پارٹیسپینٹ انفارمیشن شیٹ

ایویڈنس فار اکویلیٹی نیشنل سروے (EVENS) مصیبت کے وقت میں نسلی اور مذہبی اقلیتوں کی زندگیوں کی دستاویز بندی

پارٹیسپینٹ انفارمیشن شیٹ

آپ کو مساوات کے ثبوت کے قومی سروے (EVENS) میں شرکت کی دعوت دی جا رہی ہے۔ اس سے پہلے کہ آپ حصہ لینے کے متعلق فیصلہ کریں، آپ کے لیے یہ سمجھنا اہم ہے کہ یہ تحقیق کیوں کی جا رہی ہے اور اس میں کیا ہو گا۔ براہ کرم حصہ لینے سے پہلے درج ذیل معلومات کو بغور پڑھیں اور اگر چاہیں، تو دوسروں کے ساتھ اس کے متعلق بات کرنے میں جھجک محسوس نہ کریں۔ اگر آپ کو مزید معلومات یا زیادہ وضاحت درکار ہو، تو براہ کرم رابطہ کریں۔ اسے پڑھنے کا وقت نکالنے کے لیے شکریہ۔

تحقیق کون کرے گا؟

یہ تحقیق یونیورسٹی آف مانچسٹر، یونیورسٹی آف سینٹ اینڈریوز اور یونیورسٹی آف سسیکس کی جانب سے Ipsos MORI (اپسوس موری) کرے گی۔

اس تحقیق کا مقصد کیا ہے؟

ہم جاننا چاہتے ہیں کہ کووڈ-19 کی عالمی وباء اور لاک ڈاؤنز برطانیہ، سکاٹ لینڈ اور ویلز میں نسلی اقلیتوں کے لوگوں کو کیسے متاثر کر رہے ہیں۔ ہم یہ بھی پوچھیں گے کہ آپ کی زندگی کے مختلف پہلو کیسے متاثر ہوئے ہیں، مثلاً تعلیم، ملازمت اور معاشی بہبود، رہائش، سماجی، سیاسی شرکت، صحت اور نسل پرستی اور امتیازی سلوک کے تجربات۔

مجھے حصہ لینے کے لیے کیوں منتخب کیا گیا ہے؟

ہم کووڈ-19 کی عالمی وباء کے دوران آپ کے تجربات کے متعلق سیکھنے میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ ہم خاص طور پر نسلی اور مذہبی اقلیتوں کے تجربات کی دستاویز بندی کرنے میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ یہ سروے وسیع تر عوام سے بھی لیا جا رہا ہے، تاکہ ہم لوگوں کے مختلف گروہوں کے نظریات سمجھ سکیں۔

کیا تحقیق کے نتائج کو شائع کیا جائے گا؟

اس مطالعے کو مطالعے کی ویب سائٹ www.ethnicity.ac.uk/evensurvey اور ہمارے سوشل میڈیا چینلز EVENSurvey@ (ٹوئٹر) اور evensurvey (Instagram)@ پر شائع کیا جائے گا۔ مطالعے کے نتائج کو آن لائن ورکنگ پیپرز، پیئر ریویوڈ جریدوں میں آرٹیکلز، ترمیم شدہ والیومز، مونو گرافس، سیمینارز اور کانفرنس پریزینٹیشنز میں شائع کیا جائے گا اور تعلیمی صارفین کے ساتھ شریک کیا جائے گا۔ ہم سروے کے نتائج کی بنیاد پر پالیسی بریفنگز، میڈیا آرٹیکلز اور بلاگ پوسٹس بھی شائع کریں گے۔ ہم عوام کے ساتھ یہ نتائج ورکشاپس، پوڈ کاسٹس اور ویڈیوز کے ذریعے شیئر کریں گے۔

تحقیقی پراجیکٹ کی نظر ثانی کس نے کی ہے؟

یہ پراجیکٹ یونیورسٹی آف مانچسٹر کی ریسرچ ایتھکس کمیٹی [2021-10455-17768] کی جانب سے منظور شدہ ہے۔

