning disability is not an illness, it is a permanent condition, although in some cases an illness may be associated with the condition.

Some people are much more profoundly affected than others, these people may require help with most aspects of daily living, whereas those with mild disabilities can usually live with less support, but require some help with social or emotional issues.

Statutory – Statutory means that the service or organisation was brought into place by law.

Transition – Transition means change, normally it is used to mean the change from children's to adult services.

کچھ لوگ کسی خاص معذوری کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں جس کی وجہ سے انکی، اتنی جلدی یا فوراً سیکھنے کی صلاحیت میں رکاوٹ یا کمی واقع ہو جاتی ہے یعنی جلدی دوسرے لوگ سیکھ جاتے ہیں۔

سیکھنے میں معذوری کوئی بیماری نہیں، یہ ایک مستقل حالت ہے، اگرچہ بعض اوقات کوئی بیماری بھی اس حالت سے منسلک ہو سکتی ہے۔

کچھ لوگ دوسروں کی نسبت بہت شدید متاثر ہوتے ہیں۔ ان لوگوں کو روزانہ زندگی کے اکثر معمولات میں مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ جبکہ دوسرے جو معمولی معذوری کا شکار ہیں، عموماً کم سپورٹ کے ساتھ رہ سکتے ہیں مگر انہیں سماجی اور جذباتی معاملات میں تھوڑی بہت مدد کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

سیٹپوٹری: سیٹپوٹری (قانونی / آئینی) کا مطلب ہے کہ سروس یا تنظیم کو قانون وجود میں لایا ہے۔

ٹرانزیشن: ٹرانزیشن (منتقلی) کا مطلب تبدیلی ہے، عام طور پر اس سے مراد بچوں کی سروسز سے بالغوں کی سروسز میں تبدیلی ہے۔

Voluntary – Voluntary means the organisation or service is offered without a law requiring someone to provide it. Often this means a charity is doing it.

Website – Websites are places on the Internet where organisations have and display information. They can be very useful but you need to make sure you know who is providing the information and that it is up-to-date.

-This booklet can only give details of website and organisations it cannot be held responsible for the information they give or is displayed. However we have tried to ensure these are all useful contacts.

رضاکارانہ: رضا کارانہ سے مراد یہ ہے کہ تنظیم یا سروس کی پیشکش کسی قانونی ضرورت کے تحت نہیں۔ اکثر اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ کوئی خیراتی ادارہ اسے کر رہا ہے۔

ویب سائٹ: ویب سائٹس انٹرنیٹ پر ایسی جگہیں ہیں جہاں تنظیمیں اپنی معلومات رکھتی اور آگے دوسروں تک پہنچاتی ہیں۔ یہ بہت مددگار ہو سکتی ہیں مگر آپ کو یہ جاننا ضروری ہے کہ معلومات کون فراہم کر رہا ہے اور یہ کہ وہ تازہ ترین ہیں۔

یہ کتنا بچہ ویب سائٹ اور تنظیموں کی صرف تفصیل فراہم کرتا ہے۔ اس کو اُن کی دی یا دکھائی گئی معلومات کا ذمہ دار نہیں ٹھہرایا جاسکتا۔ البتہ ہم نے اس یقین دہانی کی کوشش کی ہے کہ یہ سب مفید معلومات ہوں۔

Contents

Language Line – page 7

Key contacts – page 8

Sources of Information – page 11

Health and information on specific conditions – page 23

BME Social Care Issues – page 42

Financial Help – page 47

Leisure – page 61

Sport – page 62

Advocacy – page 63

Holidays and Travel – page 65

Moving On – from children's to adult services – page 69

Further Help & Resources – page 75

فہرست

تفریح - صفحہ 61	لینگویج لائن - صفحہ 7
کھیل - صفحہ 62	بنیادی مواد - صفحہ 8
اڈووکیسی - صفحہ 63	ذرائع معلومات - صفحہ 11
تعطیلات اور سفر - صفحہ 65	صحت اور خاص حالات کے متعلق معلومات - صفحہ 23
آگے بڑھنا، بچوں سے بالغوں کی سرورسز - صفحہ 69	بی ایم ای (BME) سوشل کیئر سے متعلق - صفحہ 42
مزید مدد و ذرائع - صفحہ 75	مالی مدد - صفحہ 47

Language Line

There is an interpreting service called Language Line that will provide telephone interpretation services.

Language Line Ltd
Swallow House 11 – 21
Northdown Street
London N1 9BN
020 7520 1430

www.language.co.uk

Most public authorities (and a number of charities) will be able to access this. However, you will need to tell them if you want this service. It is very important that information you receive is in a language and form that you understand.

If English is not your first language, ask for interpreted information either written or spoken. Public authorities have a duty to do this and, if they know, are usually willing to do so.

لینگویج لائن

ترجمانی کی ایک سروس ہے جس کا نام لینگویج لائن ہے جو آپ کو فون پر ترجمان کی سروس مہیا کرتی ہے۔

Language Line Ltd
Swallow House 11 – 21
Northdown Street
London N1 9BN
020 7520 1430

لینگویج لائن لمیٹڈ
سویلو ہاؤس 11-21
نارتھ ڈاؤن سٹریٹ
لندن N1 9BN

فون: 020 7520 1430 ویب سائٹ: www.language.co.uk

اکثر پبلک اتھارٹیاں (اڈر بہت سارے خیراتی ادارے) اس سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ تاہم اگر آپ اس سروس کی ضرورت ہو تو آپ کو انہیں بتانا پڑے گا۔ یہ بہت اہم ہے کہ معلومات، جن کی آپ کو ضرورت ہو، ایسی زبان میں ہوں جو آپ سمجھ سکیں۔ اگر انگلش آپ کی پہلی زبان نہیں تو ترجمہ شدہ معلومات کیلئے تحریری یا زبانی طور پر پوچھیں۔ ایسا کرنا پبلک اتھارٹیوں کا فرض ہے اور، اگر وہ یہ جانتے ہوں تو، وہ بخوشی ایسا کریں گے۔

However, this does mean that someone will have to ask in English for the interpreting. It is your right to have information that you understand.

There is no charge to you, the service you are phoning pays to join Language Line.

In this book we are going to consider some key issues. These are issues that families may need to know about - but please remember this is just the starting point. You may need to find local contacts where you live.

This booklet can only provide details of national services. However, room is available to add your own local contacts. The national contacts may be able to direct you to their local representatives and many of the websites will give you these details.

Some websites will also have links to lots of other useful sites and resources. To start with here are details of some very useful websites.

تاہم یہ ضرور ہے کہ ترجمانی کیلئے کسی کو انگلش میں کہنا پڑے گا۔ ایسی معلومات حاصل کرنا جو آپ سمجھ سکیں، آپکا حق ہے۔

آپکو کوئی قیمت ادا نہیں کرنا۔ سرؤس جو لینگویج لائن کی شمولیت اختیار کرے، اسکی ادائیگی کرتی ہے۔

اس کتاب میں ہم کچھ بنیادی چیزوں کا خیال رکھنا چاہتے ہیں۔ یہ وہ باتیں ہیں جن کا فیملی کو پتہ ہونا چاہیے، لیکن براہ مہربانی یہ یاد رکھیں کہ یہ صرف ایک نقطہ آغاز ہے۔ آپکو اپنے علاقے میں مقامی رابطوں کی بھی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

یہ کتابچہ صرف نیشنل سرؤسز کی تفصیلات فراہم کر سکتا ہے۔ تاہم آپکے مقامی رابطے لکھنے کیلئے جگہ چھوڑی گئی ہے۔ قومی رابطے آپکو اپنے مقامی نمائندوں کی طرف بھیج سکتے ہیں اور بہت ساری ویب سائٹیں آپکو یہ تفصیلات فراہم کرتی ہیں۔

کچھ ویب سائٹوں پر بہت ساری دوسری مفید سائٹوں کے لنک دیے ہوتے ہیں۔ محض آغاز کرنے کیلئے یہاں کچھ بہت مفید ویب سائٹیں دی گئی ہیں۔

MENCAP

MENCAP is a UK wide charity that campaigns for children and adults with a learning disability, their families and carers. MENCAP aims to improve their lives and opportunities.

The website has sound options to help a person listen to information. MENCAP has active local branches whose details can be obtained from the main office.

MENCAP
123 Golden Lane
London
EC1Y 0RT
020 7454 0454

MENCAP also hosts the Learning Disability Helpline on 0808 808 1111
This is a very useful resource and the helpline uses Language Line

www.mencap.org.uk

مینکیپ (MENCAP)

مینکیپ (MENCAP) پورے یو کے میں پھیلی ہوئی ایک چیرٹی (نیراتی ادارہ) ہے، جو سیکھنے سے معذور بچوں اور بالغوں، ان کے گھرانوں اور دیگر بحال کرنے والوں کیلئے کوشاں ہے۔ مینکیپ (MENCAP) کا مقصد انکی زندگی اور اسکے مواقع کو بہتر بنانا ہے۔

ویب سائٹ پر کسی شخص کو معلومات سنانے میں مدد کرنے کے صحت مندانہ طریقے دیے گئے ہیں۔ مینکیپ (MENCAP) کی فعال مقامی برانچیں میں جن کی تفصیل مرکزی دفتر سے لی جاسکتی ہے۔

MENCAP
123 Golden Lane
London EC1Y 0RT

مینکیپ، 123 گولڈن لین

لندن EC1Y 0RT

فون: 020 7454 0454

مینکیپ (MENCAP) فون نمبر 0808 808 1111 پر سیکھنے میں معذوری کی ہیلپ لائن بھی چلاتا ہے۔ یہ بہت مفید ذریعہ ہے اور یہ ہیلپ لائن "لینگویج لائن" کو استعمال کرتی ہے۔

ویب سائٹ: www.mencap.org.uk

Valuing People – Valuing People is the name of the government document produced in 2001 specifically related to people with a learning disability. The website that supports this is -

www.valuingpeople.gov.uk

The website holds lots of information and you may be specifically interested in the ethnicity section.

Check the Map is a very useful site that gives links to lots of other sites. It is a good way of finding these without having to remember all the other names and details.

www.checkthemap.org.uk

For families with young people who are moving through transition the website **Moving On Up** has lots of useful information in.

www.movingonup.info

All these websites are accessible.

ویلیوانگ پیپل

ویلیوانگ پیپل (Valuing People) خاص طور پر سیکھنے میں معذوری رکھنے والوں سے متعلق گورنمنٹ کا سال 2001ء میں تیار کردہ مودہ ہے۔ ویب سائٹ جو اسکو سپورٹ کرتی ہے یہ ہے:

www.valuingpeople.gov.uk

اس ویب سائٹ پر بہت ساری معلومات ہیں اور ہو سکتا ہے آپ اس کے ایٹھنٹک (نسلی) سیکشن سے دلچسپی ہو۔

چیک دی میپ

چیک دی میپ (Check the Map) بہت مفید ویب سائٹ ہے جس پر بہت ساری دوسری سائٹوں کے لنک دیے گئے ہیں۔ یہ ان سائٹوں کے نام اور دوسری تفصیلات جانے بغیر ان تک پہنچنے کا بہترین ذریعہ ہے۔

www.checkthemap.org.uk

موونگ آن آپ

ایسے گھرانوں کیلئے جن میں نوجوان ہیں جو ٹرانزیشن یا تبدیلی کے مراحل سے گزر رہے ہیں، موونگ آن آپ (Moving On Up) کی ویب سائٹ www.movingonup.info پر بہت ساری مفید معلومات ہیں۔

یہ سب ویب سائٹیں اکٹھی ہیں یعنی آپ کی پہنچ میں ہیں۔

Sources of Information – National Organisations

The following pages contain details of organisations that will be able to help you.

In alphabetical order these are –

British Institute of Learning Disability (BILD) – page 12

Citizens Advice Bureau (CAB) – p 13

Carers UK – page 14

Contact a Family – page 15

Commission for Racial Equality (CRE) – page 16

Commission for Social Care Inspection (CSCI) – page 17

DIAL – page 18

Disability Rights Commission (DRC) – page 19

Foundation for People with a Learning Disability (FPLD) – page 20

Mencap – (see page 9)

National Association for Adult Placement Services (NAAPS) – page 21

There are details of some other useful sources of information – but these are not learning disability specific.

