

# زانیاری په یوه ست به په یوه ندی به که لک

## زانیاری په یوه ست به په یوه ندی نه ته وه یی

حه ساسیبه تی به ریتانیا

01322 619 898

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

نه نجومه نی نه و دایکانه ی شیر دده ن

0300 330 5453

[www.abm.me.uk](http://www.abm.me.uk) 9:30 به یانی تا کوو 10:30 شه و

هه ناسه تنگی به ریتانیا

0800 121 62 44

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

پشکنینی ژیانی مندال

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

دامه زراوه ی به رگریکردن یو رووداوه کانی مندالانی

020 7608 3828

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

قهیران

08451 228 669

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

هیلنی یارمه تیدانی پزیشکی ددان

0845 063 1188

شه کره ی به ریتانیا

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

ژیانی خیزان

0808 800 2222

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

ده ستپیکتی تهندروست

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

**La Leche League GB**

[www.laleche.org.uk](http://www.laleche.org.uk) 0845 120 2918، 24 کاتژمیر 7 رۆژی ههفته له بهر دهسته .

دامه زراوهی لایلاهی  
www.lullabytrust.org.uk

ههوکردنی پهردهی میشک له نیستادا  
0808 80 10 388  
www.meningitisnow.org

هیئی یارمهتیدانی تۆری نهتهوهیی بۆ تهغزیه به شیریه دایک  
0300 100 0212، بهیانی تاکوو 9:30 شهو  
www.breastfeedingnetwork.org.uk

دامه زراوهی دهولهتی مندالنبون  
0300 330 0700، بهیانی تاکوو - 10 شهو 7 رۆژی ههفته  
www.nct.org.uk

هیئی یارمهتیدانی نهتهوهیی توندوتیزی لهمالهوه  
0808 2000 247  
www.refuge.org.uk

### Netmums

راویژکاری و پیدانی زانیاری به دایک و باوک  
www.netmums.com

خزمهتگوزاری پیدانی زانیاری NHS بۆ دایک و باوک  
www.nhs.uk/start4life

### خاچی سوور

ناگادار کردنهوه دهربارهی CPR (ماچی ژیان)  
www.redcrossfirstaidtraining.co.uk

رینماییه تهنروسستییهکان بۆ دهستیکی ژیان  
[www.nhs.uk/start4life](http://www.nhs.uk/start4life)

تۆری نهتهوهیی باوک لهمالهوه  
تیروانینی باوک، گفتوگۆ، ههوال و پالپشتی.  
[www.athomedad.org](http://www.athomedad.org)

بۆ دۆزینهوهی پزیشکیکی ددانی NHS (خزمهتگوزاری نهتهوهیی تهنروستی)  
پهیهندی بکه به NHS 111 یان سهردانی مآلپهری [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) بکه.

## NHS 111

گهر پنت وایه رۆژ یان شهو یارمهتیت به یارمهتی خیرا ههیه دهبی بهر له سهردانی ههرجۆره خزمهتگوزارییهکی تهنروستی تر  
پهیهندی بکه به NHS 111. به پهیهندیکردن به NHS 111 دهستیجهی رهوانهی خزمهتگوزارت ناوچهیی دهکرییت که  
دهکری به باشرین شیوه یارمهتیت بدات. ئەم خزمهتگوزارییه 24 کاترمیری شهو و رۆژ، 365 رۆژی سأل لهبهردهسته و  
پهیهندیکردن بهم هیله لهوانه پهیهندیکردن له ریگهی مۆبایلهوه بهخواری و بیبهرامبهره.

له کهیسهکانی خوارموهدا دهیی پهیهندی بکه به NHS 111؟

- کاتیک که پنیستت به یارمهتی خیرا بهلام ههشهیهک بۆ ژیان نییه.
- کاتیک که پنت وایه دهیی سهردانی رووداو و فریاگوزاری [A&E] یان خزمهتگوزارییهکانی تری چاودیری خیرای

NHS بکهیت.

- کاتیک که بهدمره له کاتژمیری ئیشکردنی پزیشکهکەت.
- کاتیک که نازانیت بۆ وهگرتنی یارمەتی پزیشکی پهیوهندی به کتیوه بکهیت.
- وه گهر پزیشکیکی ناوچهیییت نییه بۆئوهی پهیوهندی به ئهوهوه بکهیت.