تحقیقی پراجیکٹ کے لیے فنڈ کون فراہم کر رہا ہے؟

یہ سروے اکنامک اینڈ سوشل ریسرچ کاؤنسل (ESRC) کی جانب سے فنڈ یافتہ ہے۔

اگر میں نے حصہ لیا، تو مجھے کیا کرنے کا کہا جائے گا؟

سب سے پہلے، یہ دیکھنے کے لیے آپ سے رجسٹریشن کے مختصر سروے میں کچھ سوالات پوچھے جائیں گے، کہ آیا آپ مرکزی سروے میں حصہ لینے کے لیے اہل ہیں۔ اگر آپ اہل ہوں، تو آپ کو کووڈ-19 کی عالمی وباء کے دوران اپنے تجربات کے متعلق 30-منٹ کے ایک آن لائن سروے میں یا اگر آپ ترجیح دیتے ہوں، تو 40-منٹ کے ایک ٹیلیفون سروے میں حصہ لینے کا کہا جائے گا۔

کیا مجھے حصہ لینے کا معاوضہ دیا جائے گا؟

اگر آپ مرکزی سروے میں حصہ لینے کے لیے اہل ہیں اور اسے پوری طرح مکمل کر دیتے ہیں، تو آپ کو سروے مکمل کرنے پر ایک گفٹ واؤچر ملے گا۔

اگر میں حصہ نہ لینا چاہوں یا اگر میرا ذہن بدل جائے، تو کیا ہو گا؟

حصہ لینے کا فیصلہ آپ کے اپنے اختیار میں ہے۔ اگر آپ حصہ لینے کا فیصلہ کرتے ہیں، تو آپ Ipsos MORI (اپسوس موری) کے معلوماتی صفحے (evenssurveyinfo.ipsos-mori.com) سے رسائی حاصل کر کے یہ انفارمیشن شیٹ دیکھ سکتے ہیں۔ آپ کو آن لائن یا بذریعہ ٹیلیفون حصہ لینے کے لیے رضامندی دینے کا کہا جائے گا (اگر آپ بذریعہ ٹیلیفون حصہ لیتے ہیں، تو اگر ضرورت ہو، Ipsos MORI (اپسوس موری) آپ کو یہ انفارمیشن شیٹ پوری طرح پڑھ کر سنا سکتی ہے)۔ اگر آپ حصہ لینے کا فیصلہ کرتے ہیں، تو آپ پھر بھی کسی بھی وقت وجہ بتائے بغیر اور اپنے کسی نقصان کے بغیر نکلنے کے لیے آزاد ہیں۔ یہ آپ کے ڈیٹا کے تحفظ کے حقوق کو متاثر نہیں کرتا۔ اگر آپ حصہ نہ لینے کا فیصلہ کرتے ہیں، تو آپ کو مزید کچھ کرنے کی ضرورت نہیں۔

آپ میرے متعلق کیا معلومات جمع کریں گے؟

اس تحقیقی پراجیکٹ میں حصہ لینے کے لیے، Ipsos MORI (اپسوس موری) ایسی معلومات مانگے گی، جس سے آپ کی شناخت ہو سکتی ہے، جسے "ذاتی طور پر قابل شناخت معلومات" کہا جاتا ہے۔ خاص طور پر، آپ سے آپ کی جنس، عمر، نسلی پس منظر، مذہب، ازدواجی حیثیت، جنسی رجحان، پیدائش کے ملک اور پوسٹل کوڈ کے بارے میں پوچھا جائے گا۔

اس سروے کے اختتام پر، Ipsos MORI (اپسوس موری)، آپ کی اجازت سے، آپ کو گفٹ واؤچر بھیجنے کے لیے رابطے کی تفصیلات مانگیں گے اور دوبارہ آپ کی اجازت سے، ہمارے (یونیورسٹی آف مانچسٹر) ساتھ رابطے کی تفصیلات شیئر کرنے کی درخواست کریں گے، تاکہ ہم بذریعہ ای میل، ڈاک یا ٹیکسٹ میسج آپ کو مزید مطالعہ جات میں حصہ لینے کی دعوت دے سکیں۔

