



## Who we are

Contact a Family is a leading UK-wide charity, providing advice, information and support to families caring for children, aged 0–19 years old, with any disability or additional need. Contact a Family Southall is a local project, covering the London Borough of Ealing.

## How we can help

We can help you find information about your child's condition, about benefit entitlements and we can tell you about other organisations who can help.

### Workshops

We run regular workshops for parents on various topics.

### Carers group

We run carers group meetings twice a month over lunch, for support and an opportunity for parents to meet.

### Carers break

We run an annual five day break for the whole family.

### Summer trips

We run day trips to places such as theme parks and seashores during school summer holidays for the whole family.

### Newsletters

We produce a regular newsletter offering information on support, events, benefits and other topics of interest.

## How you can contact us

Tel: 020 8571 6381

e-mail: southall.office@cafamily.org.uk

### ما کی ہستیم

Contact a Family یکی از سازمانهای خیریه پیشگام در سراسر بریتانیا است، که خدمات مشاوره، اطلاعات و پشتیبانی را برای آن دسته از خانواده ها ارائه می دهند که دارای فرزندان هستند که سن آنها بین 0 تا 19 سال است و معلولیت یا نیازمندی خاص دارند. Contact a Family Southall یک پروژه محلی است که بخش Ealing لندن را پوشش می دهد.

### ما چگونه می توانیم کمک کنیم

#### اطلاعات

ما می توانیم به شما کمک کنیم تا در مورد شرایط فرزندان، واجد شرایط بودن او برای دریافت مزایا اطلاعات کسب کنید و همچنین می توانیم سازمانهای دیگری را به شما معرفی کنیم که می توانند به شما کمک کنند.

#### کارگاههای آموزشی

ما به طور مرتب در زمینه موضوعات مختلف کارگاههای آموزشی را برای والدین برگزار می کنیم.

#### گروه مراقبین

ما هر ماه دو بار نشستهای گروه مراقبین را در ساعت نهار برگزار می کنیم، تا هم از والدین پشتیبانی کنیم و هم فرصتی ایجاد کنیم تا والدین با همدیگر دیدار کنند.

#### فرصت استراحت مراقبین

ما هر سال به مدت پنج روز فرصت استراحت برای تمام خانواده تعیین می کنیم.

#### سفرهای تابستانی

ما در مدت تعطیلات تابستانی مدارس سفرهای روزانه به پارکها و ساحل دریا را برای همه خانواده برگزار می کنیم.

#### خبرنامه ما

ما به طور مرتب خبرنامه هایی را منتشر می کنیم که دربرگیرنده اطلاعاتی در مورد پشتیبانی، مراسم، مزایا و دیگر موضوعات مورد علاقه می باشد.

### چگونه می توانید با ما تماس بگیرید

تلفن: 020 8571 6381

ایمیل: southall.office@cafamily.org.uk

### हम कौन हैं

कॉन्टेक्ट ऐ फैमिली (Contact a Family) यूके में एक प्रमुख चैरिटी है जो 0-19 वर्ष के अस्मर्थ अथवा अतिरिक्त आवश्यकताओं वाले बच्चों की देखभाल करने वाले परिवारों को परामर्श, जानकारी एवं सहायता प्रदान करती है। कॉन्टेक्ट ऐ फैमिली साऊथहॉल, एक स्थानीय योजना है, जो लन्डन बरो ऑफ ईलिंग के लिए है।

### हम कैसे सहायता कर सकते हैं

#### जानकारी

हम आपकी आपके बच्चे की दशा के बारे में, सुविधा अधिकारों के बारे में जानकारी प्राप्त करने में सहायता कर सकते हैं तथा हम उन संस्थाओं के बारे में भी बता सकते हैं जो आपकी सहायता कर सकती हैं।

#### वर्कशॉपस

हम अभिभावकों के लिए अनेक विषयों पर नियमित रूप से वर्कशॉपस चलाते हैं।

#### देखभाल करने वालों का समूह

हम अभिभावकों को सहायता तथा आपस में मिलने का अवसर देने के लिए, देखभाल करने वालों के समूह की माह में दो बार बैठक रखते हैं।

#### देखभाल करने वालों को विश्राम

हम सम्पूर्ण परिवार को प्रत्येक वर्ष पाँच दिन का विश्राम देते हैं।

#### ग्रीष्म ऋतु पर्यटन

हम सम्पूर्ण परिवार को बच्चों की ग्रीष्म ऋतु अवकाश में थीम पार्को एवं सागर तट जैसे स्थानों पर दिवस पर्यटन के लिए ले जाते हैं।

#### समाचार-पत्रिकाएँ

हम सहायता, घटनाओं, सुविधाओं एवं रुचि के अन्य विषयों पर जानकारी की एक नियमित समाचार पत्रिका प्रकाशित करते हैं।

### आप हमसे कैसे सम्पर्क कर सकते हैं

टेलीफोन: 020 8571 6381

ई-मेल: southall.office@cafamily.org.uk

#### Hindi

### Yaanu nahay

Contact a Family waa hay’ad samafal oo hormood ka ah dhamaan UK oo dhan, iyagoo siinaya talobixin, macluumaad iyo taageero xaasaska korrinaya caruurta ay da’doodu u dhaxayso 0-19 sanadood, oo ay u wehliso naafanimo ama wax kasta oo ah baahi gaar ah. Contact a Family ee Southall waa mashruuc maxali ah, oo ka hawlgala Xaafada Ealing ee London.

### Sidee ayaanu kuu taageeri karnaa

#### Macluumaad

Waxaanu kugu caawin karnaa anagoo kuu hela macluumaad ku saabsan xaalada canugaaga, gunnooyinka aad xaqa u leedahay, iyo hay’adaha kale eek u caawin kara.

#### Bandhig-hawleed

Waxaanu u qabanqaabinaa bandhig hawleedyo waalidiinta anagoo ka hadlayna mawaadiic kala duwan.

#### Kooxaha daryeelayaasha

Waxaanu u qabanaa waalidiinta ah daryeeyaal kulano bishii laba jeer anagoo ku kulminayna kulan qado ah.

#### Fasax-gayn Daryeele

Waxaanu qabanqaabinaa fasax shan maalmood ah oo aanu siino xaaska oo dhan.

#### Safarada Xagaagii

Waxaanu qaban qaabinaa safaro aanu xagaagii marka ay dugsiyadu fasaxa yiniin ku tagno xeebaha oo ah xaaska oo dhan.

#### Jariirad

Waxaanu soo saarnaa jariirad joogto ah oo aanu ku soo bandhigno macluumaad ka hadlaya dhacdooyinka ka hadlaya taageerada ama gunnooyinka iyo mawaadiic kale oo xiiso leh

### Sidee ayaad noola soo xidhiidhi kartaa

Tel: 020 8571 6381

limayl: southall.office@cafamily.org.uk

#### Somali

#### English

#### Farsi