

ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲਾ
ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

The  Havens

Camberwell • Paddington • Whitechapel



ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ

ਤੁਹਾਡੀ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਵਾਲੇ

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ

‘ਤੇ ਬਲਾਤਕਾਰ ਜਾਂ

ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲਾ

ਹੋਇਆ ਹੈ?

ਦ ਹੈਵਨਸ ਸੈਂਟਰਾਂ 'ਚ ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲੇ ਸੰਬੰਧੀ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਵਿਸ਼ੈ ਬਾਰੇ ਮਦਦ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ, ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਮਾਹਿਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਲਾਹ;
- ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ; ਅਤੇ
- ਅਮਲੀ ਅਤੇ ਭਾਵੁਕ ਸਹਾਇਤਾ।

ਅਸੀਂ ਬਲਾਤਕਾਰ ਜਾਂ ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲੇ ਵੇਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਦਮੇ ਸੰਬੰਧੀ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਇਸ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੈ।

ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਮੱਰਦ, ਔਰਤ ਅਤੇ ਬੱਚੇ। ਦ ਹੈਵਨ ਵਿਖੇ, ਸਾਡੇ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਦ ਹੈਵਨਸ ਰਾਹੀਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ

ਤੁਸੀਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮੈਡੀਕਲ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਡੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇਹ ਡਾਕਟਰ ਔਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੱਰਦ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੋਰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਣ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਮੈਥੁਨਿਕ ਸੰਬੰਧ ਨਾਲ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਗਰਭ ਬਾਰੇ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦ ਹੈਵਨ 'ਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਜਿਹੜਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੀ ਆਗਿਆ ਨਾਲ ਹੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਮੂਨਾ ਲਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ, ਅਸੀਂ ਇਹ ਨਮੂਨੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛਾਣ-ਬੀਣ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਦੱਸੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਦਿਆਂਗੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੱਦ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਨਹੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤੱਕ ਤੱਕ ਇਹ ਨਮੂਨੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛਾਣ-ਬੀਣ ਤੋਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਉਚੇਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਬੂਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ 'ਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵੇਰਵਾ ਦਿਆਂਗੇ।

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ

ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲੇ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਡਾਕਟਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹਨ। ਪਰ, ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ

ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੁੜੀ ਜਾਂ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਡਾਕਟਰ – ਪਿਡਿਏਟ੍ਰਿਸ਼ੀਅਨ ਰਾਹੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਦੀ ਯੋਗ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮਦਦ ਕਰ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋਇਆ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਖਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਜੇਕਰ ਸਲਾਹ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦ ਹੈਵਨ 'ਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਆਉਂਦੇ ਸਮੇਂ, ਕ੍ਰਾਈਸੀਸ ਵੱਰਕਰ (ਅੱਖੀ ਘੜੀ ਸੰਬੰਧੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਕਾਰਜ-ਕਰਤਾ) ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਵੀ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਹੁਣੇ ਹੀ ਹੋਏ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਏ, ਹਮਲੇ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਸਦਮੇ 'ਚ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਘੜੀਆਂ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਸੁਰੱਖਿਆ

ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰੋ। ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਨੰਬਰ 999 ਘੁਮਾਓ।

ਦ ਹੈਵਨ – ਕੈਮਬਰਵੈੱਲ

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **020 7346 1599** 'ਤੇ ਸਵੇਰੇ 9.00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਦਰਮਿਆਨ
ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਮੇਂ: **020 7737 4000** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਦ ਹੈਵਨ – ਪੈਡਿੰਗਟਨ

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **020 7886 1101** 'ਤੇ ਸਵੇਰੇ 9.00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਦਰਮਿਆਨ
ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਮੇਂ: **020 7886 6666** ਫੋਨ ਕਰੋ