آپ کس قانونی بنیاد کے تحت یہ معلومات جمع کر رہے ہیں؟

یونیورسٹی آف مانچسٹر اور Ipsos MORI (اپسوس موری) ڈیٹا پروٹیکشن کے قانون کے مطابق ذاتی طور پر قابل شناخت یہ معلومات جمع اور ذخیرہ کر رہا ہے۔ ان کے مطابق ہمارے پاس آپ کا ذاتی ڈیٹا جمع کرنے کے لیے ایک قانونی بنیاد (مخصوص وجہ) ہونی چاہیے۔ اس مطالعے کے لیے، Ipsos MORI (اپسوس موری) کی جانب سے ڈیٹا جمع کرنے کی مخصوص وجہ "تحقیق میں شرکت کے لیے رضامندی" اور "آپ کا ڈیٹا یونیورسٹی آف مانچسٹر کو فراہم کرنا" ہے۔ جب یونیورسٹی آف مانچسٹر ڈیٹا پر عمل درآمد کر رہی ہو گی، تو مخصوص وجہ "عوامی مفاد کا کام" اور "تحقیقی مقاصد کے لیے ایک ضروری عمل" ہے۔

آپ کی جانب سے میرے متعلق جمع کردہ معلومات کے حوالے سے میرے حقوق کیا ہیں؟

ڈیٹا پروٹیکشن کے قانون کے تحت آپ اپنی ذاتی معلومات کے حوالے سے کئی حقوق رکھتے ہیں۔ آپ کے پاس 31 جولائی 2021 سے پہلے کسی بھی ذاتی ڈیٹا کی درخواست کرنے، اپنی رضامندی واپس لینے یا Ipsos MORI (اپسوس موری) کے پاس موجود آپ کے ذاتی ڈیٹا پر عمل درآمد پر اعتراض کرنے کا حق موجود ہے (وہ آپ کے ڈیٹا کو صرف اس وقت تک رکھیں گے، جب تک ایسا کرنا اس مطالعے میں اس کے کردار کو پورا کرنے - آپ کو سروے کے لنکس اور گفٹ واؤچرز بھیجنے اور یونیورسٹی آف مانچسٹر کو ڈیٹا منتقل کرنے - کے لیے ضروری ہو)۔ آپ Ipsos MORI (اپسوس موری) کی جانب سے یونیورسٹی آف مانچسٹر کو فراہمی کے لیے ڈیٹا پر 17 مئی 2021 کو عمل درآمد سے پہلے کسی بھی وقت اپنے فراہم کردہ سروے کے جوابات پر عمل درآمد پر اعتراض کر سکتے ہیں۔ یونیورسٹی آف مانچسٹر کے پاس رکھی جانے والی رابطہ تفصیلات کے لیے، آپ 31 جولائی 2026 سے پہلے اپنی رضامندی واپس لے سکتے ہیں، جب انہیں تلف کر دیا جائے گا، ماسوائے یہ کہ انہیں جلدی تلف کر دیا جائے، اگر یونیورسٹی آف مانچسٹر فیصلہ کرے کہ انہیں برقرار رکھنے کے پورے عرصے تک رکھنا ضروری نہیں ہے، مثلاً ایسی صورت میں کہ تحقیق متوقع وقت سے پہلے ختم ہو جائے۔

اگر آپ اپنے مختلف حقوق یا قانون کی پابندی کو یقینی بنانے کے لیے آپ کی ذاتی معلومات کے ہماری جانب سے استعمال کے متعلق مزید جاننا چاہیں، تو براہ کرم یونیورسٹی آف مانچسٹر کے تحقیق کے لیے پرائیویسی نوٹس اور Ipsos MORI (اپسوس موری) پرائیویسی نوٹس سے رجوع کریں، جو سروے کے معلوماتی صفحے پر پایا جا سکتا ہے: evenssurveyinfo.ipsos-mori.com

کیا مطالعے میں میری شرکت رازدارانہ اور میری قابل شناخت ذاتی معلومات زیر تحفظ ہوں گی؟

جی ہاں۔ اس میں واحد استثناء والی چیز یہ ہے کہ اگر آپ یہ معلومات ظاہر کرتے ہیں کہ آپ اپنے آپ یا دوسروں کو نقصان پہنچانے کا ارادہ رکھتے ہیں؛ تو اس کے بارے میں آپ سے بات کی جائے گی اور مزید اقدامات - پولیس، ایمبولنس یا سوشل سروسز سے رابطہ - کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

ڈیٹا پروٹیکشن کے قانون کے مطابق، یونیورسٹی آف مانچسٹر اور Ipsos MORI (اپسوس موری) اس پراجیکٹ کے لیے ڈیٹا کنٹرولرز ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ ہم اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ذمہ دار ہیں کہ آپ کی معلومات کو محفوظ اور رازدارانہ رکھا جائے اور صرف اس طریقے سے استعمال کیا جائے، جیسا کہ آپ کو بتایا گیا ہے۔ تمام تحقیق کار اس بات کو ذہن میں رکھتے ہوئے تربیت یافتہ ہیں اور آپ کے ڈیٹا کا درج ذیل طریقوں سے خیال رکھا جائے گا۔

