

## مفید رابطے

### قومی رابطے

الرجی یو کے

01322 619 898

[www.allergyuk.org](http://www.allergyuk.org)

چھاتی سے دودھ پلانے والی ماؤں کی انجمن

0300 330 5453

صبح 9.30 بجے سے رات 9.30 بجے تک، ہفتے کے ساتوں دن

[www.abm.me.uk](http://www.abm.me.uk)

استھما یو کے

0300 222 5800

[www.asthma.org.uk](http://www.asthma.org.uk)

بی بی لائف چیک

[www.babylifecheck.co.uk](http://www.babylifecheck.co.uk)

اورل ہیلتھ فاؤنڈیشن

01788 546 365

صبح 9 بجے سے شام 5 بجے تک، پیر تا جمعہ

[www.dentalhealth.org](http://www.dentalhealth.org)

چائلڈ ایکسیڈنٹ پریوینشن ٹرسٹ

020 7608 3828

[www.capt.org.uk](http://www.capt.org.uk)

کرائی-سس

08451 228 669

صبح 9 بجے سے رات 10 بجے تک

[www.cry-sis.org.uk](http://www.cry-sis.org.uk)

ڈایابیطیز یو کے

[www.diabetes.org.uk](http://www.diabetes.org.uk)

فیملی لائیوز

0808 800 2222

[www.familylives.org.uk](http://www.familylives.org.uk)

ہیلڈی اسٹارٹ

[www.healthystart.nhs.uk](http://www.healthystart.nhs.uk)

**La Leche League GB**

0845 120 2918، 24 گھنٹے ہفتہ میں 7 دن دستیاب۔

[www.laleche.org.uk](http://www.laleche.org.uk)

دا للابائی ٹرسٹ

[www.lullabytrust.org.uk](http://www.lullabytrust.org.uk)

بی بی چیک ایپ - گوگل پلے / ایپ اسٹور سے مفت۔

پیدائش سے لے کر (اور اس کے بعد) بچوں کے والدین اور نگرانوں کے لئے ایک رہنما  
بچپن کی عام بیماریاں اور فلاح و بہبود

**NHS** ہے ووڈ، مثلث اور روشڈیل کلینکل کمیشننگ گروپ

مننجانٹس ناؤ

0808 80 10 388

[www.meningitisnow.org](http://www.meningitisnow.org)

نیشنل اسٹے ایٹ۔ہوم ڈیڈ نیٹ ورک  
ڈیڈ کے نظریات، گپ شپ، خبریں اور تعاون

[www.athomedads.co.uk](http://www.athomedads.co.uk)

نیشنل بریسٹ فیڈنگ نیٹ ورک ہیلپ لائن

0300 100 0212

صبح 9.30 بجے سے رات 9.30 بجے تک، ہفتے کے ساتوں دن

[www.breastfeedingnetwork.org.uk](http://www.breastfeedingnetwork.org.uk)

نیشنل چائلڈ برتھ ٹرسٹ

0300 330 0700

صبح 8 بجے سے آدھی رات تک، ہفتے کے 7 دن

[www.nct.org.uk](http://www.nct.org.uk)

نیشنل ڈومیسٹک وائیولینس ہیلپ لائن

0808 2000 247 - 24 گھنٹے

[www.refuge.org.uk](http://www.refuge.org.uk)

نیٹ ممز

پیرنٹنگ (پرورش و پرداخت) سے متعلق صلاح اور معلومات۔

[www.netmums.com](http://www.netmums.com)

ریڈ کراس

CPR (زندگی کا بوسہ) سے متعلق معلومات

[www.redcrossfirstaidtraining.co.uk](http://www.redcrossfirstaidtraining.co.uk)

دا یو کے سیپسیس ٹرسٹ

[www.sepsistrust.org](http://www.sepsistrust.org)

Start4Life صحت بخش اشارات

[www.nhs.uk/start4life](http://www.nhs.uk/start4life)

کوئی NHS دانت کے ڈاکٹر کو تلاش کرنے کے لیے

[www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) NHS 111 کو کال کریں یا ملاحظہ کریں

## NHS 111

NHS 111 آپ کے لئے مقامی NHS طبی نگہداشت کی خدمات تک رسائی کو مزید آسان بناتی ہے۔ یہ دن میں 24 گھنٹے، سال میں 365 دن دستیاب ہے۔ لینڈلائن اور موبائل فون سے کالیں مفت ہیں۔

