



# ਪ੍ਰਵਾਨਗੀਆਂ

ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਇਸ ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰਪਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਨੂੰ ਵੱਧਾਉਣਾ ਚਾਹਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਯੋਗੀ ਲੱਗੇਗੀ।

# ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਭੂਮਿਕਾ	5
ਮੁੱਖ ਖੇਜਾਂ	6
ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਮੌਕਿਆਂ ਲਈ ਐਕਸੇਸ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁੱਖ ਖੇਤਰ	7
ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ	9
ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ	11
ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ	13
ਬੈਡਫਾਰਡ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨ	17



# ਭੂਮਿਕਾ

ਕਾਲੀ ਅਤੇ ਅਲੱਪ ਸੰਖਿਅਕ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਐਕਸੇਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਰੋਧਕਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਬ੍ਰੈਡਫਾਰਡ ਵਿੱਚ ਦੱਖਿਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇੱਛਤ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵਿੱਚ ਦੱਖਿਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਪਿਛੇਕੜ ਤੋਂ ਕੁਲ 2 ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ 17 ਮਾਪੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਉਹ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਉੱਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲੇ। ਸੱਤ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਸਮੂਹਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹ-ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿੱਖਲਾਈ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਅਨੰਦ ਲਿਆ, ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਐਕਸੇਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਐਕਸੇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਲਿੱਤੇ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਿੱਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ।

ਸਾਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਸ ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਾਂਗੇ। ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕਾਰਵਾਈ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਟੀਚਿਆਂ ਵੱਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰਜ਼ਾਮੰਦ ਹਨ - ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਮੁੱਖ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਇਹ ਰਿਪੋਰਟ ਮੈਨਕੈਪ ਵਲੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਲਾੱਟਰੀ ਵਲੋਂ ਫੰਡ ਦਿੱਤੇ ਗਏ।

# ਮੁੱਖ ਖੋਜਾਂ

ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਈ ਰੋਧਕਾਂ ਉੱਤੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪਾਈ ਜੋ ਜਾਂ ਤੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਤੱਕ ਐਕਸੈਸ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਕਈ ਮੁੱਖ ਖੋਜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਐਕਸੈਸ ਨੂੰ ਵੱਧਾਉਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਸਾਰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

## ਰੋਧਕ

- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਰੀਰਕ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਕਿਸੇ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਨੂੰ ਔਖਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਪਰੀਵਹਨ ਦੀ ਕਮੀ ਅਤੇ ਬਸ ਸੈਟਾਪ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਤੰਤਰ ਰੂਪ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਮੌਕੇ ਐਕਸੈਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਸੀ।
- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਐਕਸੈਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਮੁੱਖ ਰੋਧਕਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਹਯੋਗ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਕਮੀ ਅਤੇ ਸੀਮਤ ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਵੀ ਕੀਤੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਪ੍ਰਬੰਧ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਆਮ ਕਮੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਗਈ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉੱਥੇ 16 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਦੀ ਕਮੀ ਸੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦੀ ਕਮੀ ਅਤੇ ਉਤੇਜਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਕਮੀ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਸੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਸਮੁਦਾਇਕ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਕਮੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਉਚਿੱਤ ਫੰਡਿੰਗ ਦੀ ਕਮੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਸੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਦਖਿੱਤ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਚਿੱਤ ਹਨ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਜਰੂਰੀ ਰੂਪਾਂਤਰਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ।

# ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਮੌਕਿਆਂ ਤੱਕ ਐਕਸੇਸ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਣ ਲਈ ਮੁੱਖ ਖੇਤਰ

- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਖਾਸਤੌਰ ਤੇ ਪਰੀਵਹਨ, ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੇ ਨਾਲ ਮਦਦ, ਲਿੱਖਣ, ਰੁਪਏ ਵਰਤਣ, ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਕਿ ਕਿੱਥੇ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਸਹਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਨਿਸ਼ਚਤ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਖਹਿੜੇ ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਤੈਰਾਕੀ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਜਨਾਨੀਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਲੋੜ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ।
- ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਧਮਕੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਹਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤਰਕ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਇਆ ਕਿ ਉੱਥੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਬੇਹਤਰ ਸਮਝ ਲਈ ਲੋੜ ਸੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਹਯੋਗੀ ਲਈ ਲੋੜ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ।
- ਮਾਪੇ 'ਮਿਸ਼ਰਤ ਲਿੰਗ' ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕੀ ਤੈਰਾਕੀ ਅਤੇ ਫੁੱਟਬਾਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਸੀ ਅਤੇ 'ਇੱਕੋ ਲਿੰਗ' ਵਾਲੀ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੇ 'ਵੱਧ ਪ੍ਰਬੰਧ' ਲਈ ਇੱਛੇਤ ਸਨ।



## ਸਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ

- ਦਖਿਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੂਜੇ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਵਿਆਪਕ ਵਿਵਿਧਤਾ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਸੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੈਰਾਕੀ, ਕ੍ਰਿਕੇਟ, ਫੁੱਟਬਾਲ, ਟੈਨਿਸ, ਸਨੂਕਰ, ਬੇਲਿੰਗ, ਬਾੱਕਸਿੰਗ, ਸਿਨੇਮਾ ਜਾਣਾ, ਨੱਚਣਾ, ਏਸ਼ਿਆਈ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨਾ, ਮਿੱਤਰਾਂ ਨਾਲ ਅਰਾਮ ਕਰਨਾ, ਫਿਲਮਾਂ ਵੇਖਣਾ, ਸੇਲਿੰਗ, ਖਾਣਪੀਣ ਲਈ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ, ਆਈਸ-ਸਕੇਟਿੰਗ, ਮਹਿੰਦੀ ਨਾਲ ਟੈਟੂਇੰਗ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਥੈਰੇਪੀ, ਆਰਟਸ ਅਤੇ ਕ੍ਰਾਫਟਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

## ਸਲਾਹ

- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਸਹਿ-ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲਿੱਤਾ ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਵਿੱਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਟੇਜਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਇਆ।
- ਦਖਿਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਵਲੋਂ ਸਲਾਹ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਸਮਾਜਕ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ ਦੀ ਲੋੜ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਦੂਜੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿੱਲਣ ਦੇ ਲਾਹਿਆਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਮਾਪੇ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ।
- ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ।
- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬੈਠਕ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਇੱਕ ਕਾਰਵਾਈ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਤਰਤੀਬ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ (ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਮੁੱਖ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬੱਧ ਹੈ)।









ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਸ਼ਿਕਾਅਤ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉੱਥੇ 16 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਕਮੀ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਕੁਝ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਟਾਫ਼ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਸੀ ਅਤੇ ਉਤੇਜਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਕਮੀ ਸੀ। ਸੰਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਉੱਥੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸੀਮਤ ਕਲੱਬ ਸਨ।

---

“ 16 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ ਪਰ 16 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਵੀ ਉਪਲਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹਨ, ਲੋੜ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 16 ਵਰ੍ਹੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਐਕਸੈਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ 16 ਵਰ੍ਹੇ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਇਹ ਘੱਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।”  
ਇੱਕ ਪਿਤਾ

“ ਤੰਦਰੁਸਤ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਕਲੱਬ ਹਨ ਪਰ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਹਨ।” ਇੱਕ ਪਿਤਾ

---

ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਪ੍ਰਬੰਧ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਆਮ ਕਮੀ ਦੀ ਵੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਗਈ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਸੀ।

