

فرسٹ

FIRST

1st

انٹینسوی ری ہیلپیٹیشن اینڈ سبسٹینس
مس یوز ٹیم

Fife Intensive

Rehabitation and

Substance Misuse

Team

Information Leaflet

انفارمیشن لیفلٹ

(معلوماتی کتابچہ)

NHS The Robertson Trust Fife

Council

اسکاتس چیرٹی نمبر SC 034720

کمپنی رجسٹریشن نمبر 298843

کمیر کمیشن فائف (Care Commission)

کے ساتھ رجسٹرڈ ہے

فرسٹ

FIRST

جنرل انکوائریز (عام معلومات)

اپریل آدم۔ سروس منیجر

پڑیشیا اسمتھ۔ فنانس اینڈ ایڈمنسٹریشن کوآرڈینیٹر

مہین آفس ایڈریس:

(Main Office Address)

فائف انٹینسوی ری ہیلپیٹیشن اینڈ سبسٹینس مس یوز ٹیم

(Fife Intensive Rehabilitation & Substance

Misuse Team)

3 ساوتھ فرس پلس

(3 South Fergus Place)

کراڈی فائف KY11 1YA

فون: 01592 585960

فیکس: 01592 585965

ویب سائٹ: www.firstforfife.co.uk

ای میل: enquiries@firstforfife.co.uk

آفس کے کام کرنے کے اوقات

سوموار تا جمعہ

صبح 9 بجے سے شام 5 بجے تک

آفس اوقات کے علاوہ آنرنگ مشین

عملے کا نمبر آپ سے فوری رابطہ کرے گا

فرسٹ (FIRST) اسکات لینڈ میں رجسٹرڈ

ایک خیراتی ادارہ اور ایک لمیٹڈ کمپنی ہائی گارنٹی

ہے۔

اسکاتس چیرٹی نمبر SC 034720

کمپنی رجسٹریشن نمبر 298843

کمیر کمیشن فائف (Care Commission)

کے ساتھ رجسٹرڈ ہے

مفید فون نمبرز:

نیشنل ڈرگ ہیلپ لائن (مہیات سے نجات میں مدد)

(فرینک سے بات کیجئے) 0800 776600

فائف اسن ایچ ایس ایڈکشن سروس 01592 716446

الکوحلک (شراب) اینائٹس 0845 769 7555

مارکونکس (مہیات) اینائٹس 0845 737 3366

فائف الکوحل (شراب) سپورٹ سروس

01592 206200

ڈرگ اینڈ الکوحل پراجیکٹ 01333 422277

(مہیات اور شراب)

ویسٹ فائف کمیونٹی

ڈرگ (مہیات) ٹیم 01383 732613

سوشل ورک سروسز

ڈنفرملین 01383 609111

کراڈی 01592 583322

کوہر 01334 659322

گم کلینک (جینیٹو یورینری میڈیسن)

01592 643774

01383 624079

01334 472327 ext 132

نیشنل ایڈز ہیلپ لائن 0800 567123

فرسٹ لائن فائف

کراڈی 01592 583394

لیون 01334 659391

ڈنفرملین 01383 602388

کوہر 0134 659390

کلویڈ اپ پراجیکٹ 01592 858248

دی زون 01592 862315

یکس اسٹپس 0844 371 0127

تعارف

فائف انٹینسویو ری ہیلپیٹیشن اینڈ سبسٹینس مس یوز ٹیم Fife Intensive

Rehabilitation and Substance Misuse Team

(فرسٹ (FIRST) فائف کمیونٹی بھر کے منشیات کے عادی افراد کو فردا فردا، گروپ اور رضاکارانہ کی حیثیت سے منشیات کی عادت سے چھٹکارا دلانے کے لئے مدد فراہم کرتے ہیں۔ دی ریفرل پروسس کے کلائنٹس (موکل) ہماری فائف کی کسی بھی ڈراپ۔ ان کلائنٹس (بغیر وقت مقررہ کے) کی طرف اپنے طور پر رجوع کر سکتے ہیں۔ اس کے لئے ملاقات کے لئے وقت لینے کی ضرورت نہیں۔ صرف آپ دیے گئے مخصوص اوقات میں تشریف لائیں اور آپ سے ہمارا ورکر ملاقات کرے گا۔

ہماری کلائنٹس ڈنفرملن، کوپر، سینٹ اینڈریوز، گلین روٹھس، کرکالڈی اور لیون ماٹوٹھ میں ہیں۔ اپنی قرسی ڈراپ۔ ان کلائنٹس کی معلومات کے لئے برائے کرم ہماری آفس سے فون نمبر 01592 585960 یا ہماری ویب سائٹ www.firstforfife.co.uk سے رابطہ کیجئے۔

برائے کرم اس بات کا خیال رہے کہ مزید ملاقاتوں کے لئے وقت مقررہ آپ کی رہائش کے قرسی کلائنٹس سے ہی ملے گا۔

اس کے بعد کیا ہوگا؟

یک ایکشن پلان بنایا جائے گا۔ یہ ایکشن پلان آپ کے اور ری ہیلپیٹیشن ورکر (Rehabilitation Worker) کے مابین ہوگا۔ اس کے بعد ہمارے ری ہیلپیٹیشن ورکر یا رضاکار یا دونوں اس مسئلے کے حل کے لئے آپ کی مدد کریں گیں جس کا ذکر ایکشن پلان میں کیا گیا ہے۔

رضاکار کون لوگ ہوتے ہیں؟

رضاکار لوگ مکمل تربیت یافتہ ہوتے ہیں جن کی اچھی طرح چھان بین کی گئی ہوتی ہے اور یہ لوگ واقعی منشیات کے عادی ان لوگوں کی مدد کرنا چاہتے ہیں جو اس عادت سے چھٹکارا حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ ان میں سے کچھ رضاکار ماضی میں خود یا ان کے خاندان کا کوئی فرد یا دوست اس بری عادت کے شکار ہو چکے ہوتے ہیں۔

گروپ ورکس

گروپ ورکس ان کلائنٹس (موکل) کو دیا جاتا ہے جو فرسٹ (First) کے ساتھ پہلے سے ہی کام کر رہے ہوتے ہیں۔ موضوعات اور نوعیت مختلف قسم کے ہوتے ہیں لیکن عام طور پر ہم ذیل میں دکھائے گئے موضوعات کے متعلق سیشنز (اجلاس) کی پیشکش کرتے ہیں:

لائف اسکلز (مختلف اقسام کے ہنر)

ریلیپس پریوینشن (دوبارہ ہونے سے بچنے کے لئے)

ٹالک اینڈ واک گروپ (بات چیت اور چہل قدمی)

کانفیڈینس بلڈنگ (خود اعتمادی پیدا کرنا)

اینگر مینجمنٹ (غصہ پر قابو پانے کے طریقے)

اس کے علاوہ کلائنٹس کی طرف سے متبادل ٹاپلس (موضوعات) کے لئے معقول درخواست پر بھی ہم ہمیشہ غور کرتے ہیں۔

اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپ کسی قسم کی مدد کر سکتے ہیں تو

آج ہی فون اس نمبر 01592 585960 پر کر کے ہم سے

رابطہ کیجئے۔