

# ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਵੇਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਸਿ ਵੀ ਉਮਰ ਦਾ ਵਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਸਿ ਬਮਿਾਰੀ, ਬੁਢਾਪੇ, ਅਪਾਹਜਤਾ, ਮਾਨਸਕਿ ਸਹਿਤ ਸਮੱਸਆ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਪਰਵਿਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਗੁਆਂਢੀ (ਬੱਚਆਂ ਸਮੇਤ) ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।



# ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਤਾ ਵਜੋਂ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਫਤ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਇੱਕ ਵਸ਼ਿਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਸਮਝ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਹਿਤ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ
- ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ
- ਭਲਾਈ ਲਾਭਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ
- ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਕਰਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ
- ਹੋਰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ।



ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਕਾਲ ਕਰੋ **0300 028 8888** (option 1)

ਈ - ਮੇਲ [info@carerssupport.org.uk](mailto:info@carerssupport.org.uk)

ਫੇਰੀ [www.carerssupport.org.uk](http://www.carerssupport.org.uk)



ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਆਰਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕੀਮਤ ਦੇ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

(ਮੇਕਿੰਗ ਕੇਅਰਰਜ਼ ਕਾਉਂਟ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਕੇਅਰਰਜ਼ ਟਰੱਸਟ ਪਾਰਟਨਰਸ਼ਿਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਕੋਵਿਡ-19 ਸਪੋਰਟ ਫੰਡ ਦੁਆਰਾ ਸਮਰਥਤ)।

**MAKING  
CARERS COUNT**  
Working in partnership with Carers Trust