AAvailable in different languages:

- ✓ Somali
- ✓ Polish
- ✓ Urdu
- ✓ Punjabi
- ✓ Hindi
- ✓ Gujarati
- ✓ Bengali
- ✓ Romanian

STOMP

ਸਿੱਖਣ ਸੰਬੰਧੀ ਅਸਮਰਥਤਾ, ਆਟਿਜ਼ਮ ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ

ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ।

STOMP ਕੀ ਹੈ?

STOMP ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਹੈ।

ਅਗਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵਿਵਹਾਰ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਅਸਮਰਥਤਾ, ਆਟਿਜ਼ਮ ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ।

STOMP ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਹੀ ਦਵਾਈ ਮਿਲੇ, ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਇਹ, ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਦੀ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇ। ਇਸਦਾ ਇਹ ਅਰਥ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਣ ਦੀ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

STOMP ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ

ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ, ਅਜਿਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਸਮੂਹ ਹਨ ਜੋ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉਹ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ, ਵਿਆਕੁਲਤਾ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੌਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਰਗੀ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਜਾਂ ਮਿਰਗੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਇੰਗਲੈਂਡ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰਥਤਾ ਵਾਲੇ 30,000 ਤੋਂ 35,000 ਬਾਲਗ ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਰਾਕ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ

- ਭਾਰ ਵਧਣਾ
- ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਜਾਂ 'ਨਸ਼ੇ ਵਿੱਚ' ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ
- ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ।

ਅਕਸਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।

- **ਇਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਨਾ ਬਦਲੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰੋ।**
- **ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।**

ਇਸ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਹੀ ਕਰਨਾ

- ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮੇਰੇ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ, ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋ

- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਮੇਰੀ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ ਨਿਯਮਿਤ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ

- ਮੇਰੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਮੈਂ ਸਹੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸੰਭਵ ਸਮੇਂ ਲਈ, ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈ ਲਵਾਂ

- ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭੋ
- ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ ਜੋ ਮੈਂ ਸਮਝ ਸਕਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛ ਸਕਾਂ

- ਮੇਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ
- ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿਓ ਜਿਸਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ।

ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

- ਵਿਅਕਤੀ, ਪਰਿਵਾਰ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਸਟਾਫ਼ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ

- ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਉਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ

- ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ

- ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣਾ

- ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੰਚਾਰ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣੀ, ਜਿਵੇਂ ਸੰਚਾਰ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ

- ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਲਈ ਜਾਣਾ

- ਲੋਕ ਕਿਵੇਂ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਹਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ

- 'ਗੱਲਬਾਤ' ਥੈਰੇਪੀ, ਸਪੀਚ ਥੈਰੇਪੀ, ਵਿਵਸਾਇਕ ਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਕਲਾ ਥੈਰੇਪੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ

- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇ।

ਆਲੀਆ ਬਾਰੇ ਕਹਾਣੀ

ਇਹ ਕਹਾਣੀ ਇੱਕ ਅਸਲ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਪਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਫੋਟੋ ਵਿਚਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ MiXit ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਆਲੀਆ ਦਾ ਰੋਲ ਅਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਆਲੀਆ ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਈ ਤਾਂ ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਤਣਾਉ ਵਿੱਚ ਆ ਗਈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਲੱਗਾ। ਆਖਰਕਾਰ ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਗਈ। ਆਲੀਆ ਪੰਜ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਾਈਕੋਟ੍ਰੋਪਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੀ ਸੀ ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਭਾਰ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਲੱਗੀਆਂ।

ਜਦੋਂ ਆਲੀਆ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਈ, ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ, ਇੱਕ ਸਥਾਨਕ ਮਨੋਚਕਿਤਸਕ ਅਤੇ ਇੱਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ।

ਜੀਪੀ ਨੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਮਿਲ ਕੇ ਆਲੀਆ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਉਸਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਹਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ। ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਸਿੱਖੇ। ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਆਲੀਆ ਬਿਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲੱਗੀ।