### NHS 111 پر کال کریں اگر:

- آپ کو جلدی میں طبی مدد درکار ہو لیکن یہ 999 ایمرجنسی نہ ہو۔
  - آپ سمجھتے ہوں کہ آپ کو A&E یا NHS کی کسی دیگر فوری نگہداشت کی خدمت سے رجوع کرنے کی ضرورت ہے۔
  - آپ کو معلوم نہیں ہے کہ کس کو کال کریں یا کال کرنے کے لئے آپ کے پاس جی پی نہیں ہے۔
  - آپ کو اس بارے میں صحت کی معلومات یا دوبارہ یقین دہانی کی ضرورت ہے کہ آگے کیا کرنا ہے۔
- اپنی کیفیت کے بارے میں آپ کے تشویش زدہ ہونے پر اگر صحت سے متعلق پیشہ ور فرد نے آپ کو کال کرنے کے لئے کوئی مخصوص نمبر دیا ہے تو، وہ نمبر استعمال کرتے رہیں۔

پیدائش سے لے کر (اور اس کے بعد) بچوں کے والدین اور نگرانوں کے لئے ایک رہنما  
بچپن کی عام بیماریاں اور فلاح و بہبود

NHS ہے ووڈ، مٹلن اور روشڈیل کلینکل کمیشننگ گروپ

## مقامی رابطے

### آور روشڈیل

ایک مفت معلوماتی اور مشاورتی خدمت جو 0-19 سال کی عمر کے بچوں (اضافی ضروریات کے حامل 0-25 سال کی عمر کے بچوں) والی فیملیز کے لئے روشڈیل بورو میں نگہداشت طفل اور خدمات کے بارے میں تازہ ترین معلومات فراہم کر رہی ہے۔

01706 719900

[www.ourrochdale.org.uk](http://www.ourrochdale.org.uk)  
[family.info@rochdale.gov.uk](mailto:family.info@rochdale.gov.uk)

### ہیلتھ وزیٹنگ/اسکول نرسنگ ٹیمز

یہ ہنگامی خدمات نہیں ہیں۔ اگر آپ کا بچہ علیحدگی سے یا فوری توجہ درکار ہے تو، براہ کرم اپنے جی پی، ایڈوانسڈ پیڈیاٹرک نرس پریکٹیشنر، یہ ہنگامی خدمات سے حسب ضرورت رابطہ کریں۔ اگر آپ کو اپنی لوکیٹی کے بارے میں یقینی طور پر معلوم نہیں ہے تو براہ کرم 0161 716 5970 پر رابطہ کریں۔

### روشڈیل ایسٹ لوکیٹی

ہیلتھ وزیٹنگ، 01706 674920  
اسکول نرسنگ، 01706 676555

### روشڈیل ویسٹ لوکیٹی

ہیلتھ وزیٹنگ، 01706 676302  
اسکول نرسنگ، 01706 676555

### پینن لوکیٹی

ہیلتھ وزیٹنگ، 01706 671910  
اسکول نرسنگ، 01706 671910

### میڈلٹن لوکیٹی

ہیلتھ وزیٹنگ، 0161 716 2835  
اسکول نرسنگ، 0161 716 5990

### بے ووڈ لوکیٹی

ہیلتھ وزیٹنگ، 01706 676708  
اسکول نرسنگ، 01706 676775

### چلڈرن کمیونٹی نرسنگ ٹیم

صبح 8 بجے سے رات 8 بجے تک، سال میں 365 دن۔  
اگر آپ کے بچے کو فوری نگہداشت کی ضرورت پڑتی ہے جو ایمرجنسی نہیں ہے اور آپ کو اپنے جی پی کے پاس اپائنٹمنٹ نہیں مل پاتی ہے تو، ہمارے ایڈوانسڈ پیڈیاٹرک نرس پریکٹیشنرز مدد کر سکتے ہیں۔ اپائنٹمنٹ بک کرنے کے لئے براہ کرم چلڈرنز اکیوٹ اینڈ آن گوننگ نیڈز سروس سے 01706 676 777 پر رابطہ کریں۔

### ہیلتھ واچ روشڈیل

صحت و سماجی نگہداشت کی اپنی بہترین خدمات کا فائدہ اٹھانے میں مقامی لوگوں کی مدد کرتی ہے۔  
01706 249575

