ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਪਰਕ

ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸਿਜ਼ ਰੌਇਲ ਟਰੱਸਟ ਫਾਰ ਕੇਅਰਰਜ਼
(Princess Royal Trust for Carers in Hampshire)
(ਕੇਅਰਰਜ਼ ਟਰੱਸਟ ਦਾ ਹਿੱਸਾ)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01264 835246
www.carercentre.com

ਯੰਗ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਇਨ ਨੌਰਥ ਈਸਟ ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ
(Young Carers in North East Hampshire)
ਹਾਰਟ ਐਂਡ ਰਸ਼ਮੂਰ ਯੰਗ ਕੇਅਰਰਜ਼
(Hart and Rushmoor Young Carers)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01252 815652
www.hartvolaction.org.uk

ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਯੰਗ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਅਲਾਇੰਸ
(Hampshire Young Carers Alliance)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 0800 8786500
www.hyca.org.uk

ਕੇਅਰਰਜ਼ ਟੁਗੈਦਰ (Carers Together)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01794 519495
www.carerstogether.org.uk

ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਕਾਉਂਟੀ ਕਾਉਂਸਲ
(Hampshire County Council)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 0300 555 1375
www.hants.gov.uk/adultsocialcare/carers

ਰਸ਼ਮੂਰ ਬਰੋ ਕਾਉਂਸਲ (Rushmoor Borough Council)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01252 398399
www.rushmoor.gov.uk

ਹਾਰਟ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਕਾਉਂਸਲ (Hart District Council)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01252 622122
www.hart.gov.uk

ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ

ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਐਡਵਾਇਜ਼ਰ/ਕੇਅਰਰ ਸਪੋਰਟ ਵਰਕਰ ਹੈ:

ਵੇਵਰਲੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਰਿਕਵਰੀ ਸਰਵਿਸ
(Waverley Community Mental Health Recovery Service)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01483 528100

Berkeley House
11-13 Ockford Road
Godalming
Surrey
GU7 1QU

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲੈਣੀ ਚਾਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰ, ਬ੍ਰੇਲ, ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01372 216285 **ਈਮੇਲ: communications@sabp.nhs.uk**

Surrey and Borders Partnership NHS Foundation Trust
18 Mole Business Park, Leatherhead, Surrey KT22 7AD
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 0300 55 55 222 ਟੈਕਸਟਫੋਨ: 020 8964 6326
www.sabp.nhs.uk @sabpnhs
www.facebook.com/sabpnhs

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਰੈਫਰੈਂਸ: A66379/SupportCarers/V2
ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਮਈ 2016

Surrey and Borders Partnership NHS
NHS Foundation Trust

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

ਕੇਅਰਰਜ਼ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਐਡਵਾਇਜ਼ਰਜ਼ ਅਤੇ ਕੇਅਰਰ ਸਪੋਰਟ ਵਰਕਰਜ਼ ਸਮੁੱਚੇ ਸਰੀ ਅਤੇ ਨੌਰਥ ਈਸਟ ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵੱਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ

ਬਿਹਤਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ

ਅਸੀਂ ਕੌਣ ਹਾਂ?

ਕੇਅਰਰਜ਼ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਐਡਵਾਇਜ਼ਰਜ਼ (ਸਰੀ ਵਿੱਚ) ਅਤੇ ਕੇਅਰਰ ਸਪੋਰਟ ਵਰਕਰਜ਼ (ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ) ਸਮੁੱਚੇ ਸਰੀ ਅਤੇ ਨੌਰਥ ਈਸਟ ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵੱਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸਾਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸਾਡੀ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ।

ਸਾਨੂੰ ਸਰੀ ਅਤੇ ਹੈਂਪਸ਼ਾਇਰ ਕਾਉਂਟੀ ਕਾਉਂਸਲਾਂ, ਦੋਵਾਂ, ਦੁਆਰਾ ਕੰਮ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਭਾਈਚਾਰਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਟੀਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

- ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਲਈ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
- ਮਾਹਰਾਨਾ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਕੋਲ ਭੇਜਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯੰਗ ਕੇਅਰਰਜ਼, ਐਕਸ਼ਨ ਫਾਰ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਵੈ-ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਾਲੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
- ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਵੱਜੋਂ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
- ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਸ੍ਰੋਤਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਸਵੈ-ਸੇਵੀ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰ ਖੇਤਰ ਦੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਥਿੰਕ ਫੈਮਿਲੀ (Think Family)

ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਧਾਇਆ ਜਾਏ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਤਿਕੋਣ (Triangle of Care)

ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਤਿਕੋਣ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਹਾਂ। ਇਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਕੰਮਕਾਜ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵੱਜੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

Triangle of Care
MEMBER

ਸਰੀ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਸੰਪਰਕ

ਕੇਅਰਰਸ ਸਪੋਰਟ ਏਲਮਬ੍ਰਿਜ
(Carer Support Elmbridge)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 0203 7577231
www.carersupportelmbridge.org.uk

ਕੇਅਰਰਜ਼ ਆਫ ਐਪਸੋਮ
(Carers of Epsom)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01372 722269
www.carersofepsom.co.uk

ਕੇਅਰਰਸ ਸਪੋਰਟ ਗਿਲਡਫੋਰਡ
(Carers Support Guildford)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01483 458123
www.carersguildford.co.uk

ਕੇਅਰਰਜ਼ ਸਪੋਰਟ ਮੋਲ ਵੈਲੀ
(Carers Support Mole Valley)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01306 640212
www.mvcs.org.uk

ਈਸਟ ਸਰੀ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਸਪੋਰਟ ਐਸੋਸਿਏਸ਼ਨ
(East Surrey Carers Support Association)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01883 745057
www.escsa.org.uk

ਕੇਅਰਰਸ ਸਪੋਰਟ ਰਨੀਮੇਡੇ
(Carers Support Runnymede)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01932 564446
www.surreyinformationpoint.org.uk

ਕੇਅਰਰਸ ਸਪੋਰਟ ਸਪੈਲਟਹੋਰਨ
(Carers Support Spelthorne)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01784 446234
www.carerssupportspelthorne.co.uk

ਸਰੀ ਹੀਥ ਕੇਅਰਰਜ਼
(Surrey Heath Carers)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01276 27390
www.surreyheathcarers.org.uk

ਕੇਅਰਰਸ ਸਪੋਰਟ ਵੋਕਿੰਗ
(Carers Support Woking)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01483 727277
www.carerswoking.co.uk

ਕੇਅਰਰਸ ਸਪੋਰਟ ਵੇਵਰਲੀ
(Carers Support Waverley)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01252 718166
www.carerssupportwaverley.org.uk

ਸਰੀ ਯੰਗ ਕੇਅਰਰਜ਼
(Surrey Young Carers)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01483 568269
www.surrey-youngcarers.org.uk

ਐਕਸ਼ਨ ਫਾਰ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਸਰੀ
(Action for Carers Surrey)
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ: 01483 302748
www.actionforcarers.org.uk

ਸਰੀ ਹੱਬਜ਼ (Surrey Hubs)
www.thesurreyhubs.org.uk