ਆਲੀਆ ਨੂੰ ਹੁਣ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀ ਰਹੀ ਹੈ।

ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ

STOMP ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਬਾਰੇ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

STOMP ਭਾਈਵਾਲ

- NHS ਇੰਗਲੈਂਡ
- ਰੌਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਨਰਸਿੰਗ
- ਰੌਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਸਿਕਾਈਟ੍ਰਿਸਟ
- ਰੌਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਜੀਪੀਸ
- ਰੌਇਲ ਫਾਰਮਾਸਿਉਟੀਕਲ ਸੋਸਾਇਟੀ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਾਈਕੋਲੋਜਿਕਲ ਸੋਸਾਇਟੀ
- ਵਾਲੰਟਰੀ ਆਰਗੇਨਾਈਜੇਸ਼ਨ ਡਿਸਬਿਲਿਟੀ ਗਰੁੱਪ (VODG)
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਾਜਕ ਦੇਖਭਾਲ ਵਚਨਬੱਧਤਾ '} 40,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ 100 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰਸ
- ਰੌਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਸਪੀਚ ਐਂਡ ਲੈਂਗਵੇਜ਼ ਥੈਰੇਪਿਸਟਸ RCSLT
- ਲਰਨਿੰਗ ਡਿਸਬਿਲਿਟੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਸੀਨੇਟ
- ਇਸ ਵਿੱਚ NHS ਇੰਗਲੈਂਡ, ਕੇਅਰ ਕੁਆਲਿਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨ, ਕਲੀਨਿਕਲ ਕਮਿਸ਼ਨਿੰਗ ਗਰੁੱਪ, ਚੈਲੇਂਜਿੰਗ ਬਿਹੇਵੀਅਰ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ, ਹੈਲਥ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਇੰਗਲੈਂਡ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਮਿਉਜ਼ਿਕ ਥੈਰੇਪੀ
- ਰੌਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ਼ ਆਕਿਉਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਡਾਇਟੈਟਿਕਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਆਰਟ ਥੈਰੇਪੀ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਡਾਂਸ ਥੈਰੇਪੀ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਡ੍ਰਾਮਾ ਥੈਰੇਪੀ
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਆਫ ਆਰਟ ਥੈਰੇਪੀ
- ਹੋਰ ਭਾਈਵਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

visit www.england.nhs.uk/stomp
ਜਾਂ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ

ਵਧੇਰੇ ਮਦਦ ਲਈ

ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਜਾਂ ਸਾਲਾਨਾ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਮਾਜਕ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ - ਇੱਥੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ
www.vodg.org.uk/campaigns/stompcampaign

ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਚੈਲੇਂਜਿੰਗ ਬਿਹੇਵੀਅਰ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ (CBF)

ਫੈਮਿਲੀ ਸਪੋਰਟ ਲਾਈਨ: 0300 666 0126
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਵੀਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ ਬਾਅਦ 3 ਵਜੇ ਤੱਕ
CBF ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਸੇਧ
ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.challengingbehaviour.org.uk**

ਮੈਨਕੈਪ (Mencap)

ਹੈਲਪਲਾਈਨ **0808 808 1111** ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤਕ
ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.mencap.org.uk**

ਨੈਸ਼ਨਲ ਔਟਿਸਟਿਕ ਸੋਸਾਇਟੀ

ਹੈਲਪਲਾਈਨ: **0808 800 4104** ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 10 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤਕ
ਵੈੱਬਸਾਈਟ **www.autism.org.uk/helpline**

STOMP ਅਤੇ ਇਸ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿੱਚ **MIXit** ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ। ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਡਿਜ਼ਾਈਨ **See Communications CIC** ਦੁਆਰਾ
www.see-communications.co.uk
ਤਸਵੀਰਾਂ **Photosymbols** ਅਤੇ **MiXit** ਦੁਆਰਾ

STOMP NHS see communications