Open Gov website

Multikulti

Both of these are on page 22

ذرائع معلومات – قومی تنظیمیں

ڈی آئی اے ایل (DIAL) صفحہ 18
کمیشن برائے حقوق معذوران، ڈی آر سی (DRC) صفحہ 19
کچھنے میں معذور لوگوں کی فاؤنڈیشن، ایٹ پی ایل ڈی (FPLD)
صفحہ 20
مینکیپ (Mencap) (دیکھیں صفحہ 9)
نیشنل ایبوس ایٹن فاریڈلٹ پلیسمنٹ سروسز (NAAPS) صفحہ
21
کچھ اور مفید معلوماتی ذرائع کی تفصیلات بھی ہیں۔ لیکن ان کا تعلق
خاص نیکھنے میں معذوری سے نہیں۔
اوپن گورنمنٹ ویب سائٹ اور ملٹی کلٹی (Multikulti)
یہ دونوں صفحہ 22 پر ہیں۔

آگے صفحات میں ان تنظیموں کی تفصیل ہے جو آپ کی مدد کر سکیں
گی۔
ٹروٹ تہجی کے اعتبار سے یہ مندرجہ ذیل ہیں۔
برٹش انسٹیٹیوٹ آف لرننگ ڈس ایبلٹی، بی آئی ایل ڈی
(BILD) صفحہ 12
سٹیزناڈاؤن س بیورہ، سی اے بی (CAB) صفحہ 13
کیوزیو کے صفحہ 14
کنٹیکٹ اے فیملی صفحہ 15
کمیشن فار ریٹیل ایکیولٹی (CRE) صفحہ 16
کمیشن فار سوشل کیئر انسپکشن، سی ایس سی آئی (CSCI) صفحہ 17

BILD – The British Institute of Learning Disability

BILD is working to improve the lives of people in the UK with a learning disability. BILD are an organisation involved in research, training and support for people with a learning disability.

BILD
Campion House
Green Street
Kidderminster
Worcestershire
United Kingdom
DY10 1JL

01562 723 010

www.bild.org.uk

At the moment the information on the website is only available in English and they do not subscribe to language line.

بِلڈ – دی برٹش انسٹی چیوٹ آف لرننگ ڈس ایبلٹی

بِلڈ (BILD) یو کے میں سیکھنے میں معذوری رکھنے والوں کی زندگی کو بہتر بنانے کیلئے کام کرتا ہے۔ بِلڈ (BILD) ایک ایسی تنظیم ہے، جو سیکھنے میں معذوری رکھنے والوں سے متعلق ریسرچ، ٹریننگ اور سپورٹ میں کوشاں ہے۔

BILD
Campion House
Green Street
Kidderminster
Worcestershire
United Kingdom
DY10 1JL

بِلڈ
کیمپین ہاؤس، گرین سٹریٹ
کڈرمنسٹر
ڈائریکٹر شائر، یو کے
DY10 1JL

فون: 01562 723 010 ویب سائٹ: www.bild.org.uk

فی الحال ویب سائٹ پر صرف انگلش میں معلومات مہیا ہیں اور وہ "لینگویج لائن" سے بھی استفادہ نہیں کرتے۔

Citizens Advice Bureau – CAB

Citizens Advice Bureaus are situated across the country – they can offer help and advice on a large range of subjects – not just disability.

Although they might not be able to answer some very specific questions they will be able to let you know what your rights are and how to get them.

www.citizensadvice.org.uk

There is online help in a number of different languages available on -

www.adviceguide.org.uk

(Look down the left hand side of the screen)

سٹیزنز اڈوائس بیورو (کیب)

سٹیزنز اڈوائس بیورو۔ کیب (Citizens Advice Bureau – CAB) ملک بھر میں پھیلا ہوا ہے، وہ صرف معذوری ہی نہیں بلکہ بہت سارے موضوعات پر مدد اور مشورہ فراہم کر سکتے ہیں۔ اگرچہ وہ بہت ہی مخصوص سوالوں کے نہ جواب دے سکیں، وہ آپکو یہ ضرور بتا دیں گے کہ آپکے حقوق کیا ہیں اور ان کو حاصل کرنے کی کیا صورت ہو سکتی ہے۔

ویب سائٹ: www.citizensadvice.org.uk

بہت سی مختلف زبانوں میں مندرجہ ذیل ویب سائٹ پر آن لائن مدد بھی مل سکتی ہے۔

ویب سائٹ: www.adviceguide.org.uk

(سکرین پر باتیں ہاتھ نیچے کی طرف ملاحظہ فرمائیں)

Carers UK

Carers UK provide advice and information to carers.

Their booklet is available in a number of languages. If you look on the website they also have links to other translated material

Carers now have the right to an assessment of their own and Carers UK will tell you how to get one.

Carers UK
20 – 25 Glasshouse Yard
London
EC1A 4JT

www.carersuk.org

(Look for 'other languages')

(Freephone) 0808 808 7777
Wednesday and Thursday
10am-12pm and 2pm-4pm

کیئرزیو کے

کیئرزیو کے (Carers UK) دیکھ بھال (کیئر) کرنے والوں کو مشورہ اور معلومات فراہم کرتا ہے۔

ان کا کتابچہ بہت ساری زبانوں میں دستیاب ہے۔ اگر آپ ویب سائٹ دیکھیں تو وہاں دیگر ترجمہ شدہ مواد کے لنک بھی مل جائیں گے۔

کیئرزاب بذاتِ خود معذوری کی جانچ اور تخمینے کا حق رکھتے ہیں اور کیئرزیو کے آپ کو بتائیں گے کہ ان سے جانچ کیسے کروائی جائے۔

Carers UK
20 – 25 Glasshouse Yard
London
EC1A 4JT

کیئرزیو کے
25-20 گلاس ہاؤس یارڈ
لندن EC1A 4JT

ویب سائٹ: www.carersuk.org (ملاحظہ فرمائیں "دوسری زبانیں")

بدھ اور جمعرات: صبح 10 سے 12 اور دوپہر 2 سے 4 بجے

فری فون: 0808 808 7777

Contact a Family

Contact a Family offer support to families who care for children with any disability or special need.

Contact a Family
209 – 211 City Road
London
EC1V 1JN

www.cafamily.org.uk

Helpline (freephone) 0808 808 3555

They subscribe to Language Line (see page 7) and will be able to set up a conference call with an interpreter.

Their website has information in a lot of languages and they have people who you can contact who might speak your language

کنٹیکٹ اے فیملی

کنٹیکٹ اے فیملی (Contact a Family) ان گھرانوں کو مدد اور مشورہ فراہم کرتے ہیں جو کسی بھی طرح سے معذور یا اسپیشل کیئر والے بچوں کی دیکھ بھال کرتے ہیں۔

Contact a Family
209 – 211 City Road
London
EC1V 1JN

کنٹیکٹ اے فیملی
209-211 سٹی روڈ
لندن EC1V 1JN

ویب سائٹ: www.cafamily.org.uk ہیلپ لائن (فری فون): 0808 808 3555

یہ لوگ "لینگویج لائن" (دیکھیں صفحہ 7) سے استفادہ کرتے ہیں اور ایک ترجمان کے ساتھ کانفرنس کال کا انتظام بھی کر سکتے ہیں۔

انکی ویب سائٹ پر بہت سی زبانوں میں معلومات ہیں اور ان کے پاس ایسے لوگ ہیں جن سے آپ رابطہ کریں تو ہو سکتا ہے آپ کی زبان میں بات کریں۔

Commission for Racial Equality - CRE

The CRE is 'working for a just and integrated society, where diversity is valued.' Its main aims are to work towards elimination of racial discrimination, encourage good relations between people and monitor the way the Race Relation Act is working.

Commission for Racial Equality (CRE) Elliot House
10 – 12 Allington Street
London
SW1E 5EH

020 7828 7022

www.cre.gov.uk

کمیشن فار ریشیل اکوالٹی۔ سی آرای

سی آرای (Commission for Racial Equality - CRE) ایک "منصفانہ اور متحد معاشرے کیلئے کام کرتا ہے، جہاں کثیر النسلی کو قدر کی نگاہ سے دیکھا جائے۔" اس کا بنیادی مقصد نسلی امتیاز کی ختمی کیلئے کام، لوگوں میں اچھے تعلقات کا فروغ اور "ریس ریلیشن ایکٹ" پر عمل کے طریقہ کار پر نظر رکھنا ہے۔

Commission for Racial Equality (CRE)
Elliot House
10 – 12 Allington Street
London
SW1E 5EH

کمیشن فار ریشیل ایکوالٹی (سی آرای)
ایلی اٹ ہاؤس، 10-12 سٹی روڈ
لندن SW1E 5EH

ویب سائٹ: www.cre.gov.uk

فون: 020 7828 7022

Commission for Social Care Inspection – CSCI

CSCI ensure that the National Minimum Standards are upheld by organisations. There are standards for Adult Placement, Domiciliary Care (which you can receive in you own home) and for Residential Homes. These standards are available on line and reports about individual homes and services are available locally.

If you have a complaint about any support you or your family are receiving you should tell **CSCI**

www.csci.gov.uk

The website has information in a number of languages on it.

This national website also has details of all the local offices.

کمیشن فار سوشل کیئر انسپکشن - سی ایس سی آئی

سی ایس سی آئی (Commission for Social Care Inspection – CSCI) مختلف قومی تنظیموں کے کم سے کم قومی معیار (سٹینڈرڈ) پر ہونے کو یقینی بناتا ہے۔ "ایڈلٹ پلیسمنٹ (بالغوں کی تقرری)"، "ڈومیسیلری کیئر (گھر میں دیکھ بھال)" اور "ریزیڈنشل ہومز" کے معیار مقرر کیے گئے ہیں۔ یہ سٹینڈرڈ آن لائن دستیاب ہیں اور انفرادی گھروں اور سرؤسز کی رپورٹیں مقامی طور پر دستیاب ہیں۔

اگر آپکو، خود کو یا فیملی کو ملنے والی کسی سپورٹ کے متعلق شکایت ہے تو آپکو سی ایس سی آئی (CSCI) کو مطلع کرنا چاہیے۔

ویب سائٹ: www.csci.gov.uk

اس ویب سائٹ پر بہت ساری زبانوں میں معلومات موجود ہیں۔

اس نیشنل ویب سائٹ پر تمام مقامی دفاتر کی تفصیلات بھی ہیں۔

DIAL UK

Dial offer information and advice about all aspects of disability. The organisation is run for and by disabled people.

Dial UK
Park Lodge
St Catherine's Hospital
Tickhill Road
Doncaster
DN4 8QN

www.dialuk.info

01302 310123

This main number will be able to give you details of your local office.

Your local office can offer free independent advice on all aspects of disability over the telephone and in drop-in centres. Contact your local office for local information.

ڈائل یوکے

ڈائل (DIAL UK) معذوری کے تمام پہلوؤں پر مشورہ اور معلومات فراہم کرتے ہیں۔ یہ تنظیم معذور افراد، معذور افراد کیلئے چلاتے ہیں۔

Dial UK
Park Lodge
St Catherine's Hospital
Tickhill Road
Doncaster
DN4 8QN

ڈائل یوکے
پارک لاج، سینٹ کیتھرین ہاسپٹل
ٹکٹ ہل روڈ
ڈون کاسٹر DN4 8QN

فون: 01302 310123 www.dialuk.info ویب سائٹ:

اس مرکزی نمبر سے آپ کو اپنے مقامی دفتری تفصیلات معلوم ہو جائیں گی۔

آپ کا مقامی دفتر، فون پر اور ڈراپ ان سنٹرڈ میں، معذوری کے تمام پہلوؤں پر مفت آزادانہ مشورہ دے سکتا ہے۔ مقامی معلومات کیلئے اپنے مقامی دفتر سے رابطہ کریں۔

Disability Rights Commission – DRC

The Disability Rights Commission (DRC) is an independent body established in April 2000 by Act of Parliament to stop discrimination and promote equality of opportunity for disabled people.

DRC Helpline
FREEPOST MID02164
Stratford upon Avon
CV37 9BR

Telephone: 08457 622 633

Textphone: 08457 622 644

(You can speak to an operator at any time between 8am and 8pm, Monday to Friday)

www.drc-gb.org

Information is available in a number of languages from the front page of the website.

