

ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਰੱਗਜ਼ ਹੈੱਲਪਲਾਈਨ (ਫਰੈਂਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ)	0800 776600
ਫਾਈਫ ਐੱਨਐੱਚਐੱਸ ਐਂਡਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ	01592 716446
ਐੱਲਕੋਹਲਿਕਸ ਐਨਾਨੀਮਸ	0845 769 7555
ਨਾਰਕੋਟਿਕਸ ਐਨਾਨੀਮਸ	0845 737 3366
ਫਾਈਫ ਐੱਲਕੋਹਲ ਸਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸ	01592 206200
ਡਰੱਗ ਐਂਡ ਐੱਲਕੋਹਲ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਲਿਮਿਟਡ	01333 422277
ਵੈੱਸਟ ਫਾਈਫ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਡਰੱਗਜ਼ ਟੀਮ	01383 732613
ਸੋਸਲ ਵਰਕ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਡਨਫਰਮਲੀਨ ਕਰਕਾਡੀ ਕੂਪਰ	01383 609111 01592 583322 01334 659322
ਜੀ ਯੂ ਐੱਮ ਕਲਿਨਿਕ (ਜੈਨੀਟੇ ਯੂਰੀਨਰੀ ਮੈਡੀਸਨ)	01592 643774 01383 624079 01334 472327 ext 132
ਨੈਸ਼ਨਲ ਏਡਜ਼ ਹੈੱਲਪਲਾਈਨ	0800 567123
ਫਰੰਟਲਾਈਨ ਫਾਈਫ ਕਰਕਾਡੀ ਲੀਵਨ ਡਨਫਰਮਲੀਨ ਕੂਪਰ	01592 583394 01334 659391 01383 602388 01334 659390
ਕਲੂਡ ਅੱਪ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ	01592 858248
ਦੀ ਜ਼ੋਨ	01592 862315
ਅਗਲੇ ਕਦਮ	0844 371 0127

ਫਰਸਟ

ਆਮ ਪੁੱਛਾਂ-ਗਿੱਛਾਂ ਕਰਨ ਲਈ:

ਏਪ੍ਰਿਲ ਐਡਮ, ਸਰਵਿਸ ਮੈਨੇਜਰ
ਪੈਂਟ੍ਰਿਸ਼ੀਆ ਸਮਿੱਥ, ਫਾਇਨੈਂਸ ਐਂਡ ਐਂਡਮਨਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ
ਕੋ-ਆਰਡੀਨੇਟਰ

ਮੁੱਖ ਦਫਤਰ ਦਾ ਪਤਾ:

Fife Intensive Rehabilitation & Substance Misuse Team
3 South Fergus Place,
Kirkcaldy, Fife, KY1 1YA
ਟੈਲੀਫੋਨ: 01592 585960
ਫੈਕਸ: 01592 585965

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.firstforfife.co.uk
ਈਮੇਲ: enquiries@firstforfife.co.uk

ਦਫਤਰ ਖੁਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ:

ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ
ਸਵੇਰੇ 9-5 ਸ਼ਾਮੀਂ

ਦਫਤਰ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਆਨਸਰਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਹੈ

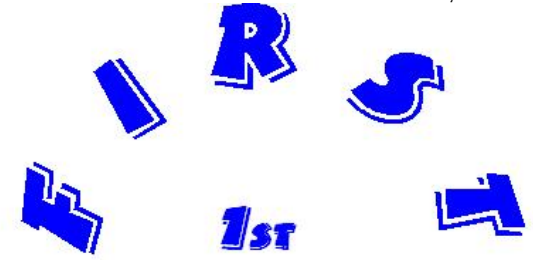
ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਮਿਲੇ ਸੰਭਵ ਅਵਸਰ ਤੇ ਸਟਾਫ ਦਾ ਕੋਈ ਬੰਦਾ
ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ।

ਫਰਸਟ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਕੋਟਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟ੍ਰਡ ਗਰੰਟੀਸ਼ੁਦਾ ਕੰਪਨੀ ਹੈ।

ਸਕੋਟਿਸ਼ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ: SC 034720

ਕੰਪਨੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨੰਬਰ: 298843

ਕੇਅਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟ੍ਰਡ



ਫਾਈਫ
ਇੰਟੈਂਸਿਵ
ਰੀਹੈਬੀਲੀਟੇਸ਼ਨ ਅਤੇ
ਸਬਸਟਾਂਸ ਮਿਸਯੂਜ਼
ਟੀਮ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੀਫਲੈੱਟ



ਆਰੰਭ

ਫ਼ਾਈਫ਼ ਇੰਟੈਂਸਿਵ ਰੀਹੈਬੀਲੀਟੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਸਬਸਟਾਂਸ ਮਿਸਯੂਜ਼ ਟੀਮ (ਐੱਫ਼.ਆਈ.ਆਰ.ਐੱਸ.ਟੀ) ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸਾਰੇ ਫ਼ਾਈਫ਼ ਵਿੱਚ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਪੁਨਰਵਾਸ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਇਕ ਤੋਂ ਇਕ, ਗਰੁੱਪ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ ਸਪੋਰਟ (ਸਮਰਥਨ) ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ।

ਰੈਫਰਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

ਕਲਾਇੰਟ (ਮੁਅੱਕਿਲ) ਪੂਰੇ ਫ਼ਾਈਫ਼ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀਆਂ ਕਈ ਡਰਾਪ – ਇਨ ਕਲਿਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਐੱਫ਼.ਆਈ.ਆਰ.ਐੱਸ.ਟੀ ਕੋਲ ਰੈਫਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੇਵਲ ਦੱਸੇ ਹੋਏ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਡਰਾਪ – ਇਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਵੱਲੋਂ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਡੀਆਂ ਕਲਿਨਿਕਾਂ ਡਨਫਰਮਲੀਨ, ਕੁਪਰ, ਸੇਂਟ ਐਂਡਰੂਜ਼, ਗਲੈਨਰੋਥੱਸ, ਕਰਕਾਡੀ ਅਤੇ ਲੀਵਨਮਾਉਥ ਵਿੱਚ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਵਾਲੀ ਡਰਾਪ – ਇਨ ਕਲਿਨਿਕ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦਫਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ **01592 585960** ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਵੋ **www.firstforfife.co.uk** ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਅੱਗੋਂ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਐਪੋਆਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਵਾਸ ਸਥਾਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਦਿਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਅੱਗੋਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ....

ਇਕ ਐਕਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਐਕਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰੀਹੈਬੀਲੀਟੇਸ਼ਨ ਵਰਕਰ ਦਰਮਿਆਨ ਸਾਂਝਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਐਕਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਵਿੱਚ ਜਿਹੜੇ ਮੁਦਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਮਾਧਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਰੀਹੈਬੀਲੀਟੇਸ਼ਨ ਵਰਕਰ ਵੱਲੋਂ, ਕਿਸੇ ਵਲੰਟੀਅਰ (ਸਵੈ-ਇੱਛੁਕ) ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਸਪੋਰਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਵਲੰਟੀਅਰ ਕੌਣ ਹਨ?

ਵਲੰਟੀਅਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟ੍ਰੇਡ (ਸਿੱਖਿਅਤ) ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਐਨਹਾਂਸਡ ਡਿਸਕਲੋਜਰ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖਾਹਿਸ਼ ਸੱਚੀ ਮੁੱਚੀ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਮੁੱਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਮਾਧਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਕੁੱਝ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੇ ਪਿੱਛੇ ਖੁੱਦ ਆਪ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਾਲੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦਾ ਜਾਂ ਤਾਂ ਨਿੱਜੀ ਆਧਾਰ ਤੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪਰਵਾਰਿਕ ਬੰਦੇ/ਦੋਸਤ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਸਾਮਣਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਗਰੁੱਪਵਰਕ

ਗਰੁੱਪਵਰਕ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਕਲਾਇੰਟਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਐੱਫ਼.ਆਈ.ਆਰ.ਐੱਸ.ਟੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਨ ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੈਸ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ: --

- ਲਾਈਫ ਸਕਿੱਲਜ਼ (ਜੀਵਨ ਮੁਹਾਰਤਾਂ)
- ਰੀਲੈਪਸ ਪਰੀਵੇਂਸ਼ਨ (ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਮੁੜ ਕੇ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ)
- ਟਾਕ ਐਂਡ ਵਾਕ ਗਰੁੱਪ (ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲਾ ਗਰੁੱਪ)
- ਕਾਨਫੀਡੈਂਸ ਬਿਲਡਿੰਗ (ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਬਣਾਉਣਾ)
- ਐਂਗਰ ਮੈਨਜਮੈਂਟ (ਗੁੱਸੇ ਤੇ ਕਾਬੂ)

ਕਲਾਇੰਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬਦਲ ਵਾਲੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਉੱਚਿਤ ਬੇਨਤੀਆਂ ਤੇ ਸਦਾ ਹੀ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।



ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ – ਅਜ ਫੋਨ ਚੁਕੋ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ **01592 585960**