آپ کی رابطہ تفصیلات اور رضامندی کے ریکارڈ کو آپ کے انفرادی جوابات سے علیحدہ رکھا جائے گا اور ان تک صرف Ipsos MORI (اپسوس موری) کی مطالعاتی ٹیم اور یونیورسٹی آف مانچسٹر کے مخصوص تحقیق کار رسائی حاصل کر سکیں گے۔ اگر آپ اسی طرح کے موضوعات پر مستقبل کی تحقیق کے لیے یونیورسٹی آف مانچسٹر کی جانب سے رابطہ کیے جانے پر اتفاق کرتے ہیں، تو یونیورسٹی کے تحقیق کار آپ کو حصہ لینے کی دعوت دینے کے لیے فائلوں کو آپس میں جوڑنے کے قابل ہوں گے۔ آپ کسی بھی وقت مستقبل میں رابطے کے لیے ڈیٹا بیس سے نکالے جانے کی درخواست کر سکتے ہیں۔

آپ کی رابطہ تفصیلات کو اور انفرادی جوابات کو علیحدہ ذخیرہ کیا جائے گا، پہلے Ipsos MORI (اپسوس موری) کی جانب سے اپنے محفوظ انکرپٹڈ ڈیٹا سروسز پر (آپ کے ڈیٹا تک Ipsos MORI (اپسوس موری) میں صرف واضح کردہ تحقیق کاروں کو ہی آپ کے ڈیٹا تک رسائی حاصل ہو گی، جب تک وہ ان کے پاس ذخیرہ ہو)۔ ڈیٹا کو یونیورسٹی آف مانچسٹر میں تحقیق کاروں کو منتقل کرنے کے بعد پراجیکٹ کے ختم ہونے کے تین مہینوں کے اندر Ipsos MORI (اپسوس موری) آپ کی رابطہ تفصیلات کے اپنے ریکارڈ کو محفوظ طریقے سے تلف کر دے گی۔

ایک مرتبہ رابطہ تفصیلات اور انفرادی جوابات یونیورسٹی آف مانچسٹر میں تحقیق کاروں کو منتقل کر دیے جائیں، تو انہیں یونیورسٹی میں انتہائی محفوظ تحقیقی سرورز پر ذخیرہ کیا جائے گا اور پانچ سال تک کے عرصے کے لیے رکھا جائے گا۔ اس وقت کے بعد، آپ کی رابطہ تفصیلات کو تلف کر دیا جائے گا اور سروے کے ڈیٹا کو پوری طرح گمنام کر دیا جائے گا۔

اگر آپ اس سروے کو ٹیلیفون پر مکمل کرنے کا انتخاب کرتے ہیں، تو ٹیلیفون سروے انٹرویو کو معیار برقرار رکھنے کے مقاصد سے ریکارڈ کیا جا سکتا ہے۔ Ipsos MORI (اپسوس موری) کی جانب سے ذخیرہ کی جانے والی ٹیلیفون انٹرویو کی آڈیو ریکارڈنگز کو ڈیٹا جمع کرنے کے عرصے کے 3 مہینوں کے اختتام پر حذف کر دیا جائے گا۔

ایک پوری طرح گمنام کردہ ڈیٹا سیٹ بھی یو کے ڈیٹا سروس میں جمع کروایا جائے گا اور دوسرے تحقیق کاروں کی جانب سے استعمال کے لیے دستیاب ہو گا۔ کوئی بھی شخص اس ڈیٹا یا اس سروے سے شائع کردہ نتائج کے ذریعے آپ کی شناخت کرنے کے قابل نہیں ہو گا۔

براہ کرم توجہ دیں کہ یونیورسٹی آف مانچسٹر یا ریگولیٹری اتھارٹیز کے افراد کو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے اس مطالعہ کا ڈیٹا دیکھنا پڑ سکتا ہے کہ پراجیکٹ منصوبے کے مطابق جاری ہے۔ اس میں قابل شناخت ڈیٹا دیکھنا شامل ہو سکتا ہے۔ مطالعے کی جانچ پڑتال اور نگرانی میں شامل تمام افراد تحقیق کے شرکت کنندہ کے طور پر آپ کے سامنے سخت رازداری کے فرض کے لیے ذمہ دار ہوں گے۔