ڈس ایبلٹی رائٹس کمیشن - ڈی آر سی

ڈس ایبلٹی رائٹس کمیشن - ڈی آر سی (Disability Rights Commission – DRC) معذور افراد کیلئے، امتیازی سلوک کی روک تھام اور مساوی مواقع کے فروغ کیلئے، "ایکٹ آف پارلیمنٹ" کے تحت اپریل 2000ء میں قائم کردہ ایک آزاد ادارہ ہے۔

DRC Helpline
FREEPOST MID02164
Stratford upon Avon
CV37 9BR

ڈی آر سی ہیلپ لائن

فری پوسٹ MID02164

سٹریٹ فورڈ - ایون - ایون CV37 9BR

فون: 08457 622 633 ٹیکسٹ فون: 08457 622 644

(آپ پیر سے جمعہ، صبح 8 بجے سے رات 8 بجے تک کسی بھی وقت آپریٹر سے بات کر سکتے ہیں)

ویب سائٹ: www.drc-gb.org

ویب سائٹ کے فرنٹ پیج سے بہت سی دوسری زبانوں میں معلومات دستیاب ہیں۔

The Foundation for People with Learning Disability (FPLD)

The **FPLD** aim to promote the rights, quality of life and opportunities of people with learning disabilities and their families

www.fpld.org.uk

020 7803 1100

Mencap – see the details on page 9

دی فاؤنڈیشن فار پیپل وِڈ لرننگ ڈس ایبلٹی (ایف پی ایل ڈی)

ایٹ پی ایل ڈی (The Foundation for People with Learning Disability - FPLD) سیکھنے میں

معذوری رکھنے والوں اور انکے گھرانوں کیلئے حقوق، معیار زندگی اور مواقع کے فروغ کا مقصد لیے ہوئے ہے۔

فون: 020 7803 1100

ویب سائٹ: www.fpld.org.uk

مینکیپ (Mencap)

صفحہ 9 پر تفصیلات ملاحظہ فرمائیں۔

National Association for Adult Placement Services (NAAPS)

NAAPS offer support and advice to anyone providing (or thinking of providing) support to people in their own homes. These people may have a learning disability but may also be physically disabled or elderly.

www.naaps.org.uk

نیشنل ایسوسی ایشن فار ایڈلٹ پلیسمنٹ سروسز (نیپس)

نیپس (National Association for Adult Placement Services - NAAPS) ایسے لوگوں کو سپورٹ اور مشورہ فراہم کرتے ہیں جو لوگوں کو اُنکے ہی گھرؤں میں سپورٹ کرتے ہوں (یا کرنے کا سوچ رہے ہوں)۔ یہ لوگ سیکھنے میں معذور بھی ہو سکتے ہیں اور ساتھ ساتھ جسمانی طور پر معذور یا بہت بوڑھے بھی۔

ویب سائٹ: www.naaps.org.uk

There is a lot of information about national and local government and the services they offer available on.

www.direct.gov.uk

The Multikulti website aims to support citizenship through the delivery of culturally appropriate and accurately translated information in the following areas of welfare law — debt, employment, health, housing, immigration and welfare benefits.

www.multikulti.org.uk

نیشنل اور لوکل گورنمنٹ اور سروسز کے متعلق بہت سی معلومات وہ اس ویب سائٹ پر فراہم کرتے ہیں۔

ویب سائٹ: www.direct.gov.uk

"ملٹی کلٹی" کی ویب سائٹ ان موضوعات پر، سماجی طور پر موزوں اور درست ترجمے کے ساتھ معلومات فراہم کرتے ہوئے، ویلفیئر لاء کے ان شعبوں میں سٹیٹن شپ کو سپورٹ کرنے کا مقصد لیے ہوئے ہے۔: قرض، ملازمت، صحت، ہاؤسنگ، امیگریشن اور ویلفیئر بینیفٹ۔

ویب سائٹ: www.multikulti.org.uk

Health (including) information on Specific Conditions

Promoting and maintaining the health of people with a learning disability is very important and there are a large numbers of resources available to help with this.

There are also lots of resources about specific conditions that may be affecting people. This section includes details of the following resources

General Health

BBC Health – page 25

NHS Direct – page 26

Valuing People Support Team – (Health) – page 27

National Patient Safety Agency –
page 27

صحت (بشمول)

مخصوص حالات پر معلومات

سیکھنے میں معذور افراد کی صحت کا فروغ اور بقاء بہت اہم ہیں اور اس بات کے حصول کیلئے بڑی تعداد میں وسائل موجود ہیں۔ کچھ مخصوص حالات سے متعلق بھی، جن میں لوگ مبتلا ہوں، بہت سے وسائل ہیں۔ اس سیکشن میں مندرجہ ذیل وسائل کی متعلقہ معلومات ہیں۔

صحت عامہ

بی بی سی (BBC) ہیلتھ: صفحہ 25

این ایچ ایس (NHS) ڈائرکٹ: صفحہ 26

ویلیونگ پیپل سپورٹ ٹیم - (ہیلتھ): صفحہ 27

نیشنل پیسینٹ سیفٹی ایجنسی: صفحہ 27

Specific Conditions

- Autism – page 28
Blindness – page 29
Cancer – page 31
Cerebral Palsy – page 32
Deafness (and deaf/blind) – page 33
Down's syndrome – page 35
Epilepsy- page 36
Mental health (and child and adolescent mental health) – page 37
Palliative care and support – page 37
Prada-Willi – page 39
Sickle Cell – page 40
Spina-bifida – page 41

مخصوص حالات

- آٹزم: صفحہ 28
اندھاپن: صفحہ 29
کینسر: صفحہ 31
سیرپیرل پالسی: صفحہ 32
بہرہ پن (اؤر بہرہ / اندھا): صفحہ 33
ڈاؤنز سنڈروم: صفحہ 35
اپہی لیپسی یا مرگی: صفحہ 36
دماغی صحت (اؤر بچوں اور نوجوانوں کی دماغی صحت): صفحہ 37
پہلی اینڈوکرین اور سپورٹ: صفحہ 37
پرادا-وِلی: صفحہ 39
سکل سیل: صفحہ 40
سپائنا بیفیدا: صفحہ 41

General Health

The following websites contain useful information about health and health services – the websites will often have links to other information.

BBC health website – contains lots of basic information and introductions to different conditions – with links to other useful more specific sites.

www.bbc.co.uk/health

The information is all in English

صحت عامہ

مندرجہ ذیل ویب سائٹیں صحت اور سہولیات صحت کے متعلق مفید معلومات رکھتی ہیں۔ ان ویب سائٹوں پر اکثر دوسری معلومات کے بھی لنک ہوتے ہیں۔

بی بی سی ہیلتھ ویب سائٹ

بی بی سی ہیلتھ (BBC Health) کی ویب سائٹ بنیادی معلومات اور مختلف حالتوں کے متعلق، مزید وضاحت کیلئے دوسری ویب سائٹوں کے لنک مہیا کرتے ہوئے، تعارفی مواد فراہم ہے۔

ویب سائٹ: www.bbc.co.uk/health

یہ تمام معلومات انگلش میں ہیں۔

NHS Direct – Information is available via telephone, the internet and on Digital (Sky) television.

0845 4647

There are translation services available on this number. State which language you would like (in English) at the start of the call.

www.nhsdirect.gov.uk

There is a link to follow from the front page for information in a number of languages

If you have Sky television press the green 'interactive' button then the '0' button (for more) and then the number '1' button and this will take you lots of useful information and it's available in lots of languages

این ایچ ایس ڈائریکٹ

این ایچ ایس ڈائریکٹ (NHS Direct) معلومات بذریعہ فون، انٹرنیٹ اور ڈیجیٹل (سکائی) ٹی وی میسر ہیں۔

فون: 0845 4647

اس نمبر پر ترجمے کی سہولت دستیاب ہے۔ کال کے شروع میں (انگلش میں) بتائیے کہ آپ کو کونسی زبان میں بات کرنا ہے۔

ویب سائٹ: www.nhsdirect.gov.uk

فرنٹ پیج پر دیا گیا ایک لنک ہے جس سے بہت سی زبانوں میں معلومات ملتی ہیں۔

اگر آپ کے پاس سکائی ٹیلی ویژن ہے تو 'انٹرایکٹیو' کا سبز بٹن دبائیے اور پھر (آگے جانے کیلئے) نمبر '0' دبائیے اور پھر نمبر '1'

بٹن دبائیے۔ اس طرح آپ کو بہت سی معلومات ملیں گی اور ایسا بہت سی زبانوں میں ممکن ہے۔

Valuing People Support Team – Health

The **VPST** website has lots of helpful information in a separate section about health.

Health Action Plans are particularly important and you can find out about these here.

www.valuingpeople.gov.uk/health

National Patient Safety Agency (NPSA)

The aim of the **NPSA** is to ensure patients have a safe journey through the **NHS**. Included in this is some work they have done regarding people with a learning disability in hospital. They also offer information on how to make complaints if you, or a family member have not been treated fairly within the **NHS**

www.npsa.nhs.uk

ویلیوانگ پپل سپورٹ ٹیم - صحت

وی پی ایس ٹی (Valuing People Support Team) کی ویب سائٹ پر، صحت پر ایک علیحدہ سیکشن میں، بکثرت مفید معلومات ہیں۔

"ہیلتھ ایکشن پلان" خاص اہمیت رکھتے ہیں اور اس کے متعلق معلومات اس ویب سائٹ پر دیکھی جاسکتی ہیں:

ویب سائٹ: www.valuingpeople.gov.uk/health

نیشنل پیسنٹ سیفٹی ایجنسی (این پی ایس اے)

این پی ایس اے (National Patient Safety Agency - NPSA) کا مقصد یہ ہے کہ این ایچ ایس (NHS) میں مریض کا سفر حفاظت کے ساتھ ہو۔ یہاں انکا کچھ کام جو انہوں نے ہاسپٹل کے اندر سیکھنے میں معذور لوگوں کے لیے کیا ہے، کا تذکرہ ہے۔ اگر آپ کے یا کسی فیملی ممبر کے ساتھ این ایچ ایس (NHS) میں مناسب سلوک نہیں کیا گیا تو یہ اگلو شکایت کرنے کے طریقہ کار کی بھی معلومات فراہم کرتے ہیں۔

ویب سائٹ: www.npsa.nhs.uk

Specific conditions

Autism

The [National Autistic Society](#) offers confidential advice and information to people with autism or Asperger syndrome and their families. They provide an advocacy service to offer support and information about special educational needs.

They have produced information about autism in a number of different languages. There is a link to these from the front page of the website.

The National Autistic Society
393 City Road
London
EC1V 1NG

www.nas.org.uk

020 7833 2299 (The Autism Helpline)
0870 600 8585

مخصوص حالات

آٹزم

نیشنل آٹسٹک سوسائٹی (National Autistic Society) آٹزم (Autism) یا اسپرژ سنڈرم کے شکار لوگوں اور ان کے گھرانوں کو پرائیویٹ مشورہ اور معلومات فراہم کرتی ہے۔ یہ مخصوص تعلیمی ضروریات کے متعلق سپورٹ اور معلومات فراہم کرنے کیلئے ایک ایڈووکیسی سروس چلاتی ہے۔

ان لوگوں نے بہت سی زبانوں میں آٹزم پر معلومات تیار کر رکھی ہیں۔ ان معلومات تک ویب سائٹ کے فرنٹ پیج سے لنک دیا گیا ہے۔

The National Autistic Society
393 City Road
London EC1V 1NG

نیشنل آٹسٹک سوسائٹی، 393 سٹی روڈ
EC1V 1NG لندن

ویب سائٹ: www.nas.org.uk

فون: 020 7833 2299 (دی آٹزم ہیلپ لائن)، 0870 600 8585

Blindness

The [Royal National Society for the Blind](http://www.rnib.org.uk) produce information on learning disabilities and blindness including a Focus newsletter.