ਦ ਹੈਵਨ – ਵ੍ਰਾਈਟਚੈਪਲ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **020 7247 4787** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਮਦਦ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਮਦਰਦ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਭਾਵੁਕ ਅਤੇ ਅਮਲੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਰਫ ਕੁੱਝ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦ ਹੈਵਨ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਨਾਲ ਫੋਨ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਲਈ ਬਾਅਦ 'ਚ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਮਲੀ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋਰਨਾਂ ਜੁੱਟਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਰਾਬਤਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ।

ਤੁਸੀਂ ਦ ਹੈਵਨ ਨੂੰ ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਦ ਹੈਵਨ – ਕੈਮਬਰਵੈਲ

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **(020) 7346 1599** 'ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9.00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਦਰਮਿਆਨ ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਮੇਂ: **(020) 7737 4000** ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਦ ਹੈਵਨ – ਪੈਡਿੰਗਟਨ

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **(020) 7886 1101** 'ਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9.00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਦਰਮਿਆਨ ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਮੇਂ: **(020) 7886 6666** ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਦ ਹੈਵਨ – ਵ੍ਹਾਈਟਚੈਪਲ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **(020) 7247 4787** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।



Camberwell • Paddington • Whitechapel

ਦ ਹੈਵਨਸ ਵਲੋਂ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਬਲਾਤਕਾਰ ਜਾਂ ਮੈਥੁਨਿਕ ਹਮਲੇ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਇਆ ਲੰਡਨ 'ਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦ ਹੈਵਨ ਰਾਹੀਂ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹੈ। ਔਰਤ, ਮਰਦ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਨਹੀਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਰਜ਼ੀ ਹੈ। ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹੈਵਨ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਹਮਲੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ 'ਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਅਪਾਇਟਮੈਂਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪੁਲੀਸ ਅਫਸਰ ਉਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਫਿਰ ਵੀ, ਦ ਹੈਵਨ ਲੋਕਲ ਹੈਲਥ ਆਥੋਰਿਟੀ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਮੈਟ੍ਰੋਪੋਲਿਟਨ ਪੁਲੀਸ ਸਰਵਿਸ ਨੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਪੁਲੀਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਵੱਰਕਰ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਪੁਲੀਸ ਅਫਸਰ ਨਾਲ ਸ਼ਾਇਦ ਬੇਕਾਇਦਾ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਫਸਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਅਫਸਰ 'ਸੈਫਾਇਰ' ਅਫਸਰ ਹੋਵੇਗਾ – ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ ਦਰਮਿਆਨ ਰਾਬਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਇੱਕ ਸਥਾਨ ਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ।

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਦ ਹੈਵਨਸ ਸਵੇਰੇ 9 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ – ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ – ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਫੋਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਜੇ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਦ ਹੈਵਨਸ ਵਲੋਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ

www.thehavens.org ਦੇਖੋ।

ਦ ਹੈਵਨ – ਕੈਮਬਰਵੈਲ

**King's College Hospital, Denmark Hill,
London SE5 9RS**

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **(020) 7346 1599** 'ਤੇ ਦ ਹੈਵਨ – ਕੈਮਬਰਵੈਲ
ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9.00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਦਰਮਿਆਨ
ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਮੇਂ: **(020) 7737 4000** ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਦ ਹੈਵਨ – ਪੈਡਿੰਗਟਨ

**St Mary's Hospital, Praed Street,
London W2 1NY**

ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: **(020) 7886 1101** 'ਤੇ ਦ ਹੈਵਨ – ਪੈਡਿੰਗਟਨ
ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9.00 ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5.00 ਦਰਮਿਆਨ
ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਮੇਂ: **(020) 7886 6666** ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਦ ਹੈਵਨ – ਵੁਈਟਚੈਪਲ

**Royal London Hospital, 9 Brady Street,
London E1 5DG**

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਦ ਹੈਵਨ – ਵੁਈਟਚੈਪਲ ਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ:
(020) 7247 4787 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

King's College Hospital 
NHS Trust

St Mary's 
NHS Trust

Barts and The London 
NHS Trust



www.met.police.uk/sapphire



**METROPOLITAN
POLICE**

Working for a safer London