اگر میں شکایت کرنا چاہوں، تو کیا ہو گا؟

اگر آپ کی کوئی ایسی شکایت ہو، جو آپ تحقیقی ٹیم کے اراکین کو کرنا چاہتے ہوں، تو براہ کرم ڈاکٹر نساء فنی (Nissa.Finney@st-andrews.ac.uk) یا پروفیسر جیمز نظرو (james.nazroo@manchester.ac.uk) سے رابطہ کریں۔

اگر آپ تحقیقی ٹیم سے علیحدہ کسی خودمختار شخصیت کو رسمی شکایت کرنا چاہتے ہوں یا اگر آپ تحقیق کاروں سے پہلی مرتبہ موصول ہونے والے جواب سے مطمئن نہ ہوں، تو براہ کرم رابطہ کریں:

The Research Ethics Manager, Research Office, Christie Building, The University of Manchester, Oxford Road, Manchester, M13 9PL، بذریعہ ای میل: research.complaints@manchester.ac.uk یا بذریعہ ٹیلیفون 0161 275 2674 ۔

اگر آپ اپنے ڈیٹا کے تحفظ کے حقوق کے حوالے سے ہمارے ساتھ رابطہ کرنا چاہیں، تو براہ کرم dataprotection@manchester.ac.uk پر ای میل کریں یا یونیورسٹی میں The Information Governance Office, Christie Building, The University of Manchester, Oxford Road, M13 9PL پر رابطہ کریں اور ہم آپ کو اپنے حقوق کے استعمال کے عمل کے متعلق رہنمائی فراہم کریں گے۔

آپ اپنی ذاتی طور پر قابل شناخت معلومات کے حوالے سے انفارمیشن کمیشنرز آفس کو بھی شکایت کر سکتے ہیں ٹیلیفون 0303 123 1113

رابطہ تفصیلات

اگر آپ اس مطالعہ میں حصہ لینا چاہتے ہیں تو، آپ سروے کی رجسٹریشن تک یہاں سے رسائی حاصل کر سکتے ہیں:
https://surveys.ipsosinteractive.com/surveys/?p=jZt9VfdUz0lpKjKSVU19dx7XQulvdp%2bHMIFDym5IOKg3UL40L4YcPmzT3Zhgs2XRRcsH3f9aYbvF9XZJqv9RXf%2f2dlVd2Xvs3qZdmM5qxS4%3d&id=partxtest]

اگر مطالعے کے متعلق کوئی سوالات ہوں، تو آپ Ipsos MORI (اپسوس موری) کا مختص کردہ معلوماتی صفحہ ملاحظہ کر سکتے ہیں:
evenssurveyinfo.ipsos-mori.com

اگر آپ کو Ipsos MORI (اپسوس موری) کے معلوماتی صفحے پر اپنے سوالات کے جواب نہ مل سکیں یا ٹیلیفون کے ذریعے حصہ لینا چاہیں تو آپ ذیل میں موجود رابطہ تفصیلات کے ذریعے Ipsos MORI (اپسوس موری) سے رابطہ کر سکتے ہیں:

- کسی قسم کے اضافی سوالات، جن کے Ipsos MORI (اپسوس موری) کے معلوماتی صفحے پر جوابات موجود نہیں، براہ کرم **evenssurvey@ipsos-mori.com** پر ای میل کریں۔

- حصہ لینے یا بذریعہ ٹیلیفون ***انگریزی میں*** مزید معلومات کے لیے، براہ کرم درج ذیل فری فون نمبر پر کال کریں: ***0808 1296800*** (یہ ایک وائس میل سروس ہے، براہ کرم اپنی رابطہ تفصیلات چھوڑ دیں اور کوئی شخص آپ کے سوال کا جواب دینے میں مدد کرنے یا مرکزی سروے کے لیے آپ کی اہلیت کا تعین کرنے کے لیے رجسٹریشن سروے کرنے کے لیے آپ کو واپس کال کرے گا)۔