Royal National Institute of the Blind
105 Judd Street
London
WC1H 9NE

Tel: 020 7388 1266
Fax: 020 7388 2034

Helpline 0845 766 9999 (They use Language line.)

www.rnib.org.uk

بلائنڈنیس

"رائل نیشنل سوسائٹی فار دی بلائنڈ" لرننگ ڈس ایبیلیٹی اور بلائنڈنیس (اندھاپن) پر معلوماتی مواد تیار کرتی ہے جس میں "فوکس" نیوز لیٹر بھی شامل ہے۔

Royal National Institute of the Blind
105 Judd Street
London
WC1H 9NE

رائل نیشنل انسٹیٹیوٹ آف دی بلائنڈ
105 جڈسٹریٹ

لندن WC1H 9NE

فون: 020 7388 1266 فیکس: 020 7388 2034

ہیلپ لائن: 0845 766 9999 (یہ "لینگویج لائن" کا استعمال کرتے ہیں)

ویب سائٹ: www.rnib.org.uk

Association of Blind Asians

Provides information and advice and help with daily living.

Association of Blind Asians
Room 16, Zenith House
210 Church Street
Leyton
London
E10 7JQ

020 8588 6792
Advice line 2pm – 5pm Mondays

ایسوسی ایشن آف بلائنڈ ایشینز

ایسوسی ایشن آف بلائنڈ ایشینز (Association of Blind Asians) روزانہ کے معمولات زندگی میں معلومات اور مشورہ
اور مدد فراہم کرتی ہے۔

Association of Blind Asians
Room 16, Zenith House
210 Church Street
Leyton
London
E10 7JQ

ایسوسی ایشن آف بلائنڈ ایشینز
رؤم 16، زینتھ ہاؤس، 210 چرچ سٹریٹ
لیٹن
لندن
E10 7JQ

فون: 020 8588 6792

اڈوائس لائن: بروز سوموار، دوپہر 2 بجے سے شام 5 بجے

Cancer

Asian Cancer Information and Support Line

Information produced in a number of different languages these include Bengali, Hindi, Punjabi and Urdu.

Asian Cancer Information and Support Line
17 Britannia Street
London
WC1X 9JN

020 7713 7867

کینسر

ایشین کینسر انفارمیشن اینڈ سپورٹ لائن (Asian Cancer Information and Support Line)

بہت ساری مختلف زبانوں، جن میں بنگالی، ہندی، پنجابی اور اردو شامل ہیں، میں تیار کردہ کینسر سے (Cancer) متعلق
معلومات۔

Asian Cancer Information and Support
Line
17 Britannia Street
London
WC1X 9JN

ایشین کینسر انفارمیشن اینڈ سپورٹ لائن
17 بریٹانیا سٹریٹ
لندن WC1X 9JN
فون: 020 7713 7867

Cerebral Palsy

SCOPE is a national organisation devoted to supporting people with cerebral palsy and their families. Some campaigns e.g. "housing need" are specifically for ethnic minority groups.

SCOPE
6 Market Road
London
N7 9PW

(Helpline) 0800 626216

www.scope.org.uk

سیریل پالسی

سکوپ ایک نیشنل آرگنائزیشن ہے جو سیریل پالسی (Cerebral Palsy) کے شکار لوگوں اور ان کے گھرانوں کیلئے وقف ہے۔ کچھ مہمات، جیسے "ہاؤسنگ نیڈ"، خاص طور پر نسلی اقلیت والے گروپوں کیلئے ہیں۔

SCOPE
6 Market Road
London
N7 9PW

سکوپ
6 مارکیٹ روڈ

لندن N7 9PW

ہیلپ لائن: 0800 626216 ویب سائٹ: www.scope.org.uk

Deafness

Royal National Institute for the Deaf

(RNID) have a special care services provision for people with learning disabilities.

RNID

19 – 23 Featherstone Street

London

EC1 8SL

0808 808 0123

www.rnid.org.uk

The National Deaf Children's Society have a "Black, young and deaf" project

National Deaf Children's Society

15 Dufferin St

London

EC1Y 8UR

020 7250 0123

www.ndcs.org.uk

ڈیف نیس یا بہرہ پن

رؤئل نیشنل انسٹیٹیوٹ فار دی ڈیف

آرلین آئی ڈی (Royal National Institute for the Deaf - RNID) کے پاس سیکھنے میں معذور می رکھنے
والوں کیلئے ڈیف نیس (Deafness) یا بہرہ پن کے سلسلے میں اسپیشل کیئر سروسز کی سہولت موجود ہے۔

RNID

19 – 23 Featherstone Street

London EC1 8SL

آرلین آئی ڈی، 19-23 فیدرسٹون سٹریٹ

لندن EC1 8SL

فون: 0808 808 0123 ویب سائٹ: www.rnid.org.uk

نیشنل ڈیف چلڈرنز سوسائٹی (National Deaf Children's Society) بلیک، یانگ اینڈ ڈیف (Black, young and deaf)

پر اچیکٹ، پر کام کر رہی ہے۔

National Deaf Children's Society

15 Dufferin St

London EC1Y 8UR

نیشنل ڈیف چلڈرنز سوسائٹی، 15 ڈفرین سٹریٹ

لندن EC1Y 8UR

فون: 020 7250 0123 ویب سائٹ: www.ndcs.org.uk

SENSE

SENSE is an organisation supporting deaf/ blind people

SENSE
11 – 13 Clifton Terrace
Finsbury Park
London
N4 3SR

020 7272 7774

www.sense.org.uk

سینس

سینس (SENSE) اندھے / بہرے لوگوں کو سپورٹ کرنے والی ایک تنظیم ہے۔

سینس

SENSE
11 – 13 Clifton Terrace
Finsbury Park
London N4 3SR

13-11 کلنٹن ٹیرس، فنزبری پارک

لندن N4 3SR

ویب سائٹ: www.sense.org.uk

فون: 020 7272 7774

Down's Syndrome

The [Down's Syndrome Association](#) has local area officers to support families. They can be contacted through the main office.

They also produce information on Down's Syndrome in Arabic, Bengali, Chinese, Gujarati, Punjabi, Spanish, Urdu and Welsh.

The Down's Syndrome Association
Langdon Down Centre
2a Langdon Park
Teddington
TW11 9PS

Tel: 0845 230 0372
Fax: 0845 230 0373

www.dsa-uk.com

ڈاؤنز سنڈرم

ڈاؤنز سنڈرم ایسوسی ایشن (Down's Syndrome Association) کے ہاں لوگوں کو سپورٹ کرنے کیلئے لوکل ایریا آفیسر ہیں۔ ان سے مرکزی دفتر کے ذریعے رابطہ ہو سکتا ہے۔
وہ ڈاؤنز سنڈرم (Down's Syndrome) پر عربی، بنگالی، چینی، گجراتی، پنجابی، اسپینش، اردو اور ویلش میں معلومات تیار کرتے ہیں۔

The Down's Syndrome Association
Langdon Down Centre
2a Langdon Park
Teddington
TW11 9PS

دی ڈاؤنز سنڈرم ایسوسی ایشن
لینگڈن ڈاؤن سنٹر، 2a لینگڈن پارک
ٹیدنگٹن
TW11 9PS

فیکس: 0845 230 0373

فون: 0845 230 0372

ویب سائٹ: www.dsa-uk.com

Epilepsy

The [British Epilepsy Association](http://www.epilepsy.org.uk) runs an Epilepsy Helpline, which is free.

The website also has an email support line.

The British Epilepsy Association
New Anstey House
Gate Way Drive
Yeadon
Leeds
LS19 7XY

0800 800 5050

www.epilepsy.org.uk

ایپی لیسپی یا مِریگی

برٹش ایپی لیسپی ایسوسی ایشن (British Epilepsy Association) ایک ایپی لیسپی ہیلپ لائن چلاتے ہیں جو کہ
مفت ہے۔

اسکی ویب سائٹ پر ایک ای میل سپورٹ لائن بھی ہے۔

The British Epilepsy Association
New Anstey House
Gate Way Drive
Yeadon
Leeds LS19 7XY

دی برٹش ایپی لیسپی ایسوسی ایشن
نیوانسٹ ہاؤس، گیٹ وے ڈرائیو، ییڈن
لیڈز LS19 7XY

www.epilepsy.org.uk: ویب سائٹ

فون: 0800 800 5050

Supporting someone with mental health problems.

There are a number of organisations that support people and families dealing with mental health problems – these are just some of them

MIND (National Association for Mental Health)
15 – 19 Broadway
London
E15 4BQ

020 8519 2122

Infoline 0845 766 0163

www.mind.org.uk

دماغی صحت کے مسائل رکھنے والوں کی مدد کرنا

دماغی صحت کے مسائل رکھنے والے لوگوں اور ان کے گھرانوں کو سپورٹ کرنے کیلئے بہت سی تنظیمیں موجود ہیں۔ یہاں ان میں سے کچھ کا تذکرہ ہے۔

MIND (National Association for Mental Health)
15 – 19 Broadway
London E15 4BQ

مانڈ (MIND) نیشنل ایسوسی ایشن فار مینٹل ہیلتھ

15-19 براڈوے

لندن E15 4BQ

انفولائن: 0845 766 0163

فون: 020 8519 2122

ویب سائٹ: www.mind.org.uk

Child and Adolescent Mental Health (CAMHS)

There will be services within the NHS supporting young people and their families with mental health problems.

A useful website is -
www.camhs.org.uk

Palliative Care

The National Council
for Palliative Care
The Fitzpatrick Building
188-194 York Way
London N7 9AS

020 7697 1520

www.ncpc.org.uk

چائلڈ اینڈ اڈولیسٹ مینٹل ہیلتھ - سی اے ایم ایچ ایس

Child and Adolescent Mental Health (CAMHS)

این ایچ ایس (NHS) کے اندر ہی ایسی سروس موجود ہوگی جو دماغی صحت کے مسائل رکھنے والے نوجوانوں اور ان کے گھرانوں کو سپورٹ کریں۔

ایک مفید ویب سائٹ یہ ہے:

ویب سائٹ: www.camhs.org.uk

پیلی ایٹو کیئر (Palliative Care)

The National Council for Palliative Care
The Fitzpatrick Building
188-194 York Way
London N7 9AS

دی نیشنل کونسل فار پیلی ایٹو کیئر

دی فٹز پیٹرک بلڈنگ، 188-194 یارک وے

لندن N7 9AS

ویب سائٹ: www.ncpc.org.uk

فون: 020 7697 1520

Prader-Willi Syndrome

The [Prader-Willi Syndrome Association](http://www.pwsa.co.uk) is a special association for people and families affected by the syndrome.

Through its members, both affected families and the professionals who help them, it is in touch with many of the cases of **PWS** in this country.

PWSA (UK)
125a London Road
Derby
DE1 2QQ

01332 365676

www.pwsa.co.uk

پریڈا- ولی سنڈرم

پریڈر ویل سنڈرم ایسوسی ایشن پریڈا- ولی سنڈرم (Prada-Willi Syndrome) سے متاثر لوگوں اور گھرانوں کیلئے ایک اسپیشل ایسوسی ایشن ہے۔ اپنے ممبران کے ذریعے، جن میں متاثر گھرانے اور انکی مدد کرنے والے پیشہ ور لوگ شامل ہیں، یہ اس ملک میں پی ڈبلیو ایس (PWS) کے بہت سارے کیوں سے واقف ہے۔

PWSA (UK)
125a London Road
Derby
DE1 2QQ

پی ڈبلیو ایس اے، یو کے

125a لندن روڈ

ڈربی DE1 2QQ

ویب سائٹ: www.pwsa.co.uk

فون: 01332 365676

Sickle Cell

Sickle Cell Society
54 Station Road
London
NW10 4UA

020 8961 7795

www.sicklecellsociety.org

Stephanie Sulaiman has compiled a list of places with sickle cell and thalassaemia counsellors. She can be contacted at:

Balham Health Centre
120 Bedford Hill
Balham
London
SW12 9HP

020 8700 0615

سِکِل سیل (Sickle Cell)

سِکِل سیل سوسائٹی

54-اسٹیشن روڈ، لندن NW10 4UA

Sickle Cell Society
54 Station Road
London NW10 4UA

فون: 020 8961 7795 ویب سائٹ: www.sicklecellsociety.org

سٹیفنی سلیمان نے سِکِل سیل اور "تھیلیہ سیریا" سے متعلق کونسلنگ کرنے والوں کی ایک لسٹ ترتیب دی ہے۔ اس سے رابطہ اس پتے پر ہو سکتا ہے:

Balham Health Centre
120 Bedford Hill
Balham
London SW12 9HP

بیلیم ہیلتھ سینٹر

120 بیڈ فورڈ ہل، بیلیم، لندن SW12 9HP

فون: 020 8700 0615

Spina Bifida

The Spina Bifida and Hydrocephalus Association (ASBAH) can be contacted at:

ASBAH
42 Park Rd
Peterborough
Cambridgeshire
PE1 2UQ

01733 555988

www.asbah.org

سپائنا بفیڈا

سپائنا بفیڈا اینڈ ہائڈرو سیفلس ایوسی ایشن (Spina Bifida and Hydrocephalus Association)، اے ایس بی اے ایچ یا ایبہ (ASBAH) سے سپائنا بفیڈا (Spina Bifida) کے سلسلے میں اس پتے پر رابطہ ہو سکتا ہے:

ASBAH
42 Park Rd
Peterborough
Cambridgeshire
PE1 2UQ

اے ایس بی اے ایچ (ایبہ)

42 پارک روڈ، پیٹربوروا

کیمبرج شائر، PE1 2UQ

ویب سائٹ: www.asbah.org

فون: 01733 555988

Sources of useful information on BME issues to do with social care

There are a number of resources available specifically for BME communities that can help with accessing social care

These include

BLINK – page 43

Commission for Racial Equality - **CRE**
- (see page 16)

Joint Council for the Welfare of
Immigrants - **JCWI** – page 44

Asian People with Disabilities Alliance – page 45

Confederation of Indian Organisations – page 46

سوشل کیئر کے پہلو سے بی ایم ای (BME) سے متعلق وسائل کی معلومات
بی ایم ای (BME) کمیونٹی کیلئے مختص بہت سارے وسائل موجود ہیں جن سے سوشل کیئر حاصل کرنے میں مدد لی جاسکتی
ہے۔

اس میں شامل ہیں:

بلائنک (BLINK): صفحہ 43

کمیونٹی فار ریٹیل اکیڈمی، سی آرای (CRE) (دیکھیں صفحہ 16)

مشیکرہ کونسل برائے بہبود مہاجرین، جے سی ڈبلیو آئی (JCWI): صفحہ 44

ایشین پیپل ڈوڈس ایڈیٹیو ایجنسی: صفحہ 45

کانفیڈریٹن آف انڈین آرگنائزیشنز: صفحہ 46

BLINK (Black Information Link)

This is a very useful website of black information.

BLINK
Suite 12 Winchester House
9 Cranmer Road
London SW9 6EJ

Tel: 020 7582 1990
Fax: 020 7793 8269

www.blink.org.uk

Commission for Racial Equality CRE – see page 16

بلیک انفارمیشن لنک (بلیک انفارمیشن لنک)

بلیک انفارمیشن لنک (BLINK - Black Information Link) بلیک انفارمیشن سے متعلق بہت مفید ویب سائٹ ہے۔

BLINK
Suite 12 Winchester House
9 Cranmer Road
London SW9 6EJ

بلیک
سویٹ 12، ونچر ہاؤس، 9 کیمبرج روڈ
لندن SW9 6EJ

فون: 020 7582 1990 فیکس: 020 7793 8269

ویب سائٹ: www.blink.org.uk

کمیشن فار ریشیل اکوالٹی (Commission for Racial Equality CRE)

دیکھیے صفحہ 16۔

Joint Council for the Welfare of Immigrants

JCWI is an independent national voluntary organisation, campaigning for justice and combating racism in immigration and asylum law and policy. JCWI provides free advice and casework, training courses, and a range of publications.

Joint Council for the Welfare of Immigrants (JCWI)
115 Old Street
London
EC1V 9RT

020 7251 8708

www.jcwi.org.uk

جائٹ کونسل فار دی ویلفیئر آف امیگرینٹس

جے سی ڈبلیو آئی (Joint Council for the Welfare of Immigrants - JCWI) ایک آزاد قومی رضا کارانہ تنظیم ہے، جو امیگریشن اور از انلم کے قانون اور پالیسی میں انصاف کے حصول اور نسلی امتیاز کے خلاف لڑنے میں کوشاں ہے۔ جے سی ڈبلیو آئی (JCWI) مفت مشورہ اور کیس کی ترتیب، ٹریننگ کورسز اور کثیر تعداد میں طباعت فراہم کرتی ہے۔

Joint Council for the Welfare of
Immigrants (JCWI)
115 Old Street
London
EC1V 9RT

جائٹ کونسل فار دی ویلفیئر آف امیگرینٹس (جے سی ڈبلیو آئی)

115 اولڈ سٹریٹ

لندن EC1V 9RT

ویب سائٹ: www.jcwi.org.uk

فون: 020 7251 8708

Asian People with Disabilities Alliance (APDA)

APDA was founded in 1988, it continues to be managed and run by Asian people with in depth knowledge and personal experience of disability and caring. It is a non-governmental community organisation.

APDA
Suite 6 Floor 4
Alperton House
Bridgewater Road
Wembley
HA0 1EH

020 8902 2113

www.apda.org.uk

ایشینز پیپل وِڈس ایبلٹیز الائنس

اے پی ڈی اے (Asian People with Disabilities Alliance - APDA) 1988ء میں وجود میں آئی۔ اس کے بعد سے یہ ایسے ایسٹیز کی عملداری میں چلائی جا رہی ہے، جو معذوری اور دیگر مجال سے متعلق علم کی گہرائی اور ذاتی تجربہ رکھتے ہیں۔ یہ ایک غیر حکومتی کمیونٹی آرگنائزیشن ہے۔

APDA
Suite 6 Floor 4
Alperton House
Bridgewater Road
Wembley HA0 1EH

اے پی ڈی اے
سواٹ 6، فلور 4، ایلپرن ہاؤس، برج وائٹروڈ
Wembley HA0 1EH

فون: 020 8902 2113 ویب سائٹ: www.apda.org.uk

Confederation of Indian Organisations

CIO (UK)'s South Asian Health Project is aimed at providing increased levels of awareness on a wide range of issues that will impact positively on the mental and physical well being of older Asians. CIO does outreach work with Elderly Asian centres and raises awareness on various health issues and care paths particularly in relation to Cancer, Diabetes, CHD, Obesity, Osteoporosis, Diet, Nutrition and Disability

CIO
5 Westminster Bridge Road
London
SE1 7XW

020 7928 9889

www.cio.org.uk

کانفیڈریشن آف انڈین آرگنائزیشنز

سی آئی او (Confederation of Indian Organisations - CIO) یو کے (UK) کے "ساؤتھ ایشین ہیلتھ پراجیکٹ" کا مقصد ان بہت سی باتوں کے متعلق سمجھ بوجھ کی سطح کو بڑھانا ہے جن کا ایشیائی عمر رسیدہ لوگوں کی جسمانی اور ذہنی صحت پر مثبت اثر پڑتا ہے۔ سی آئی او (CIO) عمر رسیدہ ایشینز کے سنئرز کے ساتھ غیر معمولی سطح پر کام کرتا ہے اور صحت کے مختلف پہلوؤں اور خاص طور پر کینسر، شوگر، سی ایچ ڈی، او بی سی، اڈیوپروٹوس، غذا، نشوونما اور معذوری پر سمجھ بوجھ میں اضافہ کرتا ہے۔

CIO
5 Westminster Bridge Road
London
SE1 7XW

سی آئی او

5 ویسٹ برج روڈ

لندن SE1 7XW

ویب سائٹ: www.cio.org.uk

فون: 020 7928 9889

Financial Help

This section is broken into two parts – The first deals with national issues and the second with local issues

Sources of help with finance -National

Benefits Agency – page 48

Citizens Advice Bureau – page 48 (also see page 49)

Direct Payments – page 49

Family Fund – page 50

Independent Living Fund – page 51

Sources of help with finance – Local

Council Tax – page 53

Disability Equipment Register – page 54

Housing Corporation – page 56

RADAR – page 57

مالی مدد

اس سیکشن کو دودھوں میں تقسیم کیا گیا ہے، پہلے حصے میں قومی سطح کے معاملات میں اور دوسرے میں مقامی سطح کے۔

مالی مدد کے ذرائع – مقامی

کونسل ٹیکس – صفحہ 53

ڈس ایبلٹی ایکویپمنٹ رجسٹر – صفحہ 54

ہاؤسنگ کارپوریشن – صفحہ 56

راڈار (آر اے ڈی اے آر، RADAR) – صفحہ 57

مالی مدد کے ذرائع – قومی

بیلیفٹس ایجنسی – صفحہ 48

سٹیرنگ اوڈاؤ اس بیورڈ – صفحہ 48 (صفحہ 49 بھی دیکھیں)

ڈائریکٹ پیمنٹس – صفحہ 49

فیملی فنڈ – صفحہ 50

انڈیپنڈنٹ لوئنگ فنڈ – صفحہ 51

In order to find exactly what help you are entitled to, you should contact your local welfare benefits advisor.

They can be contacted usually via the council offices or by going to the local Citizens Advice Bureau (CAB) – see page 13

Always request an interpreter when you make an appointment if this would help you.

The Department for Work and Pensions produce leaflets explaining different types of benefit.

They are available at Post Offices as well as from the Benefits Office.

www.dwp.gov.uk

They are also produced in other languages including Arabic, Bengali, Chinese, Gujarati, Punjabi, Somali, Urdu, and Vietnamese.

www.dwp.gov.uk/otherlanguages

صحیح طور پر یہ جاننے کیلئے کہ کون سی مدد کے آپ مستحق ہیں آپکو اپنے مقامی ویلفیئر اڈوائزر سے رابطہ کرنا چاہیے۔ ان سے عام طور پر کونسل آفس یا پھر مقامی سٹیٹرز اڈوائس بیورو (CAB) (دیکھیں صفحہ 13) کے ذریعے رابطہ کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کو ترجمان کے ذریعے بات کرنے میں سہولت محسوس ہوتی ہو تو اس کی گزارش کرنا نہ بھولیں۔ ملازمت اور پنشن کا محکمہ بیلیفٹ کی مختلف اقسام پر لیفلٹ (معلوماتی پرچے) شائع کرتا ہے۔ یہ آپکو پوسٹ آفس یا بیلیفٹس آفس میں ملیں گے۔

ویب سائٹ: www.dwp.gov.uk

یہ لیفلٹ دوسری زبانوں میں بھی تیار کیے جاتے ہیں جن میں عربی، بنگالی، چینی، گجراتی، پنجابی، صومالی، اردو اور ویٹنامی شامل ہیں۔

ویب سائٹ: www.dwp.gov.uk/otherlanguages

Increasingly, if people have been assessed as needing a care package, they can claim their money to pay for support directly – this is called "Direct Payments".

The Department of Health has produced guides to Direct Payments and these are available on 08701 555 455 or www.dh.gov.uk/publications

'A guide to receiving direct payments from your local council' 40475

'Easy guide to direct payments' 33291 (This includes a CD and tape to help explain the payments)

اگر مستقل دیکھا جائے کہ لوگوں کی کسی دیکھ بھال کے پیکیج کی ضرورت بڑھتی جا رہی ہے تو وہ سپورٹ کیلئے اپنی رقم ڈائریکٹ حاصل کرنے کا کلیم بھی کر سکتے ہیں۔ اسے "ڈائریکٹ پیمنٹ" کہتے ہیں۔

ہیلپی ڈیپارٹمنٹ ڈائریکٹ پیمنٹ پر گائیڈ میا کرتا ہے اور یہ فون نمبر 08701 555 455 پر یا ویب سائٹ

www.dh.gov.uk/publications پر حاصل کی جاسکتی ہیں۔

"آپکی لوکل کونسل سے ڈائریکٹ پیمنٹس حاصل کرنے پر ایک گائیڈ" 40475

"ڈائریکٹ پیمنٹس پر آسان گائیڈ" 33291 (اس میں پیمنٹ کی تفصیل سمجھانے کیلئے ایک سی ڈی اور ٹیپ بھی شامل ہے)

The Family Fund

The Family Fund provides timely grants to families with severely disabled or seriously ill children based on families' views and needs.

They may help with laundry, daily costs and even holidays.