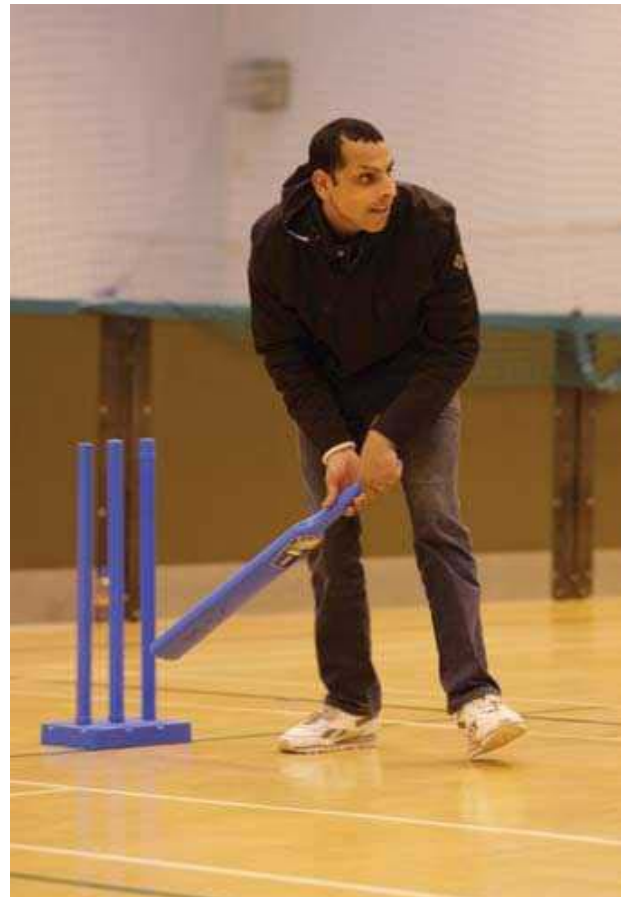
---

“ ਮੈਨੂੰ ਉਪਲਬੱਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਮੈਂ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਤੱਕ ਐਕਸੈਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।”  
ਇੱਕ ਮਾਂ

“ ਇੱਥੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਕਮੀ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਕੀ ਉਪਲਬੱਧ ਹੈ।” ਇੱਕ ਪਿਤਾ

---

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਾਮਲਿਆਂ ਉੱਤੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਬੈਠਕਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਣ ਅਤੇ ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੇਣਾ ਸੀ। ਪੇਜ 17 ਉੱਤੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੂਚੀ ਬ੍ਰੈਡਫੋਰਡ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬੱਧ ਸੰਗਠਨਾਂ ਜੋ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਮੌਕੇ ਜਾਂ ਅਨੁਸੰਧਾਨ ਵਿੱਚਲੀ ਕੁਝ ਮੁੱਖ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਯੋਗ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।



# ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ

ਇੱਥੇ ਕਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤੋਂ ਸੇਵਾ ਕਮਿਸ਼ਨਰਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਅੱਗੇ ਲਿਆਂਦੇ ਹਾਂ।

## ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ

- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਤਿਆਰ ਪ੍ਰਤੀਨਿੱਧਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਟੈਕਨਿਸਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿੱਧ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਵੱਖ ਵੱਖ ਜਾਤੀਏ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇਗੀ।
- ਸਾਥੀ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿੱਤਰਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਹਯੋਗ ਨੈਟਵਰਕ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿਆਂਗੇ। ਇਹ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਕਾਰ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੰਗਠਤ ਆਵਾਜ਼ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਵੇਗਾ।
- ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਤੋਂ ਉੱਚ ਸਹਯੋਗ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਵਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਹਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸਲਈ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਬੇਹਤਰ ਵਰਤੋਂ ਉੱਤੇ ਕੇਂਦਰਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਕੋਲ ਮੁੱਖ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਤੱਕ ਐਕਸੈਸ ਹੋਣਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜਟਿਲ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਬੇਜੋੜ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਸਮਾਜਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇਗੀ।

## ਖੇਤਰੀ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ

- ਸਥਾਈ ਨੈਟਵਰਕ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਵੱਧਾਵਾ ਦੇਣ ਲਈ ਖੇਤਰੀ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੰਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੱਧ ਸਮੁਦਾਇਕ ਅਧਾਰਤ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਲੱਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਿਵਹਨ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟਾ ਅਤੇ ਐਕਸੈਸ ਨੂੰ ਵੱਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਤੋਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਭਾਗੀਦਾਰੀ, ਇਸ ਸਮੁਦਾਏ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। 'ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਐੱਖੇ ਸਮੂਹਾਂ' ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਤੱਕ ਸਿਰਫ ਇਹਨਾਂ ਖੇਤਰੀ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਨਾਲ ਸਕਿਏ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਰੋਧਕਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅਲਪ ਸੰਖਿਅਕ ਸਮੂਹਾਂ ਬਾਰੇ ਮਿਥਕਾਂ ਨੂੰ ਝੂਠਾ ਸਾਬਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

