

آپ کی مقامی NHS کی جانب سے مشورہ

اگر آپ کو Grenfell کے واقعہ کے بعد اپنی صحت سے متعلق کوئی مسئلہ درپیش ہو تو اپنے GP سے رابطہ کر کے فوری اپونٹمنٹ لیں۔ اگر آپ GP کے پاس رجسٹرڈ نہیں ہیں یا GP سے ملاقات کسی وجہ سے ممکن نہ ہو تو آپ NHS کی امدادی لائن 111 پر فوری رابطہ کریں

اپنی ادویات حسب معمول GP ذریعے حاصل کریں

برائے مہربانی اپنے GP کو اطلاع کر دیں کہ آپ کس Pharmacy سے اپنی ادویات حاصل کرنا چاہتے ہیں تاکہ اگر ادویات ختم ہو جائے تو آپ pharmacy سے فوری ضرورت کے واسطے حاصل کر سکیں۔

مزید معلومات NHS Choices کی ویب سائٹ [www.nhs.co.uk](http://www.nhs.co.uk) سے حاصل کی جا سکتی ہیں۔

مزید خدمات کے واسطے من درجہ ذیل ادارہ جات سے رابطہ فرمائے

Westway Sports Centre, 1 Crowthorne Rd, London W10 6RP

اس سینٹر میں آپ کو GP، دماغی، نفسیاتی امراض کے ماہرین کے علاوہ رہائش، مالی امداد کھانے پینے اور social services کے معاملات میں آپ کی امداد کی جا سکتی ہے۔ یہ بل مشافہا امداد 24 گھنٹے اور ساتوں دن آپ کی خدمت میں موجود ہیں۔

اگر آپ کسی وجہ سے سینٹر پر نہیں پہنچ سکتے تو مندرجہ ذیل نمبر پر رابطہ کریں

Grenfell Fire Response Team 0800 0234 650

Email [cnw-tr.spa@nhs.net](mailto:cnw-tr.spa@nhs.net)

آپ کی نفسیاتی بہبود کیلئے لائن 24 گھنٹے دستیاب ہے

اگر آپ کو ٹائپ ٹاک کے ذریعہ مدد درکار ہو تو اس نمبر پر رابطہ کریں:

18001 0800 0234 650

Red Cross 0800 4589472

ہنگامی صورت حال میں رہائش، فوری مالی امداد، دوست احباب رشتیداروں کی تلاش میں مدد کیلئے درجہ بالا نمبر پر رابطہ کریں۔ لائن 24 گھنٹے کھلی ہیں۔

Samaritans

اگر آپ کسی ذہنی یا نفسیاتی پریشانی کا شکار ہیں تو مکمل رازداری کے ساتھ اس نمبر پر رابطہ کریں

116 123

لائن 24 گھنٹے کھلی ہیں آپ اس نمبر پر SMS بھی کر سکتے ہیں

07725 909090

Cruse Bereavement Centre 0808 808 1677

Email [helpline@cruse.org.uk](mailto:helpline@cruse.org.uk)

ان بالغان، نوجوانوں، اور بچوں کی مدد کیلئے جن کا کوئی عزیز یا رشتیدار فوت ہو گئے ہیں درجہ بالا نمبر پر رابطہ کریں۔ پیر تا جمعہ صبح 9:30 سے دوپہر 5 بجے تک، منگل، بدھ اور جمعرات کو لائنیں اٹھ بجے شام تک کھلی ہیں۔

RBKC Social Work team

020 7361 3013

رہائش، بچوں کی نگاہ داشت، فوری ضرورت کے ملبوسات اور مالی امداد کیلئے درجہ بالا نمبر پر رابطہ کریں۔ لائن 24 گھنٹے کھلی ہیں۔

بینیفٹ میں مدد کیلئے حکومت کی لائن پیر تا جمعہ 8 بجے صبح تا 6:30 بجے شام

020 7941 6661/020 7941 6634

RBKC Housing Line

020 7361 3008

Grenfell Tower کے مکینوں کیلئے مفت قانونی اور رہائشی مشورہ کیلئے

درجہ بالا نمبر پر رابطہ کریں۔ لائن 24 گھنٹے کھلی ہیں۔

Shelter

0344 515 1540

مفت قانون اور رہائشی مشورہ کیلئے درجہ بالا نمبر پر رابطہ کریں۔

پیر تا جمعہ صبح 8 بجے سے شام 8 بجے تک، ہفتہ اور اتوار صبح 8 بجے سے دوپہر 5 بجے تک۔