Family Fund
Unit 4, Alpha Court
Monks Cross Drive
Huntington
York
YO32 9WN

0845 130 4542

www.familyfund.org.uk

دی فیملی فنڈ

دی فیملی فنڈ (The Family Fund) شدید معذور یا سخت بیمار بچوں والی فیملیوں کو ان کے نقطہ نظر اور ضرورت کے مطابق ہر وقت گرانٹ فراہم کرتا ہے۔

اس گرانٹ سے لانڈری، روزانہ کے اخراجات، یہاں تک کہ تفریحی چھٹیوں کے متعلق بھی مدد مل سکتی ہے۔

Family Fund
Unit 4, Alpha Court
Monks Cross Drive
Huntington
York
YO32 9WN

فیملی فنڈ

یونٹ 4، الفاکورٹ، مونکس کراس ڈرائیو، ہنٹنگٹن

یورک YO32 9WN

ویب سائٹ: www.familyfund.org.uk

فون: 0845 130 4542

Independent Living Fund (ILF)

The Independent Living Fund may help with the costs of supporting a severely disabled person to live in their own home.

ILF
PO Box 7525
Nottingham
NG8 3RD

0845 601 8815

www.ilf.org.uk

انڈپنڈنٹ لوانگ فنڈ

انڈپنڈنٹ لوانگ فنڈ (Independent Living Fund - ILF) کسی شدید معذور کے اپنے ہی گھر میں رہنے کو سپورٹ کرنے کے اخراجات میں مدد کر سکتا ہے۔

ILF
PO Box 7525
Nottingham
NG8 3RD

آئی ایل ایف

پی او بکس 7525

ناٹنگھم
NG8 3RD

ویب سائٹ: www.ilf.org.uk

فون: 0845 601 8815

There are often changes to the laws about benefits and also people's right to benefits change as their circumstances change.

Therefore it is very important that you regularly review what you are claiming with a benefits advisor.

The benefit you claim is your legal right – it is not a charitable gift, it is your entitlement.

بئنیفٹ کے قوانین میں عام طور پر تبدیلیاں ہوتی رہتی ہیں۔ اس کے علاوہ لوگوں کے حالات کے ساتھ ان کے بئنیفٹ کے استحقاق میں بھی تبدیلی آتی ہے۔

اس لیے بہت اہم ہے کہ آپ ایک بئنیفٹ اڈوائزر کے ذریعے اپنے بئنیفٹس پر مستقل نظر ثانی کرتے رہیں۔ جو بئنیفٹ آپ کلیم کرتے ہیں وہ آپ کا قانونی حق ہے، یہ کوئی خیراتی تحفہ نہیں۔ آپ اس کے صحیح حقدار ہیں۔

Sources of financial support - Local

If you are supporting a person with a learning disability in your family (or you are the person) you may be using some of the benefits already mentioned.

If you are on a low income, you could receive housing benefit towards your rent and a council tax reduction.

You should contact the council, via the housing department, to find out about this.

It may be that you need special adaptations for your home. You may get a grant from the council to help with this. A trained person, sometimes an occupational therapist, will visit you from the council and give you advice on the best options.

مالی مدد کے وسائل - مقامی

اگر آپ اپنے گھر میں سیکھنے میں معذوری رکھنے والے کسی فرد کو سنبھال رہے ہیں (یا آپ خود ہی وہ شخص ہیں) تو ہو سکتا ہے آپ پہلے بیان کیے گئے بینیفٹس میں سے کچھ حاصل کر رہے ہوں۔

اگر آپ کی تنخواہ کم ہے تو آپ اپنے کرایہ کے سلسلے میں ہاؤسنگ بینیفٹ حاصل کر سکتے ہیں اور کونسل ٹیکس میں کمی کر سکتے ہیں۔ اسکے متعلق مزید جاننے کیلئے آپکو ہاؤسنگ ڈیپارٹمنٹ کے ذریعے کونسل سے ملنا چاہیے۔

ہو سکتا ہے آپکو اپنے گھر میں اسپیشل تبدیلیوں کی ضرورت ہو۔ اس سلسلے میں آپکو کونسل سے گرانٹ مل سکتی ہے۔ ایک ماہر شخص، بعض اوقات ایک معالج، کونسل کی طرف سے آپ سے ملاقات کرے گا اور آپکو بہترین آپشن کے متعلق مشورہ دے گا۔

Most councils give advice on adaptations and you should find details of these on your local council website.

There is a [Disability Equipment Register](#)

This is a not-for-profit organisation providing a service for disabled people and their families to enable them to buy and sell items of used disability equipment on a direct One-to-One basis.

Disability Equipment Register
4 Chatterton Road
Yate
Bristol
BS37 4BJ

01454 318818

www.disabreg.pwp.blueyonder.co.uk

اکثر کونسلیں مناسب ردوبدل پر مشورہ دیتی ہیں اور اس کے متعلق آپ کو لوکل کونسل کی ویب سائٹ سے معلومات کرنی چاہئیں۔

ایک ڈس ایبلٹی ایکیوومنٹ رجسٹر (Disability Equipment Register) ہے۔

یہ بغیر منافع کی بنیاد پر قائم ادارہ ہے جو معذور لوگوں اور ان کے گھرانوں کی خدمت کیلئے ہے تاکہ وہ معذوری میں کام آنے والا استعمال شدہ سازو سامان ایک دوسرے کو آمنے سامنے بیچ سکیں۔

Disability Equipment Register
4 Chatterton Road
Yate
Bristol
BS37 4BJ

ڈس ایبلٹی ایکیوومنٹ رجسٹر

4 چیٹرن روڈ، بیٹ

برسٹل BS37 4BJ

ویب سائٹ: www.disabreg.pwp.blueyonder.co.uk

فون: 01454 318818

Council of Disabled People

The Council of Disabled People have details about equipment and where it can be seen.

www.bcodp.org.uk

If a person with a learning disability wants to live independently they could visit the Council Housing Department for advice, they could discuss it with their social worker and they could possibly go to a "Housing Association".

These are organisations set up to provide good accommodation at reasonable prices, they do not make a profit.

کونسل آف ڈس ایبلڈ پیپل

کونسل آف ڈس ایبلڈ پیپل (Council of Disabled People) یا معذور افراد کی کونسل کے پاس اکوپمنٹ (آلات) کی لسٹ ہوتی ہے اور یہ کہ وہ کہاں ملتے ہیں۔

ویب سائٹ: www.bcodp.org.uk

اگر سیکھنے میں معذور افراد اکیلے (آزادانہ) رہنا چاہیں تو وہ "کونسل ہاؤسنگ ڈیپارٹمنٹ" میں مشورے کیلئے جاسکتے ہیں، وہ اپنے سوشل ورکر سے اس پر بات کر سکتے ہیں اور وہ ممکنہ طور پر "ہاؤسنگ ایوسی ایشن" سے بھی مل سکتے ہیں۔ یہ وہ ادارے ہیں جن کو مناسب قیمت پر اچھی رہائش دینے کیلئے بنایا گیا ہے۔ یہ منافع نہیں کاتے۔

The Housing Corporation provides a list of Housing Associations.

Enquiries & Complaints team
The Housing Corporation
1 Park Lane
Leeds
LS3 1EP

0845 230 7000

www.housingcorp.gov.uk

Some are specifically for Black people and sometimes for people with learning disabilities.

If you want to rent a place to live, it is now illegal to refuse to rent it to you because of your disability (The Disability Discrimination Act).

ہاؤسنگ کارپوریشن، ہاؤسنگ ایسوسی ایشنوں کی لسٹ فراہم کرتی ہے۔

Enquiries & Complaints team
The Housing Corporation
1 Park Lane
Leeds
LS3 1EP

انکوائری اینڈ کمپلینٹ ٹیم، دی ہاؤسنگ کارپوریشن

1 پارک لین

لیڈز LS3 1EP

فون: 0845 230 7000

ویب سائٹ: www.housingcorp.gov.uk

ان میں سے کچھ صرف بلیک (سیاہ فام) لوگوں کیلئے مخصوص ہوتی ہیں اور بعض اوقات سیکھے میں معذور لوگوں کیلئے۔
اگر آپ کرایہ پر رہائش لینا چاہیں تو اب آپ کو معذور ہونے کی وجہ سے انکار کرنا غیر قانونی ہے (دی ڈس ایبلٹی ڈسکریمینیشن ایکٹ)۔

There is a [Disability Rights Commission](#) Helpline to support you if you feel discriminated against because of disability (see page 19).

08457 622633

RADAR produce a booklet called "Finding Appropriate Housing"

RADAR
12 City Forum
250 City Road
London
EC1V 8AV

020 7250 3222

www.radar.org.uk

ڈس ایبلٹی رائٹس کمیشن (Disability Rights Commission) کی ہیلپ لائن بھی ہے تاکہ اگر آپ سمجھیں کہ آپ کے ساتھ معذوری کی وجہ سے امتیازی سلوک برتا گیا ہے تو وہ آپ کو سپورٹ کرے۔

فون: 08457 622633

راڈار (آر اے ڈی اے آر، RADAR) ایک کتابچہ چھاپتا ہے جس کا نام ہے "فائنڈنگ اپراپری ایٹ ہاؤسنگ"۔

RADAR
12 City Forum
250 City Road
London
EC1V 8AV

راڈار، 12 سٹی فورم

250 سٹی روڈ

لندن EC1V 8AV

فون: 020 7250 3222، ویب سائٹ: www.radar.org.uk

It may be that you can no longer support a family member at home. There are several options.

Perhaps you need a break for a few hours a week or even longer.

Perhaps you need to visit relatives abroad.

In all these cases, respite care may be a possibility.

Respite care may be provided in your home or in residential provision.

Some schemes, such as **Crossroads**, offer volunteers who will "sit" and spend time with a disabled person.

Ask at your Citizens' Advice Bureau or at Social Services for details of such schemes.

یہ ہو سکتا ہے کہ آپ اپنے فیملی ممبر کو گھر پہ سپورٹ نہ کر سکیں۔ اسکے اڈر بھی بہت سارے راستے ہیں۔

شاید آپ کو ہر ہفتے کچھ گھنٹے یا اس سے بھی زیادہ کی بریک چاہیے۔

شاید آپ کو بیرون ملک اپنے رشتہ داروں سے ملنے جانا ہو۔

ان تمام صورتوں میں ریسپائٹ (وقفہ) کیئر ایک آپشن ہو سکتی ہے۔

ریسپائٹ کیئر آپ کے گھر پر بھی دی جا سکتی ہے اڈر رہائشی سہولت گاہ میں بھی۔

کچھ منصوبے، جیسا کہ کراس روڈز (Crossroads)، ایسے رضا کار مہیا کرتے ہیں، جو معذور افراد کے پاس موجودہ کر ان کا خیال رکھیں۔

اپنے "سٹیڈیز اڈو اےس بیورہ" یا "سوشل سروسز" میں ایسے منصوبوں کی تفصیلات معلوم کریں۔

If you would like a longer break, social workers are increasingly aware that families may need to visit their homeland for longer periods than the average two week holiday.

If you think your request for respite is not fully understood because English is not your first language, ask for an interpreter to explain your case.

Respite care providers can sometimes be recruited from within your community. Alternatively you may be offered a place in a care home. It should be made quite clear to staff of any concerns you have – possibly about dietary requirements or the gender of carers.

Staff are now being trained in cultural awareness and should understand and respect any request that you make.

(You may have to pay for respite care.)

اگر آپ کو اس سے طویل بریکٹ چاہیے تو سوشل ورکر اس بات سے پوری طرح آگاہ ہیں کہ فیملی کو اوسط دو ہفتے کی چھٹی سے زیادہ عرصے کیلئے اپنے وطن جانا پڑ سکتا ہے۔

اگر آپ سمجھیں کہ آپ کی "ریسپاٹ" کی درخواست کو، انگلش آپ کی پہلی زبان نہ ہونے کی وجہ سے، صحیح طور پر نہیں سمجھا گیا تو کسی ترجمان کو اپنا کیس واضح کرنے کیلئے کہیں۔

ریسپاٹ کیئر کریو والے بعض اوقات آپ کی کمیونٹی سے ہی مل جاتے ہیں۔ متبادل طور پر آپ کو کسی کیئر ہوم میں جگہ کی پیشکش ہو سکتی ہے۔ سٹاف کو آپ نے کھل کر بتانا ہو گا کہ آپ کس چیز کے بارے میں فکر مند ہیں، مثلاً کسی خاص غذا کی ضرورت یا دیکھ بھال کرنے والے کام در عورت ہونا۔

سٹاف کو اب معاشرتی سمجھ بوجھ کے ساتھ ٹریننگ دی جاتی ہے اور امید ہے کہ وہ آپ کی درخواست کو سمجھیں گے۔
(ہو سکتا ہے آپ کو ریسپاٹ کیئر کے اخراجات برداشت کرنے پڑیں)

Sometimes people may need to move away from home to live in residential care. **The National Care Standards** published in 2001 outline the standard of care that people have to receive. These include respecting people's cultural and religious beliefs.