## ਸਲਾਹ

- ਲੋੜ ਪੈਣ ਦੇ ਘਰੇਲੂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ਿਏ ਵਰਤਣਾ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਕੋਲ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਆਮਣੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਰਾਏ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਪਰਤੱਖ ਰੂਪ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਣ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫੀ ਸਹਯੋਗ ਅਤੇ ਸੁਪਰਵਿਜ਼ਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਵੱਖਤਾ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਧਾਰਮਕ ਅਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਵੱਧਾਉਣ ਲਈ ਸੇਵਾ ਕਮਿਸ਼ਨਰਾਂ, ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਯੋਗ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਲਾਈ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਟਾਫ਼ ਸਿੱਖਲਾਈ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵੱਧਾਉਣਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਜਾਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਕਿਵੇਂ ਹਨ। ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਮਿਥਕਾਂ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾਵਾਂ ਦੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਸਮਝ ਅਤੇ ਰਵਈਏ ਅਤੇ ਵਰਤਾਉ ਦੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਵੱਧਾਵਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਨਾਲ ਲਚੀਲਾ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਸੰਚਾਰ ਨੇਟਵਰਕ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਕੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਚਨ ਅਤੇ ਇੱਛਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮੁਦਾਇਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਜੋ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੇਣ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰਾਂਗੀਆਂ, ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਜਿੱਤਣ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਵਲੋਂ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ/ਨੇਟਵਰਕ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚਕਾਰ ਵਿਆਪਕ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਦਲਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫੋਰਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ।



### ਸ਼ਾਮਲ ਸੇਵਾਵਾਂ

- ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਵਿੱਚਲੀ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਵੱਧ ਰਹੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਲਈ ਅਸਮਰੱਥਾ ਸਿੱਖਲਾਈ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਅਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਐਕਸੇਸ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਿੱਚਲੀ ਸਿੱਖਲਾਈ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

### ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ

- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਐਕਸੇਸ ਕਰਨ ਯੋਗ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਾਲੇ ਫਾਰਮੇਟ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸੁਚਿਤ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਣ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀਡੀਓ, ਡੀਵੀਡੀ ਅਤੇ ਐਕਸੇਸ ਕਰਨ ਯੋਗ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਇਸ਼ਤੇਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹਈਆ ਨਹੀਂ ਕਰਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਬੈਡਫਾਰਡ ਵਿੱਚ ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕੁਝ ਏਸ਼ਿਆਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਲਿੱਖਿਤ ਫਾਰਮੇਟ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਮੀਰਪੁਰੀ (ਪੰਜਾਬੀ) ਅਤੇ ਸਏਲੇਹਤੀ (ਬੰਗਾਲੀ))। ਏਸ਼ਿਆਈ ਰੇਡੀਓ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਮੰਦਰਾਂ, ਮਸਜਿਦਾਂ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਜਿਹੀ ਧਾਰਮਕ ਸਥਾਨਕ ਥਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਈ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇਗੀ।
- ਸੇਵਾ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਉਚੱਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਦਖਿੱਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਤੋਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਭਾਸ਼ਿਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਬਹੁ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਲਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮਾਨਕ ਅਭਿਆਸ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

# BIRMINGHAM SPORTS CENTRE





# ਬੈਡਫਾਰਡ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਤੇ ਦੂਜੀ

## ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨ

### ਬੈਡਫਾਰਡ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਖੇਡ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ

ਟੇਲਿ: 01274437709 (ਰਾੱਬ ਕੂਪਰ ਲਈ ਪੁੱਛੋ)

