ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਅਣਗਹਿਲੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਾਰਣ ਆਪਣਾ ਬਚਾਉ ਨਾ ਕਰ ਸਕਨ ਕਰਕੇ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹਨ।

ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਉਮਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਅਪੰਗਤਾ, ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਵਾਲੀ ਬੀਮਾਰੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਸੁਆਸਥ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਬੀਮਾਰੀ, ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਹਨ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਬੋਲ ਨਾ ਸਕਨ ਕਿ ਉਨਹਾਂ ਨਾਲ ਕੀ ਕੁੱਝ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਅਤੇ ਕਿਸ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋ ਕਦੋਂ ਦੇਣ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

"ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪਿਆਸੀ ਅਤੇ ਬਗੈਰ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕੀਤਿਆਂ ਹੁੰਦੀ ਸੀ।
ਮੈਂ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਸੀ ਪਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਸੀ।
ਮੈਂ ਸਲਾਹ ਲਈ ਐਡਲਟ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਸੀ।
ਓਥੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਗੱਲ ਸੁਣੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ।
ਹੁਣ ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਖੁਸ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲੇ ਮੈਂ ਵੀ।"

ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਅਣਗਹਿਲੀ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਅਣਗਹਿਲੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਲੋਕ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਲੀਡਜ਼ ਐਡਲਟ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

- ਫੋਨ : **0113 222 4401**
- ਬੀ ਐੱਸ ਐੱਲ : **www.leeds.gov.uk/accessibility**
- ਵਿਜ਼ਟ : ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਸਟਾਪ ਸੈਂਟਰਜ਼/ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੱਬਜ਼

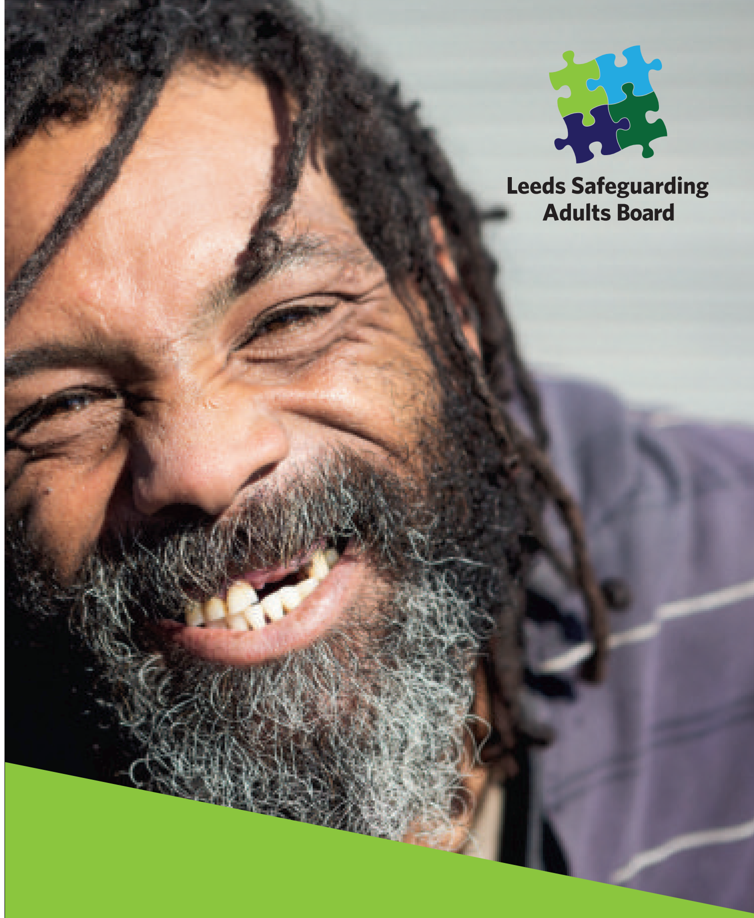
ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ : ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਫੌਰੀ ਤੌਰ ਤੇ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ ਜਾਂ ਖਤਰਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸੇ ਸਮੇਂ 999 ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਬੰਦੇ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕੇਅਰ ਹੋਮ, ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਹੋਸਪਿਸ ਵਿੱਚ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਟਾਫ ਦੇ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਮੈਨੇਜਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਐਡਲਟ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਨਾਲ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੱਡੀ ਛਪਾਈ, ਬਰੇਲ, ਆਡੀਓ ਜਾਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਫੋਨ ਕਰੋ **0113 378 9455**

ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: **www.leedssab.org.uk**

ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣਾ



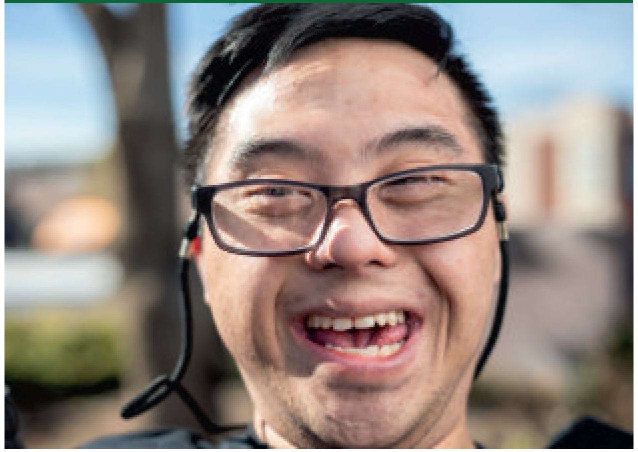
Leeds Safeguarding Adults Board

ਲੀਡਜ਼ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣਾ

Punjabi

“ਮੇਰਾ ਪਾਰਟਨਰ ਮੈਨੂੰ ਮਾਰ ਵਰਗਾ ਸੀ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਕੁੰਮ ਕਰਨ ਤੇ
ਕੁੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮੇਰੀ ਹੀਲਚੇਅਰ ਨੂੰ ਿ ਲੈਂਦਾ ਸੀ।
ਮੈਂ ਐਡਲਟ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ।
ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਿ ੈ ਿਵਕ ਮੈਂ ਇੁੰਝ ਕੀਤਾ।
ਉਨਹਾਂ ਦੀ ਸਾਇਤਾ ਨਾਲ ਮੈਂ ਇ ਫੇਰ ਸੁਰੱਿਖਅਤ ਮਿਹਸੂਸ
ਕਰਦਾ ਾਂ।“