If you need residential care you will be assessed by social services and will have a care manager. They will try to ensure that the package of care put together for you is the best option for you. You can have a big say in this.

If you feel unhappy with any aspect of the care you are offered, you must tell your care manager.

Care homes are inspected to ensure they meet the necessary standards and inspectors will welcome views on peoples' experiences.

It is best to plan for a situation where a person with a learning disability may no longer be able to live with their family so that if there was a sudden crisis people would know what was going to happen. This is far less traumatic for everybody.

بعض اوقات لوگوں کو رہائشی سہولت میں دیکھ بھال حاصل کرنے کیلئے گھر سے منتقل ہونا پڑتا ہے۔ 2001ء میں شائع شدہ دی نیشنل کیئر سٹینڈرڈز (The National Care Standards) میں لوگوں کو دی جانے والی دیکھ بھال کے معیار طے کیے گئے ہیں۔ اس میں لوگوں کی سماجی اور مذہبی ضروریات کا خیال رکھنا شامل ہے۔

اگر آپ کو رہائشی دیکھ بھال کی ضرورت ہے تو اس بات کی جانچ 'سوشل سروسز' والے کریں گے اور آپ کو ایک کیئر مینیجر دیا جائے گا۔ وہ اس بات کو یقینی بنانے کی کوشش کریں گے کہ آپ کیلئے ترتیب دیا جانے والا 'کیئر پیکیج' آپ کیلئے بہترین آپشن ہو۔ اگر آپ دیکھ بھال کے کسی بھی پہلو سے خوش نہ ہوں تو آپ کو اپنے کیئر مینیجر کو بتانا چاہیے۔

اس بات کو یقینی بنانے کیلئے کیئر ہومز کی انسپیکشن ہوتی رہتی ہے کہ وہ ضروری معیار کو برقرار رکھیں اور انسپیکٹر لوگوں کے ذاتی تجربات کو خوش آمدید کہتے ہیں۔

بہتر ہے کہ ایک ایسی صورت حال کی پہلے سے منصوبہ بندی کی جائے جس میں سیکھنے سے معذور شخص مزید اپنی فیملی کے ساتھ نہ رہ سکے۔ تاکہ جب ایسے حالات اپناٹک آپریٹس تو لوگوں کو پتہ ہو کہ اب کیا ہوگا۔ اس سے ہر شخص کے اپناٹک صدمے میں بہت کمی ہو جائے گی۔

Leisure

Many people with learning disabilities could join in more activities and make more friends if they knew about some of the organisations to support them. Many of the websites detailed above have links to local clubs and activities you could get involved in.

Mencap run Gateway clubs for people with learning disabilities.

Check the **Mencap** website for your nearest club and more information about leisure activities.

www.mencap.org.uk

تفریح

سیکھنے میں معذوری رکھنے والے بہت لوگوں کو اگر ایسے اداروں کا معلوم ہو جائے جو انہیں سپورٹ کرتے ہیں تو وہ زیادہ سرگرمیوں میں حصہ لے سکتے ہیں اور زیادہ لوگوں کو دوست بنا سکتے ہیں۔ اوپر دی گئی بہت سی ویب سائٹوں پر لوکل کلبوں اور مشاغل کے لنک میں جن میں آپ شریک ہو سکتے ہیں۔

میکیپ (Mencap) والے سیکھنے میں معذوری رکھنے والوں کیلئے "گیٹ وے" کلب چلاتے ہیں۔

اپنے قریب ترین کلب اور تفریحی مشاغل کی بابت معلوم کرنے کیلئے میکیپ (Mencap) کی ویب سائٹ ملاحظہ فرمائیں

ویب سائٹ: www.mencap.org.uk

Sport

People with learning disabilities may enjoy taking part in sports, it will help with their health.

Mencap Sport was launched in 2005 when **Mencap** took over the work of the English Sports Association for People with Learning Disability.

Type the word 'sport' into the search on the **Mencap** website (see page 9)

If you live in London there is a very good website with lots of information about sport in the capital

www.londonsportsforum.org.uk

Special Olympics take place for people with a learning disability – look at

www.specialolympicsgb.org/index.html

The Sport England website also has some useful contacts

www.activeplaces.com

سپورٹس

سیکھنے میں معذور ری رکھنے والے سپورٹس میں حصہ لے سکتے ہیں۔ اس سے ان کی صحت پر مثبت اثر پڑے گا۔
"مینکیپ (Mencap) سپورٹ" 2005ء میں شروع کی گئی، مینکیپ (Mencap) نے "انگلش سپورٹس ایسوسی ایشن فار
پہیل وڈلرننگ ڈس ایبلٹی" کا کام سنبھالا۔

مینکیپ (Mencap) کی ویب سائٹ پر سرچ (تلاش) کے خانے میں "سپورٹ" کا لفظ ٹائپ کریں (دیکھیں صفحہ 9)۔
اگر آپ لندن میں رہتے ہیں تو لندن میں سپورٹس کی پیش بہا معلومات پر ایک بہت اچھی ویب سائٹ یہ ہے:

ویب سائٹ: www.londonsportsforum.org.uk

سیکھنے میں معذور ری رکھنے والوں کیلئے "اسپیشل اولمپکس" بھی ہوتی ہیں۔ ملاحظہ فرمائیں:

ویب سائٹ: www.specialolympicsgb.org/index.html

"دی سپورٹ انگلیڈ" کی ویب سائٹ پر بھی کچھ مفید رابطے ہیں۔

ویب سائٹ: www.activeplaces.com

Advocacy

Advocacy groups try to ensure people with a learning disability know about and get their rights. There are a number of advocacy organisations across the country.

[People First](http://www.peoplefirst.org.uk) is a group set up to promote the rights of people with learning disabilities in society. It is run for and by people with learning disabilities.
www.peoplefirst.org.uk

[Choice and Voice](http://www.choiceandvoice.com) are based in Bristol, they say 'We couldn't find any websites for people with learning disabilities so we thought we would set up our own.'

On this site you will be able to leave messages, meet some pen friends, listen to some music, and leave your views and opinions.

www.choiceandvoice.com

ایڈووکیسی

ایڈووکیسی گروپس اس بات کو یقینی بنانے کی کوشش کرتے ہیں کہ سیکھنے میں معذور رکھنے والے لوگوں کو اپنے حقوق کا علم ہو اور انہیں وہ ملیں بھی۔ ملک بھر میں بہت ساری ایڈووکیسی کی تنظیمیں ہیں۔

پہلے فرسٹ (People First) ایک گروپ ہے جو معاشرے میں سیکھنے میں معذور رکھنے والے لوگوں کے حقوق کی حمایت کرتا ہے۔ یہ گروپ سیکھنے میں معذور رکھنے والے لوگ ہی اپنے لیے چلاتے ہیں۔

ویب سائٹ: www.peoplefirst.org.uk

چوائس اینڈ وائس (Choice and Voice) کا محل وقوع "برسٹل" ہے۔ انکا کہنا ہے: "ہمیں سیکھنے میں معذور رکھنے والوں کیلئے کوئی ویب سائٹ نہ ملی تو ہم نے سوچا ہم خود اپنی ایک ویب سائٹ بنائیں گے۔" اس ویب سائٹ پر آپ پیغام چھوڑ سکیں گے، کچھ قلمی دوستوں سے مل سکیں گے، کچھ میوزک سن سکیں گے اور اپنے نقطہ نظر اور رائے کا اظہار کر سکیں گے۔

ویب سائٹ: www.choiceandvoice.com

CHANGE are another advocacy organisation, they are based in Leeds but are a national organisation

www.changepeople.co.uk

There can be lots happening for people with learning disabilities. It is worth asking locally if there are any activities for you. Your local branch of **Mencap** will have this information (see page 9).

چینج

چینج (CHANGE) ایک اور اڈووکیسی کی تنظیم ہے، یہ "لیڈز" میں واقع ہے لیکن یہ ایک قومی تنظیم ہے۔

ویب سائٹ: www.changepeople.co.uk

سیکھنے میں معذوری رکھنے والوں کیلئے ہو سکتا ہے بہت کچھ ہو رہا ہو۔ اس لیے مقامی طور پر یہ معلوم کرنے میں کوئی حرج نہیں کہ آپ کیلئے وہاں کیا ہو رہا ہے۔ آپ کے میمبیر (Mencap) کی لوکل برانچ کے پاس اسکی معلومات ہونگی (دیکھیں صفحہ 9)۔

Holidays and Travel

If you want to go on holiday or travel abroad there are some agencies to help you.

There are some organisations who may be able to provide some financial support towards the costs of holidays. These include:

Handicapped Aid Trust
15 Church Street
Lytham
FY8 5LH

01253 796441

The Family Fund (see page 50)
Unit 4 Alpha Court
Monks Cross Drive
Huntington
York
YO32 9WN.

0845 130 4542

www.familyfundtrust.org.uk

تعطیلات اور سفر

اگر آپ تفریحی چھٹیوں پر یا بیرون ملک جانا چاہیں تو کچھ اہلیاں آپ کی مدد کر سکتی ہیں۔
کچھ ایسی تنظیمیں ہیں جو چھٹیوں میں تفریح کے اخراجات کے سلسلے میں مالی سپورٹ کر سکتی ہیں۔ ان میں یہ شامل ہیں:

Handicapped Aid Trust
15 Church Street
Lytham FY8 5LH

ہینڈی کیپڈ ایڈ ٹرسٹ، 15 چرچ سٹریٹ

لتھم FY8 5LH

فون: 01253 796441

The Family Fund (see page 50)
Unit 4 Alpha Court
Monks Cross Drive, Huntington
York YO32 9WN

دی فیملی فنڈ، یونٹ 4، الفاکورٹ، مونکس کراس ڈرائیو، ہینڈنگٹن
یارک YO32 9WN ("دی فیملی فنڈ" کیلئے دیکھیں صفحہ 50)

ویب سائٹ: www.familyfundtrust.org.uk

فون: 0845 130 4542

Holiday Care

Holiday Care attempts to give everyone the opportunity to get away at least once a year with family and friends.