ਉਹ ਕਈ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਮਨਡੇ ਲੀਜ਼ਰ ਕਲੱਬ  
ਰਿਚਰਡ ਡਨ ਸਪੋਰਟਸ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ  
ਉਮਰ: 16 +
- ਵੇਡਨਸਡੇ ਲੀਜ਼ਰ ਕਲੱਬ  
ਕੀਲੀ ਲੀਜ਼ਰ ਕਲੱਬ, ਕੀਲੀ ਵਿੱਚ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ  
ਉਮਰ: 15+
- ਆੱਲ ਸਟਾਰਸ ਕਲੱਬ  
ਵਿਨਫੀਲਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੇਂਟਰ ਵਿੱਚ ਸੋਮਵਾਰ  
ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ
- ਟੇਨ-ਪਿਨ ਬੇਲਿੰਗ  
ਕੀਲੀ ਏਐਮਐਫ ਵਿੱਚ ਮੰਗਲਵਾਰ (ਹਰ ਦੂਜੇ  
ਹਫਤੇ)
- ਗੋਲਫ  
ਸੇ ਗੁੱਜ ਗੋਲਫ ਸੇਂਟਰ ਵਿੱਚ ਮੰਗਲਵਾਰ (ਹਰ ਦੂਜੇ  
ਹਫਤੇ)
- ਤੈਰਾਕੀ  
ਸ਼ਿਪਲੀ ਸਵਿਮਿੰਗ ਪੂਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ
- ਟੇਨ-ਪਿਨ ਬੇਲਿੰਗ ਲੀਗ  
ਕੀਲੀ ਏਐਮਐਫ ਵਿੱਚ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ (ਹਰ ਦੂਜੇ  
ਹਫਤੇ)
- ਪਾੱਵਰ-ਲਿਫਟਿੰਗ  
ਆਰਮਲੀ, ਲੀਡਸ ਵਿੱਚ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ
- ਬੈਡਫਾਰਡ ਡਿਸੈਬਿਲਿਟੀ ਫੁੱਟਬਾਲ ਕਲੱਬ  
ਨੈਬ ਵੁਡ ਸਪੋਰਟਸ ਸੇਂਟਰ ਵਿੱਚ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ  
(ਐਥਲੇਟਿਕਸ ਵੀ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ)
- ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸ਼ਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀ  
ਰਿਚਰਡ ਡਨ ਸਪੋਰਟਸ ਸੇਂਟਰ ਵਿੱਚ ਮੰਗਲਵਾਰ  
ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ

### ਦਾ ਇੰਕਲੁਜ਼ਨ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

ਇਹ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਸਕੂਲ ਦੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ  
ਜਟਿਲ ਸੇਹਤ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੀਮਾਂ ਚੱਲਾਉਂਦਾ ਹੈ  
(ਸਮਾਜਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬੈਡਫਾਰਡ ਡਿਸੈਬਿਲਿਟੀ ਖੇਡ ਅਤੇ  
ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਯੋਜਨ ਵਿੱਚ)।

ਉਮਰ: 8-19

ਟੇਲਿ: 01274734018

### ਬੈਡਫਾਰਡ ਨੌਜਵਾਨ ਸੇਵਾ

ਇਹ ਸੇਵਾ ਪੂਰੇ ਬੈਡਫਾਰਡ ਵਿੱਚਲੇ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਵਿੱਚ ਕਈ  
ਨੌਜਵਾਨ ਸਮੂਹ ਚੱਲਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਉਮਰ: 13-19

ਟੇਲਿ: 01274432431

### ਬੈਡਫਾਰਡ ਨੌਜਵਾਨ ਕੇਂਦਰ

ਇਹ ਕੇਂਦਰ ਕਈ ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾ ਸਮੂਹ ਚੱਲਾਉਂਦਾ ਹੈ:

- ਸਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ (ਅਸਮਰੱਥਤਾ)  
ਟੇਲਿ: 01274481183
- ਦਖਿਣ ਏਸ਼ਿਆਈ ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਜਨਾਨੀਆਂ  
ਟੇਲਿ: 01274431715
- ਵੇਡਨਸਡੇ ਲੀਜ਼ਰ ਕਲੱਬ  
ਟੇਲਿ: 01274431715
- ਯੂਥ ਪੀਪਲ ਟੂ  
ਟੇਲਿ: 01274420464
- ਬੈਡਫਾਰਡ - ਕੀਲੀ ਨੌਜਵਾਨ ਸੰਸਦ  
ਟੇਲਿ: 01274431849 (ਨਰਿੰਦਰ ਜਾਂ ਜੈਨੀ ਲਈ ਪੁੱਛੋ)

### ਪਲੇ ਭਾਗੀਦਾਰ

ਖੇਡ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਐਕਸੈਸ ਕਰਨ ਲਈ  
ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸਹਯੋਗ ਕਰਨ  
ਵਾਲੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਵਰ੍ਹੇ ਅਤੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਸੇਵਾ।

ਟੇਲਿ: 01274431571

## ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿੰਕ

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਵਰ੍ਹੇ ਅਤੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਸੇਵਾ ਜੋ ਪੂਰੇ ਜਿਲੇ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ ਉੱਤੇ ਵੇਰਵੇ ਵਾਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਟੈਲਿ: 01274437503

## ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾ

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਵਰ੍ਹੇ ਅਤੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਸੇਵਾ ਜੋ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਤਿਮਾਹੀ ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਮਾਚਾਰ, ਈਵੈਂਟ, ਗਾਈਡ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟੈਲਿ: 01274431776

## ਕੀਲੀ ਵਿਸ਼ਰਾਮ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ

ਟੈਲਿ: 01535602204

## ਮਾਈਂਡ ਦਾ ਗੈਪ

ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਵਾਲੇ ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਥਿਏਟਰ ਆਉਟਰੀਚ ਸਮੂਹ।

ਟੈਲਿ: 01274729575

## ਆਉਟ ਦੇਅਰ ਕਲੱਬ

ਕੀਲੀ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮਾਜਕ ਸਮੂਹ।

ਟੈਲਿ: 01535770118

## ਦੂਜੇ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਸੰਗਠਨ

### ਮੈਨਕੈਪ

ਟੈਲਿ: 08088081111

### ਮੈਨਕੈਪ ਸਥਾਨਕ ਸਮੂਹ - ਬਿੰਗਲੀ ਅਤੇ ਸ਼ਿਪਲੀ

ਟੈਲਿ: 01274493320

## ਬਾਰਨਰਡਸ ਕਵੀਨਸ ਰੋਡ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ (ਚਾੱਯਸਿਸ)

### ਬੈਡਫਾਰਡ

ਟੈਲਿ: 01274493320

### ਸਪੋਰਟਿੰਗ ਵਾਯਸਿਸ, ਫੇਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ ਡਿਸੈਬਿਲਿਟੀ ਸਪੋਰਟਸ

ਖੇਡ ਕਮੇਟੀ ਸਿੱਖਲਾਈ ਚੱਲਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਟੈਲਿ: 01924279305 (ਟੋਨੀ ਲਈ ਪੁੱਛੋ)

## ਬੈਡਫਾਰਡ ਪੀਪਲ ਫਰਸਟ

ਟੈਲਿ: 01274744151

## ਬੈਡਫਾਰਡ ਅਤੇ ਜਿਲਾ ਆੱਟਿਸਟਿਕ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ

ਟੈਲਿ: 01274721932

## ਯਾਤਰਾ ਸਿੱਖਲਾਈ ਯੂਨਿਟ (ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਲੋਕਾਂ ਲਈ)

ਟੈਲਿ: 01274436199

## ਡਾਊਨ ਸਿੰਡ੍ਰੋਮ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ

ਟੈਲਿ: 01274496573

## ਸਨੁਪ

ਟੈਲਿ: 01274621066

## ਕਾਨਟੈਕਟ

ਅਸਮਰੱਥ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਯੋਗ।

ਟੈਲਿ: 012744 94121

## ਸਮੁਦਾਇਕ ਦੇਖਭਾਲ ਉੱਤੇ ਬ੍ਰਾਡਫੋਰਡ ਅਲਾਇੰਸ

ਟੈਲਿ: 01274482590

## ਅਸਮਰੱਥ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਫੋਰਮ

ਟੈਲਿ: 01274482590

## ਬ੍ਰਾਡਨੇਟ

ਟੈਲਿ: 01274224444

## ਬੈਡਫਾਰਡ ਵਿੱਚ ਏਸ਼ਿਆਈ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕਾਰਵਾਈ

ਟੈਲਿ: 01274224223

## ਹੋਰ ਸਮੂਹ/ਸੇਵਾਵਾਂ

### ਐਕਸ਼ਨੇਯਰਸ

ਅੰਨ੍ਹੇ ਅਤੇ ਆਂਸ਼ਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਪੋਰਟਸ ਕਲੱਬ।

ਟੈਲਿ: 01642233439 ਜਾਂ ਈਮੇਲ

lesley.inganni@actionforblindpeople.org.uk

## VI ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ

ਖਰਾਬ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਏਸ਼ਿਆਈ ਮਾਂਵਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ।  
ਟੈਲਿਫੋਨ: 07717002369

### ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ

ਇਹ ਸੇਵਾ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖਿਆਤਮਕ ਲੋੜਾਂ ਹੋਣ ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਨਿਰਪੱਖ ਸਲਾਹ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਯੋਗ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।  
ਟੈਲਿ: 0127481183

### ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ ਸੈਸ਼ਨ

ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 7.30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 8.30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਅਸਮਰੱਥ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬੋਲਿੰਗ ਪੂਲ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨ।

