

مفید رابطے

قومی رابطے

الرجی یو کے
01322 619 898
www.allergyuk.org

چھاتی سے دودھ پلانے والی ماؤں کی انجمن
0300 330 5453
www.abm.me.uk بجے صبح - 10.30 بجے رات

استھما یو کے
0800 121 62 44
www.asthma.org.uk

بیبی لائف چیک
www.babylifecheck.co.uk

چائلڈ ایکسیڈنٹ پریوینشن ٹرسٹ
020 7608 3828
www.capt.org.uk

Cry-sis
08451 228 669
www.cry-sis.org.uk

ڈینٹل ہیلتھ لائن
0845 063 1188

ڈایابیطیز یو کے
www.diabetes.co.uk

فیملی لائیوز
0808 800 2222
www.familylives.org.uk

ہیلڈی اسٹارٹ
www.healthystart.nhs.uk

La Leche League GB
www.laleche.org.uk 24 گھنٹے ہفتہ میں 7 دن دستیاب۔ 0845 120 2918

دا لالابائی ٹرسٹ
www.lullabytrust.org.uk

منجائش ناو

0808 80 10 388

www.meningitisnow.org

نیشنل بریسٹ فیڈنگ نیٹ ورک ہیلپ لائن

0300 100 0212، 9.30 بجے صبح - 9.30 بجے رات

www.breastfeedingnetwork.org.uk

نیشنل چائلڈ برتھ ٹرسٹ

0300 330 0700، 8 بجے صبح - 10 بجے رات، ہفتہ میں 7 دن

www.nct.org.uk

نیشنل ڈومیسٹک وائیولینس ہیلپ لائن

0808 2000 247

www.refuge.org.uk

نیٹ ممز

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

www.netmums.com

والدین کے لئے NHS کی معلوماتی خدمت

www.nhs.uk/start4life

ریڈ کراس

CPR (زندگی کا بوسہ) سے متعلق معلومات
www.redcrossfirstaidtraining.co.uk

Start4Life کی صحت سے متعلق اشارات

www.nhs.uk/start4life

نیشنل ایٹ-ہوم ڈیڈ ٹیٹ ورک

باپ کے خیالات، بات چیت، اطلاعات اور تعاون۔

www.athomedad.org

NHS کا کوئی دانت کا ڈاکٹر تلاش کرنے کے لئے

NHS 111 پر کال کریں یا دیکھیں www.nhs.uk

NHS 111

اگر آپ سمجھتے ہیں کہ دن یا رات کے دوران آپ کو فوری طور پر مدد کی ضرورت ہے تو کسی دیگر طبی خدمت تک جانے سے پہلے NHS 111 پر کال کریں۔ NHS 111 کو کال کرنے سے آپ کی رہنمائی سیدھے اس مقامی خدمت تک کی جائے گی جو سب سے بہتر طریقہ سے آپ کی مدد کرسکے۔ اس پر کال کرنا مفت ہے، بشمول موبائل، اور یہ 24 گھنٹے، سال کے 365 دن دستیاب ہے۔

مجھے NHS 111 کو کب کال کرنا چاہئے؟

- جب آپ کو فوری مدد درکار ہو لیکن یہ جان لیوا نہ ہو۔
- جب آپ سمجھتے ہوں کہ آپ کو A&E یا NHS کی کسی دیگر فوری نگہداشت کی خدمت سے رجوع کرنے کی ضرورت ہے۔
- جب آپ کے ڈاکٹر کی سرجری کے اوقات کار کے علاوہ کا وقت ہو۔
- جب آپ کو معلوم نہ ہو کہ طبی مدد کے لئے کسے کال کریں۔

• اگر کوئی ایسا مقامی ڈاکٹر نہ ہو جسے کال کر سکیں۔

ایمرجنسی کی صورت میں **999** پر کال کریں

0800 032 0102 پر کال کریں یا دیکھیں www.smokefree.nhs.uk

مقامی رابطے

رویڈ فری لندن NHS فاؤنڈیشن ٹرسٹ

سونچ بورڈ 0203 758 2000

اختیار 1 رویڈ فری

اختیار 2 بارنیٹ ہاسپٹل

اختیار 3 چیز فارم ہاسپٹل

www.royalfree.nhs.uk

چیز فارم ہاسپٹل

بچوں سے متعلق آؤٹ پیشنٹ (غیر رہائشی مریض) کی تحقیقات

فوری نگہداشت سینٹر

بچوں سے متعلق تشخیصی یونٹ

قبل از پیدائش سے متعلق کلینک

بارنیٹ ہاسپٹل

بچوں سے متعلق آؤٹ پیشنٹ (غیر رہائشی مریض) کی تحقیقات

بچوں سے متعلق تشخیصی یونٹ

قبل از پیدائش سے متعلق کلینک اور اپوائنٹمنٹس

کمیونٹی مڈوائیوز ایڈمن ٹیم

نارتھ میڈل سیکس یونیورسٹی ہاسپٹل

سونچ بورڈ 0208 887 2000

www.northmid.nhs.uk

بچوں سے متعلق آؤٹ پیشنٹ (غیر رہائشی مریض) کی تحقیقات

فوری نگہداشت سینٹر

بچوں سے متعلق A&E

قبل از پیدائش سے متعلق کلینک

کمیونٹی مڈوائیوز آفس

انفیلڈ یونیورسل سروسز اور اسپیشلسٹ چلڈرین سروسز

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

انفیلڈ سیف گارڈنگ چلڈرین بورڈ

ٹیلیفون: 0208 379 2767

فیکس: 0208 379 2888

اگر آپ اپنے بچے کی فلاح و بہبود سے متعلق فکر مند ہیں تو براہ کرم اپنی تشویشات کی اطلاع ان کو دیں:

چلڈرنس سوشل کیئر کو:

0208 379 2507 پر، پیر تا جمعرات 9 بجے صبح - 5 بجے شام، جمعہ 9 بجے صبح - 4.45 بجے شام۔

اوقات کار کے باہر 0208 379 1000 پر کال کریں (اختیار 2 کا انتخاب کریں)۔

آپ ایمیل کے ذریعہ بھی رابطہ کر سکتا ہے۔

ایمرجنسی کی صورت میں ہمیشہ 999 پر کال کریں

اگر آپ کسی بچے کے بارے میں فکر مند ہیں تو براہ کرم اپنی تشویشات کے بارے میں ہمیں بتائیں تاکہ ہم مدد کر سکیں۔

ٹیلیفون: 0208 379 2507

پیر تا جمعہ: 9.00 بجے صبح - 5.00 بجے شام

اوقات کار کے باہر: 0208 379 1000، اختیار 2 کا انتخاب کریں اور آپ کو کسی صلاح کار کی طرف منتقل کیا جائے گا۔

www.enfield.gov.uk/enfieldscb

ڈومیسٹک ایبوز سولیس و مینز ایڈ ہلپ لائن

0808 802 5565

مینز ایڈوائس لائن

0808 801 0327

ایمرجنسی کی صورت میں ہمیشہ 999 پر کال کریں

www.enfield.gov.uk/domesticabuse