له بارودوخیکی فریاگوزاریدا پهیوهندی بکه 999.

پهیوهندی بکه به ژماره 0800 032 0102 یان سهردانی مالمپهیری [www.smokefree.nhs.uk](http://www.smokefree.nhs.uk) بکه.

## زانبارى پهيوه ندى ناوچه يى

دامه زراوهى رويال فرى NHS

تلهفونخانه 0203 758 2000

بژاردهى 1 رويال فرى

بژاردهى 2 نهخوشخانهى بارممت

بژاردهى 3 نهخوشخانهى چس فرام

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

### نهخوشخانوى چس فرام

پنداويستيبه سهر پنبهكانى مندان

بنكهى چاوديرى خيرا

يهكهى هلسهنگاندى مندان

كلينيكى بهر له مندان بوون

### نهخوشخانهى بارممت

پنداويستيبه سهر پنبهكانى مندان

يهكهى هلسهنگاندى مندان

كلينيكى بهر له مندان بوون و نورهى چاوپيكهوتنهكان

تيمى بهر يوه بهر ايه تيكردنى نهجومهنى مامانهكان

### نهخوشخانهى زانكو ميدله سكسى باكوورى

تلهفونخانه 0208 887 2000

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

پنداويستيبه سهر پنبهكانى مندان

بنكهى چاوديرى خيرا

بهشى رووداو و فريگوزارى مندان

كلينيكى بهر له مندان بوون

نووسینگه‌ی کۆمه‌لگای مامانه‌کان

خزمه‌تگوزاری ئه‌ففیلد یونیه‌رساڵ و خزمه‌تگوزاری پسیپۆری منداڵان

Cedar House, St Michaels Primary

Care Centre, Gater Drive,

Enfield EN2 OJB.

0`208 375 2945

Enfield CAMHS

Charles Babbage House,

1 Orton Grove, Enfield EN1 4TU.

0208 379 2000

ئه‌نجومه‌نی پاراستنی منداڵان ئه‌ففیلد

ته‌له‌فۆن: 0208 379 2767

فاکس: 0208 379 2888

گهر نیگهرانیت دهرباره‌ی ئاسایشی منداڵیکدا، تکایه نیگهرانییه‌که‌ت راپۆرت بده به:

به‌شی چاودێری کۆمه‌لایه‌تی منداڵان به ژماره په‌یوه‌ندی

0208 379 2507 دووشه‌ممه- پینجشه‌ممه 9:00 به‌یانی تا کوو 5 شه‌و، هه‌ینی 9:00 به‌یانی تا کوو 4:45 شه‌و

به‌ده‌ر له کاتر مێری ئیداری په‌یوه‌ندی بکه ژماره‌ی 0208 379 1000 (بژارده‌ی 2 هه‌لبژیره)

هه‌روه‌ها ده‌کرئ له ریگه‌ی نیمه‌لیوه په‌یوه‌ندی بکه‌یت.

هه‌مووکات له بارودۆخی فریاگوزاریدا په‌یوه‌ندی بکه به 999.

گهر سه‌باره‌ت به منداڵه‌که‌ت نیگهرانیت تکایه نیگهرانییه‌کانته لای ئیمه باس بکه، به‌م شێوه‌یه ده‌کرئ یارمه‌تیت بده‌ین.

ته‌له‌فۆن: 0208 379 2507

دووشه‌ممه تا کوو هه‌ینی: 9:00 به‌یانی تا کوو 5:00 شه‌و

به‌ده‌ر له کاتر مێری ئیداری: 0208 379 1000، بژارده‌ی 2 هه‌لبژیره و ره‌وانه ده‌کریت بۆ لای راپۆرتکاریک.

[www.enfield.gov.uk/enfieldscb](http://www.enfield.gov.uk/enfieldscb)

هینلی یارمہ تیدان به ناسوودہیی نہو ژنانہ کہ لہمائلہوہ خراب مامہئلہیان لہگہئل دہکریت

0808 802 5565

هینلی راویژکاری پیاوان

0808 801 0327

بہردہوام لہ بارودوخیکی فریاگوزاریدا پھیوہندی بکہ 999.

[www.enfield.gov.uk/domesticabuse](http://www.enfield.gov.uk/domesticabuse)