### ਡਾਊਨ ਸਿੰਡ੍ਰੋਮ ਸਪੋਰਟ ਗੇਮ

ਡਾਊਨ'ਸ ਸਿੰਡ੍ਰੋਮ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਲੋਂ ਅਤੇ ਲਈ ਚੱਲਾਈ ਗਈ ਚੈਰਿਟੀ।  
ਟੈਲਿ: 01274496573  
ਈਮੇਲ: office@downsyndromebradford.co.uk  
ਵੈਬ: www.downsupportbradford.uk.com

### ਕ੍ਰੈਂਕ ਇਟ ਅੱਪ - ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਸਾਈਕਲਿੰਗ ਮੈਕੋ

ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਸਵੈਛੱਕ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਜੋ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਸਾਈਕਲਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।  
ਵੈਬ: www.crank-it-up.org.uk

### ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਉਪਕਰਣ ਬ੍ਰੈਡਫੋਰਡ

ਅਸਮਰੱਥ ਉਪਕਰਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੇਂਦਰ ਜੋ ਆਪਣੇ ਲਈ ਉਪਕਰਣ ਵਰਤਣ ਲਈ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮੌਕਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।  
ਟੈਲਿ: 01274589162  
ਵੈਬ: www.disabilityadvice.org.uk

### ਸਿਬਸ

ਸਿਬਸ ਅਸਮਰੱਥ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭੈਣਾ ਲਈ ਯੂਕੇ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ।  
ਟੈਲਿ: 01535645453  
ਵੈਬ: www.sibs.org.uk

## ਸਿਗਨੇਟ ਸਮੂਹ

ਆੱਟਿਸਟਿਕ ਸਪੈਕਟ੍ਰਮ ਅਨਿਯਮਿਤਤਾ ਨਿਦਾਨ ਵਾਲੇ 7-1 ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਿੱਖਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ।  
ਟੈਲਿ: 01274481183

### ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਸਾਰੇ ਅਸਮਰੱਥ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਯੋਗ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।  
ਟੈਲਿ: 01274668922

### ਬ੍ਰੈਡਫੋਰਡ ਟਾੱਅ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ

ਅਸਮਰੱਥ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਖਿਡੌਣੇ ਅਤੇ ਗੇਮਾਂ ਕਿਰਾਏ ਤੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਟੈਲਿ: 01274365463

### ਐਲਐਸ29 ਸਮੂਹ

ਐਲਐਸ29 ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ।  
ਈਮੇਲ: LS29groups@yahoo.co.uk  
ਜਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋcall:

- ਕੈਰਨ ਨੂੰ 01943609861 ਤੇ (ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਮਰੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ)
- ਜੂਲੀ ਨੂੰ 01943602479 ਤੇ (ਨੌਜਵਾਨ)
- ਮਾਰਗਰੇਟ ਨੂੰ 01943607253 ਤੇ

### ਅਵੇਅਰ

ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆੱਟਿਸਟਿਕ ਸਪੈਕਟ੍ਰਮ ਅਨਿਯਮਿਤਤਾ (ਏਐਸਡੀ) ਵਾਲਾ ਬੱਚਾ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਹੋਣ, ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਸਹਯੋਗ ਸਮੂਹ।  
ਟੈਲਿ: 07764432933

### ਬਾਰਨਾਰਦੇਸ ਸੀਨ ਐਂਡ ਹਰਡ ਸਮੂਹ

ਇਹ ਸਮੂਹ ਅਸਮਰੱਥ ਜਾਂ ਜਟਿਲ ਸੇਹਤ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ 1 ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਫੋਰਮ ਮੁਹਈਆ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।  
ਟੈਲਿ: 01274531466

## ਮੈਨਕੈਪ

123 ਗੋਲਡਨ ਲੇਨ

ਲੰਡਨ EC1Y 0RT

ਟੈਲਿਫੋਨ: 020 7 5 0 5

ਫੈਕਸ: 020 760 25

ਈਮੇਲ: [help@mencap.org.uk](mailto:help@mencap.org.uk)

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

ਲਰਨਿੰਗ ਡਿਸੈਬਿਲਿਟੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ

**0808 808 1111**

## Mencap

123 Golden Lane

London EC1Y 0RT

Telephone: 020 7454 0454

Fax: 020 7608 3254

Email: [help@mencap.org.uk](mailto:help@mencap.org.uk)

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

Learning Disability Helpline

**0808 808 1111**