They do not provide funding for holidays but may be able to direct you to a number of organisations who do. Holiday Care's mission is to help disabled and older people lead independent lives by enhancing their ability to travel.

www.holidaycare.org.uk

0845 124 9971

Tourism for All
The Hawkins Suite
Enham Place
Enham Alamein
Andover SP11 6JS

Again search for holidays on the **Mencap** website for lots of links and resources (see page 9)

ہولی ڈے کیئر

ہولی ڈے کیئر (Holiday Care) ہر کسی کو سال میں کم از کم ایک مرتبہ اپنی فیملی اور دوستوں کے ساتھ باہر نکلنے کا موقع فراہم کرنے کی کوشش کرتی ہے۔

یہ چھٹیوں میں تفریح کیلئے فنڈنگ نہیں دیتے لیکن ایسی کئی تنظیموں سے متعارف کرا سکتے ہیں جو فنڈنگ دستیاب ہیں۔ ہولی ڈے کیئر کا مقصد معذور اور عمر رسیدہ لوگوں کی ٹریول کے سلسلے میں مدد کر کے ان کی آزادانہ طرز زندگی کے حصول میں مدد کرنا ہے۔

فون: 0845 124 9971 ویب سائٹ: www.holidaycare.org.uk

Tourism for All
The Hawkins Suite
Enham Place, Enham Alamein
Andover SP11 6JS

ٹورزم فار آل، دی ہاکنز سویٹ، انہم پلیس، انہم الایمن
انڈوور SP11 6JS

ایکبار پھر بہت سے لنک اور وسائل کے بارے میں جاننے کیلئے میسجیپ (Mencap) کی ویب سائٹ پر "ہولی ڈے" تلاش کریں (دیکھیں صفحہ 9)۔

Travel

Train travel can be made easier by having a disabled persons railcard. Looking at the national rail enquires website will give you information about the physical accessibility of stations.

www.disabledpersons-railcard.co.uk

www.nationalrail.co.uk

You may be able to claim the mobility part of the **Disability Living Allowance** for your transport costs. If you are claiming the higher rate of Disability Living Allowance you can apply for Motability – this will help you to lease or buy a car so you can travel more easily - the website has information in lots of languages.

www.motability.co.uk

ٹریول

ٹرین ٹریول معذور افراد کا ریل کارڈ رکھنے والوں کیلئے آسان تر ہے۔ نیشنل ریل کی ویب سائٹ پر "سوالات" کے سیکشن میں آپ کو ریلوے اسٹیشن میں (معذوروں کیلئے) رسائی کے راستوں کی معلومات ملیں گی۔

ویب سائٹ: www.disabledpersons-railcard.co.uk

ویب سائٹ: www.nationalrail.co.uk

آپ "ڈس ایبلٹی لیونگ الاؤنس (Disability Living Allowance) کا موٹیلٹی (نقل و حرکت) سے متعلق حصہ ٹرانسپورٹ کے اخراجات کی مد میں لے سکتے ہیں۔ اگر آپ زیادہ ریٹ پر ڈس ایبلٹی الاؤنس کلیم کر رہے ہوں تو آپ "موٹیلٹی" کیلئے ایلانی کر سکتے ہیں۔ اس سے آپ کو ایک کار خریدنے یا "لیز" پر لینے میں مدد ملے گی تاکہ آپ زیادہ آسانی سے سفر کر سکیں۔ نیچے دی گئی ویب سائٹ پر کئی زبانوں میں معلومات ہیں۔

ویب سائٹ: www.motability.co.uk

Your local social services department will have details of the "blue badge" scheme which allows disabled people to park with no charges and in some restricted areas.

Disabled people can often also get free passes for their local transport.

Taxis cannot refuse to take you because you are disabled. Many firms now have specially adapted cars.

Due to the Disability Discrimination Act, disabled people should be able to travel by public transport in safety and comfort.

آپکا لوکل سوشل سروسز ڈیپارٹمنٹ کے پاس "بلیو بیج" اسکیم کی معلومات ہونگی جس کے تحت معذور افراد کو مفت اور بعض ممنوع جگہوں پر پارک کرنے کا اجازت نامہ مل جاتا ہے۔

معذور افراد کو اکثر اپنی بسوں میں بھی سفر کرنے کا فری پاس مل جاتا ہے۔

ٹیکسی آپ کو معذور ہونے کی بنا پر انکار نہیں کر سکتی۔ بہت ساری فرموں کے پاس اب معذوروں کی سہولت کیلئے خاص گاڑیاں ہیں۔

"ڈس ایبلٹی ڈس کریمنیشن ایکٹ" کی وجہ سے پبلک ٹرانسپورٹ میں معذور افراد کو حفاظت اور سہولت کے ساتھ سفر کے قابل ہونا چاہیے۔

Moving On

When a young person leaves school there may be many choices for them. Families need to find out about these. One of the best places to find information is - www.movingonup.info (see page 10)

Another useful website is run by the Transition Information Network, who also produce a magazine called 'My Future Choices'

020 7843 6006
www.transitioninforonetwork.org.uk

Children from 14 onwards will be given an assessment by social workers on their future needs and you will be involved in planning future action. If a young person has not received ones of these then ask social services to complete one, they are important for the future.

آگے بڑھنا

جب ایک نوجوان سکول چھوڑتا ہے تو اس کے پاس بہت سی چیزیں انتخاب کیلیے ہوتی ہیں۔ فیملیوں کو ان کے بارے میں معلوم کرنے کی ضرورت ہے۔

معلومات کیلیے بہترین جگہوں میں سے ایک یہ ہے:

ویب سائٹ: www.movingonup.info (دیکھیں صفحہ 10)

ایک اور مفید ویب سائٹ "ٹرانزیشن انفارمیشن نیٹ ورک" چلاتا ہے، جو مائی فیوچر چوائسز (My Future Choices) کے نام سے ایک میگزین بھی نکالتا ہے۔

فون: 020 7843 6006

ویب سائٹ: www.transitioninforonetwork.org.uk

14 سال کی عمر سے بچوں کی مستقبل کی ضروریات کی سوشل ورکر کے ذریعے جانچ کی جائیگی اور آپ اپنے مستقبل کی منصوبہ بندی میں شامل ہونگے۔ اگر کسی نوجوان کو ابھی تک یہ سہولت نہیں ملی تو سوشل سروسز سے اسکی تکمیل کیلیے کہیں۔ یہ مستقبل کیلیے بہت اہم ہیں۔

Young people can also receive help on future plans from their careers officer or Connexions advisor.

For information on these services contact your local education office or the national number.

Connexions

080 800 13 2 19

www.connexions.gov.uk

All services should be working together to complete one plan for the future.

نوجوان اپنے مستقبل کے منصوبے پر اپنے کیریئر آفیسر یا کنیکشن اڈوائزر سے بھی مدد حاصل کر سکتے ہیں۔

ان سرؤسز پر معلومات کیلئے اپنے لوکل ایجوکیشن آفیسر یا نیشنل نمبر پر بات کریں۔

کنیکشنز (Connexions)

فون: 080 800 13 2 19

ویب سائٹ: www.connexions.gov.uk

Some people with learning disabilities study a variety of courses at colleges.

Some colleges are especially designed to support students gain skills to live as independently as possible.

Certain colleges are residential and can support people with a range of disabilities. All college staff should be trained in providing services that are culturally aware.

The Learning and Skills Council is responsible for all post 16 education and training.

The Learning and Skills Council Cheylesmore House
Quinton Road
Coventry
CV1 2WT

0870 900 6800
www.lsc.gov.uk

سیکھنے میں معذوری رکھنے والے کچھ لوگ کالجوں میں کئی طرح کے کورس پڑھتے ہیں
سرؤسر دینے کی ٹریننگ دی جانی چاہیے۔

دی لرننگ اینڈ سکلز کونسل (The Learning and Skills Council) 16 سال کی عمر کے بعد کی تعلیم اور ٹریننگ
کی ذمہ دار ہے۔

The Learning and Skills Council
Cheylesmore House
Quinton Road
Coventry CV1 2WT

دی لرننگ اینڈ سکلز کونسل
چیلیئر مور ہاؤس، کونٹن روڈ
CV1 2WT کوونٹری

فون: 0870 900 6800، ویب سائٹ: www.lsc.gov.uk

NATSPEC (The Association of National Specialist Colleges) promotes education and training in residential or day settings, for students with disabilities.

NATSPEC
Kevin O'Brien
Chief Executive
39 Sanders Rd
Quorn
Loughborough
Leicestershire
LE12 8JN

01509 554357
www.natspec.org.uk

نیٹ سپیک (این اے ٹی ایس پی ای سی، NATSPEC، "دی ایوسی ایشن آف نیشنل اسپیشل اسٹڈنٹس کا لجن") معذوری رکھنے
والے طالب علموں کیلئے ریڈیشنیل یا ڈے سینٹرنگ میں تعلیم اور ٹریننگ کو ترویج دیتا ہے۔

NATSPEC
Kevin O'Brien
Chief Executive
39 Sanders Rd
Quorn
Loughborough
Leicestershire LE12 8JN

نیٹ سپیک، کیون او برائن، چیف ایگزیکٹو
39 سینڈرز روڈ، کوآرن
لاف براء، لیسٹر شائر LE12 8JN

فون: 01509 554357، ویب سائٹ: www.natspec.org.uk

SKILL (The National Bureau for Students with Disabilities) promotes opportunities for young people and adults with any kind of disability in post-16 education, training and employment.

Skill
Chapter House
18-20 Crucifix Lane
London
SE1 3JW

0800 328 5050
www.skill.org.uk

سکل (SKILL)، "دی نیشنل بیوروفار اسٹوڈنٹس وڈ ڈس ایبلٹیٹیز" کسی بھی طرح کی معذوری رکھنے والے نوجوانوں اور بالغوں کی 16 سال کی عمر کے بعد کی تعلیم کے مواقع کو فروغ دینے کیلئے ہے۔

Skill
Chapter House
18-20 Crucifix Lane
London SE1 3JW

سکل
چیپٹر ہاؤس، 18-20 کروسی فکس لین
لندن SE1 3JW

فون: 0800 328 5050، ویب سائٹ: www.skill.org.uk

Some organisations support people with learning disability into work. Some of the national providers are

The Rathbone Society

www.rathbone.co.uk

(on-line contact available via the website)

The Shaw Trust

www.shaw-trust.org.uk

01225 716350

Remploy

www.remplo.co.uk

0800 138 7656

کچھ ادارے سیکھنے میں معذوری رکھنے والوں کو کام دلانے میں سپورٹ کرتے ہیں۔

دی رتھبون سوسائٹی (The Rathbone Society)

ویب سائٹ: www.rathbone.co.uk

(ویب سائٹ کے ذریعے آن لائن رابطے کی سہولت موجود ہے)

دی شاء ٹرسٹ (The Shaw Trust)

ویب سائٹ: www.shaw-trust.org.uk

فون: 01225 716350

رہمپلائے (Remploy)

ویب سائٹ: www.remplo.co.uk

فون: 0800 138 7656

Further Help

There are many organisations that can offer various support and ideas to people with disabilities so that they can lead full and interesting lives. These are just some of them.

Many organisations have websites that give links to other sources of help. Libraries today can usually help you to access the internet.

AbilityNet is an organisation to assist adults and children to use computers and computer equipment.

0800 269545
www.abilitynet.co.uk

Youreable.com is a website with a wide range of information for disabled people.

www.youreable.com

مزید مدد

بہت ساری تنظیمیں ہیں جو معذور ری رکھنے والے لوگوں کو کئی طرح سے سپورٹ اور مشورے فراہم کرتی ہیں تاکہ وہ مکمل اور دلچسپ زندگی بسر کریں۔

بہت ساری تنظیمیں اپنی ویب سائٹ رکھتی ہیں، جن میں مدد کے دوسرے ذرائع کے لنک دیے گئے ہیں۔ آجکل لائبریری میں انٹرنیٹ کی سہولت عام طور پر پائی جاتی ہے۔

"ایبلیٹی نیٹ" بالوں اور بچوں کو کمپیوٹر اور کمپیوٹر سے متعلقہ اکوپنٹ (سازو سامان) استعمال کرنے میں مدد دینے والی تنظیم ہے۔

فون: 0800 269545

ویب سائٹ: www.abilitynet.co.uk

Youreable.com ایک ویب سائٹ ہے جس پر معذور لوگوں کیلئے بہت سارے موعومات پر معلومات ہیں۔

ویب سائٹ: www.youreable.com

If you live in London the organisation **GLAD** (Greater London Action on Disability) can provide information and advice.

GLAD
336 Brixton Road
London
SW9 7AA

020 7346 5800
www.glad.org.uk

An organisation called **Ricability** assesses equipment for disabled people and produces unbiased reports.

Ricability
30 Angel Gate
City Road
London EC1V 2PT

020 7427 2460
www.ricability.org.uk

اگر آپ لندن میں رہتے ہیں تو گلیڈ (GLAD)، گریٹر لندن ایکشن آن ڈس ایبلٹی (اوپر معلومات اور مشورہ دے سکتا ہے۔

GLAD
336 Brixton Road
London
SW9 7AA

گلیڈ

336 بکسن روڈ

لندن SW9 7AA

فون: 020 7346 5800، ویب سائٹ: www.glad.org.uk

ایک تنظیم جسے ریکے ہیلٹی (Ricability) کہتے ہیں معذور افراد کیلئے ایڈاپٹ کی جانچ کرتی ہے اور غیر جانب دار رپورٹ تیار کرتی ہے۔

Ricability
30 Angel Gate
City Road
London EC1V 2PT

ریکے ہیلٹی

30 انجل گیٹ، سٹی روڈ

لندن EC1V 2PT

فون: 020 7427 2460، ویب سائٹ: www.ricability.org.uk

We hope that this information has been helpful to you.

Good luck for the future

ہم امید کرتے ہیں کہ یہ معلومات آپ کیلئے مفید ثابت ہوںیں۔
مستقبل کیلئے "گڈ لک"۔