[www.healthwatchrochdale.org.uk](http://www.healthwatchrochdale.org.uk)  
[info@healthwatchrochdale.org.uk](mailto:info@healthwatchrochdale.org.uk)

پیدائش سے لے کر (اور اس کے بعد) بچوں کے والدین اور نگرانوں کے لئے ایک رہنما  
بچپن کی عام بیماریاں اور فلاح و بہبود

NHS ہے ووڈ، میڈلٹن اور روشڈیل کلینکل کمیشننگ گروپ

ارلی اٹیچمنٹ سروس  
آپ کے بچے یا چھوٹے بچے کے ساتھ آپ کا رشتہ استوار کرنے میں تعاون۔ وضع حمل سے لے کر بچے کی دوسری یوم  
پیدائش تک۔

2 Argyle Parade, Darnhill, Heywood OL10 3RY.

.0161 716 2873

[www.penninecare.nhs.uk/services/hmr-early-attachment-service](http://www.penninecare.nhs.uk/services/hmr-early-attachment-service)

[www.facebook.com/groups/hmreas/](https://www.facebook.com/groups/hmreas/)

بریسٹ فیڈنگ سپورٹ

ہیلتھ وزیٹنگ ٹیم کو کال کریں پیر تا جمعہ

یا 0161 716 2835 بے ووڈ، میڈلٹن اور روشڈیل بریسٹ فیڈنگ سپورٹ۔

نیشنل ہیلپ لائن 0300 1000 212، روزانہ صبح 9.30 بجے تا رات 9.30 بجے۔

بچوں اور نو خیز افراد کے لئے ذہنی صحت کی خدمات (CAMHS)

[www.withuinmind.nhs.uk](http://www.withuinmind.nhs.uk)

بچوں اور نوعمر افراد کی ذہنی صحت کے لئے رسائی کا واحد مقام (SPOA)

0161 856 4324

بے ووڈ، میڈلٹن اور روشڈیل ارلی اٹیچمنٹ سروس

آپ کے بچے یا چھوٹے بچے کے ساتھ آپ کا رشتہ استوار کرنے میں تعاون۔ وضع حمل سے لے کر بچے کی دوسری یوم  
پیدائش تک۔

0161 716 2873

Facebook@hmreas

#تھرائیو

جذباتی صحت اور بہبود کی خدمت۔

'Around the Corner', 2 Argyle Parade, Darnhill, Heywood, 0161 716 2844 یا سنٹرل ہب

Rochdale, OL10 3RY میں تشریف لائیں۔

[www.healthyyoungmindspennine.nhs.uk/thrive/](http://www.healthyyoungmindspennine.nhs.uk/thrive/)

اوقات کار کے علاوہ خدمات

ان تک رسائی حاصل کرنے کے لئے، اپنے جی پی پریکٹس کو حسب معمول کال کریں اور آپ کو بتایا جائے گا کہ آپ کے لئے  
کون سی خدمات دستیاب ہیں۔

واک-ان سینٹرز

ایسی معمولی بیماریوں اور ضرر کی تشخیص اور معالجہ پیش کرتے ہیں جو اس قدر سنگین نہ ہوں کہ A&E میں جانے کی  
ضرورت پڑے۔ کسی ملاقات کی ضرورت نہیں ہے۔

روشڈیل ارجینٹ کینر سینٹر

Rochdale Infirmary, Whitehall Street, OL12 0NB.

24 گھنٹے، ہفتے کے ساتوں دن کھلا ہوتا ہے۔

بری ارجینٹ ٹریٹمنٹ سینٹر

Moorgate Primary Care Centre, 22 Derby Way, BL9 0NJ.

صبح 8 بجے سے رات 10 بجے تک، ہفتے میں ساتوں دن کھلا ہوتا ہے۔

اولڈہیم NHS واک-ان سینٹر

Integrated Care Centre, New Radcliffe Street, OL1 1NL.

صبح 7 بجے سے رات 11 بجے تک، ہفتے میں ساتوں دن کھلا ہوتا ہے۔

پیدائش سے لے کر (اور اس کے بعد) بچوں کے والدین اور نگرانوں کے لئے ایک رہنما  
بچپن کی عام بیماریاں اور فلاح و بہبود

NHS بے ووڈ، میڈلٹن اور روشڈیل کلینکل کمیشننگ گروپ