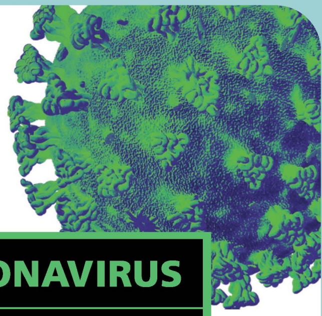
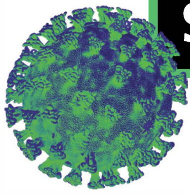
Leeds CITY COUNCIL

Voluntary Action Leeds
Supporting Communities Together



CORONAVIRUS

STAY HOME
PROTECT THE NHS
SAVE LIVES



ਹਾਊਸਹੋਲਡਰ ਨੂੰ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਕਠਿਨਾਈ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ?

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਪੈਨਡੈਮਿਕ (ਮਹਾਮਾਰੀ) ਦੌਰਾਨ, ਲੀਡਜ਼ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਿਲ ਵਾਲੰਟਰੀ ਐਕਸ਼ਨ ਲੀਡਜ਼ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨਾਲ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਹੋਰ ਵਾਧੂ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਜਿਸ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਉਹ ਲੈ ਸਕਣ।

ਕੀ ਮੈਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਣ ਅਤੇ-

- ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਫੈਮਲੀ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਕੋਲੋਂ ਵੱਖ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਦੀ ਤਬੀਅਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਖੰਘ (ਖਾਂਸੀਂ) ਕਾਰਣ)।

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਐੱਨ ਐੱਚ ਐੱਸ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਖ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਨਸੀਹਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ

- ਕੌਮੀ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਨਸੀਹਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੂਡ (ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ), ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਘਰੋਂ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਕਠਿਨਾਈ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪੈਸੇ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਦੇ ਦਿਓ। ਫੇਰ ਵੀ, ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਬੰਦਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ।

ਜਾਰੀ ਹੈ...

ਕਿਹੜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਕ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਕੋਲੋਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਇਹ ਗੱਲ ਇਸ ਤਰਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਲੀਡਜ਼ ਕੌਂਸਿਲ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਾਰਟਨਰ, ਵਾਲੰਟਰੀ ਐਕਸ਼ਨ ਲੀਡਜ਼ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਣ।

ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਲੀਡਜ਼ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਿਲ ਅਤੇ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਕੇਅਰ ਵਾਲੰਟੀਅਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਵੇਗੀ ਜਿਹੜੇ ਲੀਡਜ਼ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਿਲ ਕੋਲੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਵਾਲੰਟਰੀ ਹੱਬਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਣਗੇ, ਇਹ ਹੱਬ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀਆਂ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਏ ਹੋਏ ਹੋਣਗੇ।

ਸਾਡੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹੋਣਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਲੀਡਜ਼ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਿਲ ਦੇ ਪਛਾਣ ਵਾਲੇ ਬੈਜ ਅਤੇ ਚਿਠੀ ਤੋਂ ਹੋਵੇਗੀ ਜਿਸ ਤੇ ਨੰਬਰ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਸ ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਭਰੋਸਾ ਕਰੋ, ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਅਤੇ ਐੱਲ ਸੀ ਸੀ ਸਟਾਫ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਸਟੈਂਸਿਗ (ਫਾਸਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ) ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਣਗੇ ਅਤੇ ਕੌਮੀ ਸੇਧ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਦੇ ਮਾਪ-ਦੰਡਾਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਗੇ।

ਸਾਡੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ-

- ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਫੂਡ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਪਹੁੰਚਾਣੀਆਂ
- ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਫੋਨ ਤੇ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਨ
- ਗੰਦ ਵਾਲੇ ਬਿਨ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣੇ
- ਕੁਤਿਆਂ ਨੂੰ ਸੈਰ ਕਰਵਾਉਣ
- ਚਿੱਠੀਆਂ ਪੋਸਟ ਕਰਣੀਆਂ

ਮੈਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਅਤਿਆਵੱਸ਼ਕ ਹੋਣ ਤਕ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਕੇਅਰ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਦੀ ਵਿਜ਼ਿਟ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਵਾਲੰਟੀਅਰਾਂ ਕੋਲੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਫੋਨ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

0113 378 1877

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਸੌਖਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ***ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਇਸ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੇਰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।***

ਅੱਗੋਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋਗੇ, ਲੀਡਜ਼ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਿਲ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਵਾਲੰਟਰੀ ਹੱਬ ਨੂੰ ਭੇਜ ਦੇਵੇਗੀ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਪੰਰਕ ਕਰਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਿਸੇ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਕੇਅਰ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਣਗੇ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਕਮਿਉਨਿਟੀ ਕੇਅਰ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਬਣਨ ਵਾਸਤੇ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹਵਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣ ਲਈ ਵਾਲੰਟਰੀ ਐਕਸ਼ਨ ਲੀਡਜ਼ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ : **www.doinggoodleeds.org.uk**

ਫੋਨ : **0113 2977920**

ਈ ਮੇਲ : **info@val.org.uk**