“ਮੇਰਾ ਕਜ਼ਨ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰ ਸਕਦਾ,
ਪਰ ਉਿ ਵਕਸੇ ਿਰ ਨੂੰ ਸਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰਨ ਵਦੁੰਦਾ।
ਉਦਿਾ ਘਰ ਗੁੰਦ ਨਾਲ ਭਵਰਆ ਵਪਆ ਸੀ ਅਤੇ ਇਿ ਤਿਰਨਾਕ ਸੀ।
ਮੈਂ ਐਡਲਟ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਨਾਲ ਸੁੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਨਹਾਂ ਨੇ
ਉਸ ਦੀ ਸਾਇਤਾ ਇਕ ਯੋਜਨਾ ਬਨਾਉਣ ਵ ਿਚ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਿ ਉਿ ਫੇਰ
ਸੁਰੱਿਖਅਤ ਿ ਸਕੇ।“



“ਮੇਰੀ ਸੱਿਲੀ ਨੂੰ ਡੀਮੈਂਸ਼ੀਆ ੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਧੀ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ
ਧਮਕਾਇਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਉੱਚੀ ਉੱਚੀ ਬੋਲੀ।
ਉਿ ਡਰੀ ੋਈ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੀ ਸੀ ਵਕ ਕੀ ੋ
ਵਰਗਾ ਸੀ।
ਮੈਂ ਉਸ ਦੀ ਸਾਇਤਾ ਸਪੋਰਟ ਲੈਣ ਲਈ ਕੀਤੀ।
ਉਿ ਕਵੂੰਦੀ ੈ ਵਕ ਿੁਣ ਿਲਤ ਬ੍ਹੁਤ ਬੇਤਿਰ ੈ।“

“ਮੇਰੇ ਗੁਆਂਢੀ ਨੇ ਵਕਾ ਵਕ ਉਸ ਦੇ ੋਮ ਕੇਅਰਰ ਦਾ ਵ ਿਰ
ਉਸ ਨਾਲ ਚੁੰਗਾ ਨਹੀਂ ਸੀ।
ਮੈਨੂੰ ਉਨਿੇ ਬਰ ਜ਼ ਵ ਇਆ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਸਾਇਤਾ ਮੁੰਗੀ।
ਮੈਂ ਿੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਿਸਤੇ ਿਲਤ ਬੇਤਿਰ
ੋ ਗਈ ਅਤੇ ਿੁਣ ਉਿ ਬ੍ਹੁਤ ਵਜ਼ਆਦਾ ਖ਼ੁਸ਼ ੈ।
ਮੈਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਾਂ ਵਕ ਮੈਂ ਬੋਵਲਆ।“

“ਿਦੋਂ ਮੈਂ ਬ੍ਹੁਤ ਵਜ਼ਆਦਾ ਉਦਾਸ ੁੰਦਾ ਸੀ, ਲੋਕ ਫਾਇਦਾ
ਉਠਾਉਂਦੇ ਸੀ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਰਤੋਂ ਪੈਸੇ ਿਸਤੇ ਕਰਦੇ ਸੀ।
ਮੈਂ ਸੱਚੀ-ਮੁੱਚੀ ਖ਼ੁਸ਼ ਾਂ ਵਕ ਵਕਸੇ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸਪੋਰਟ ਮੁੰਗਣ
ਿਸਤੇ ਸਾਇਤਾ ਕੀਤੀ।
ਿਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਬ੍ਹੁਤ ਵਜ਼ਆਦਾ ਲੋੜ ਸੀ ਤਾਂ ਮੇਰੀ
ਸਾਇਤਾ ਉੱਥੇ ਲੋਕ ਸੀ।
ਮੈਂ ਿੁਣ ਬ੍ਹੁਤ ਵਜ਼ਆਦਾ ਸੁਰੱਿਖਅਤ ਮਿਹਸੂਸ ਕਰਦਾ ਾਂ।“

“ਮੇਰੇ ਦੋਸਤ ਦੀ ਲਰਵਨੂੰਗ ਵਡਸੇਵਬਲਟੀ ੈ।
ਲੋਕ ਉਸਦੇ ਦਰ ਿਜ਼ੇ ਤੇ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਧੱਕੇ ਮਾਰ ਰਿੇ ਸੀ ਅਤੇ ਉੱਚੀ
ਉੱਚੀ ਧਮਕੀਆਂ ਦੇ ਰਿੇ ਸੀ।
ਉਿ ਬ੍ਹੁਤ ਵਜ਼ਆਦਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਸੀ ਅਤੇ ਬਾਿਰ ਿਣ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਸੀ।
ਅਸੀ ਇਕੱਿਵਠਆਂ ਐਡਲਟ ਸੋਸ਼ਲ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ
ਉਨਹਾਂ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਸਾਇਤਾ ਉਸ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਪੋਰਟ ਲੈਣ ਲਈ
ਕੀਤੀ।“