- حصہ لینے یا بذریعہ ٹیلیفون ***درج ذیل میں سے کسی ایک زبان میں*** مزید معلومات کے لیے، براہ کرم درج ذیل میں سے کسی ایک فری فون نمبر پر کال کریں (یہ ایک وائس میل رٹریول سروس ہے، براہ کرم اپنی رابطہ تفصیلات چھوڑ دیں اور کوئی شخص آپ کے سوال کا جواب دینے میں مدد دینے یا مرکزی سروے کے لیے آپ کی اہلیت کا تعین کرنے کے لیے رجسٹریشن سروے کرنے کے لیے آپ کو واپس کال کرے گا)

زبان	فری فون نمبر
عربی	0800 470 2983
بنگالی	0800 470 2965
چینی	0800 470 2986
گجراتی	0800 470 2989
پولش	0800 470 2987
پرتگالی	0800 470 2977
پنجابی: گرو مکھی	0800 470 2978
پنجابی: شاہ مکھی	0800 470 2979
رومانیائی	0800 470 2980
صومالی	0800 470 2981
ترکی	0800 470 2982

اردو	0800 470 2984
ویلش	0800 470 2985

اس کے علاوہ ایسی کئی تنظیمیں بھی یہاں موجود ہیں، جن سے آپ مدد کے لیے رابطہ کر سکتے ہیں:

ایج یو کے

ایج یو کے کی مشورے کی لائن بزرگ افراد، ان کے خاندانوں، دوستوں، نگہداشت کنندگان اور پیشہ ور افراد کے لیے ایک مفت، رازدارانہ قومی فون سروس ہے۔ یہ ٹیم آپ کو قابل بھروسہ اور تازہ ترین معلومات فراہم کرے گی اور آپ کو ضروری مشورے تک رسائی حاصل کرنے میں مدد دے گی۔

رقم، نگہداشت، صحت، رہائش یا مشورے کے دیگر موضوعات سے متعلقہ معاملات کے لیے مشورے کی سروس سے سال کے کسی بھی دن صبح 8 سے شام 7 بجے کے درمیان رابطہ کیا جا سکتا ہے۔

فون: 0800 055 6112

ویب سائیٹ: https://www.ageuk.org.uk/

سٹیزنز ایڈوائس

خودمختار خیراتی اداروں کا ایک نیٹ ورک، جو آن لائن، بذریعہ فون اور بالمشافہ طور پر مفت رازدارانہ مشورے کی پیشکش کر رہا ہے۔ وہ بینیفٹس، کام، قرض، رہائش، خاندان، امیگریشن اور صحت کے حوالے سے مشاورت فراہم کر سکتے ہیں۔

ایڈوائیسلائن (انگلینڈ): 03444 111 444

ایڈوائیسلائن (ویلز): 03444 77 20 20

ایڈوائیسلائن (اسکاٹ لینڈ): 0800 028 1456

تمام لائنیں صبح 9 تا شام 5، پیر تا جمعہ دستیاب ہیں۔

ویب سائیٹ: https://www.citizensadvice.org.uk/ (انگلینڈ و ویلز)

ویب سائیٹ: https://www.cas.org.uk/ (اسکاٹ لینڈ)

چیٹ آپ کو ایک تربیت یافتہ مشیر سے آن لائن بات کرنے کے قابل بناتی ہے۔ آپ:

- ان سے قرضے کے مسئلے کے بارے میں بات کر سکتے ہیں۔ https://www.citizensadvice.org.uk/about-us/contact-us/contact-us/chat-service-money-and-debt/ مدد عام طور پر پیر تا جمعہ، صبح 8 تا شام 7 کے درمیان دستیاب ہوتی ہے
- ان سے کسی بھی قسم کے مسئلے کے بارے میں بات کریں https://www.citizensadvice.org.uk/about-us/contact-us/contact-us/web-chat-service/ مدد عام طور پر پیر تا جمعہ، صبح 10 تا شام 4 کے درمیان دستیاب ہوتی ہے

کووڈِ-19 میوچل ایڈ

آپ کے علاقے میں ایسی کمیونٹیوں کی معاونت کے لیے مقامی گروہ موجود ہیں، جنہیں کووڈِ-19 کی وجہ سے مشکلات کا سامنا ہو۔

ملاحظہ کریں: https://covidmutualaid.org/ اور اپنے قریب ترین سپورٹ گروپ کو تلاش کرنے کے لیے اپنا علاقہ یا پوسٹ کوڈ درج کریں۔

کروز بیریومنٹ

کروز بیریومنٹ کیئر فری فون نیشنل ہیلپ لائن کا عملہ سوگ کے حوالے سے تربیت یافتہ رضاکار ہیں، جو موت کے دکھ کی وجہ سے متاثر کسی بھی شخص کو جذباتی معاونت کی پیشکش کرتے ہیں۔

فون: 0844 477 9400 (پیر تا جمعہ، صبح 9 تا شام 5)

ویب سائیٹ: https://www.cruse.org.uk

ایکوئیلٹی ایڈوائزری سپورٹ سروس (EASS)

EASS کے پاس امتیازی سلوک اور انسانی حقوق کے مسائل کے حوالے سے معلومات اور رہنمائی فراہم کرنے کے لیے ہیلپ لائن موجود ہے۔ یہ سروس مفت ہے اور BSL استعمال کرنے کے خواہشمند افراد کے لیے فون، ای میل، فیکس، ڈاک اور ویڈیو لنک کے ذریعے پوری طرح قابل رسائی ہے اور بری دماغی صحت اور سیکھنے کی معذوریوں کے حامل لوگوں کے لیے وکالت کی خدمات تک رسائی رکھتی ہے۔ چیٹ کی سہولیات بھی جلد شروع کر دی جائیں گی۔

اوقات کار: پیر تا جمعہ صبح 9 تا شام 7 اور ہفتہ صبح 10 تا دوپہر 2۔

ایڈوائیس لائن: 0808 800 0082

ٹیکسٹ فون: 0808 800 0084

ویب سائیٹ: http://www.equalityadvisoryservice.com/

مائنڈ

مائنڈ ذہنی صحت کے مسائل کے شکار تمام لوگوں کو طاقتور بنانے کے لیے مشورہ اور معاونت فراہم کرنے کے لیے مہم جوئی کرتے ہیں۔ وہ خدمات میں بہتری، آگاہی بڑھانے اور سمجھ کو فروغ دینے کے لیے مہم جوئی کرتے ہیں۔

آپ مائنڈ سے ان کی انفو لائن پر پیر تا جمعہ صبح 9 تا شام 6 کے درمیان رابطہ کر سکتے ہیں (ماسوائے بینک کی چھٹیاں): 0300 123 3393

ای میل: info@mind.org.uk

ویب سائیٹ: https://www.mind.org.uk/

ٹیکسٹ: 86463

نیشنل ڈیٹ لائن

یہ 25 سال سے زائد عرصے سے قرضے کے متعلق مشورہ دینے کا ثابت شدہ ٹریک ریکارڈ رکھتے ہیں۔ یہ قرض پر ماہر مشیر فراہم کرنے کا وعدہ کرتے ہیں، جو معاون ہوں اور اعلیٰ درجے کے تربیت یافتہ ہوں۔

قرض کے متعلق مفت مشورے کے لیے 0808 808 4000 پر کال کریں پیر تا جمعہ، صبح 9 – رات 8 بجے اور بروز ہفتہ صبح 9.30 – دن 1 بجے

ویب سائیٹ: https://www.nationaldebtline.org/

ریفیوج

گھریلو تشدد کے شکار کسی بھی شخص کے لیے 24 گھنٹے کی ہیلپ لائن:

فون: 0808 2000 247

ویب سائیٹ: https://www.refuge.org.uk/

ان کے پاس www.refuge.org.uk اور www.nationaldahelpine.org.uk پر کئی ڈیجیٹل وسائل بھی دستیاب ہیں۔

سمارشیئنز

پریشانی یا مصیبت کے احساسات سے گزرنے والے لوگوں کے لیے رازدارانہ معاونت:

فون: 123 116 (24 گھنٹے کی مفت ہیلپ لائن)

ای میل: jo@samaritans.org

ویب سائیٹ: www.samaritans.org.uk

سٹاپ ہیٹ یو کے

سٹاپ ہیٹ یو کے ایک خیراتی ادارہ ہے، جو نفرت کے جرائم سے متاثرہ لوگوں کو خودمختار اور رازدارانہ معاونت فراہم کرتا ہے۔ وہ برطانیہ کے مختلف علاقوں میں نفرت کے جرائم کی اطلاع رسانی کی خدمات فراہم کرتے ہیں، بشمول 24 گھنٹے کی ہیلپ لائن۔ براہ کرم کال کرنے سے پہلے ان کی علاقوں کی فہرست احتیاط سے دیکھیں۔

ویب سائیٹ: www.stophateuk.org

24 گھنٹے ہیلپ لائن: 0800 138 1625

فیکس: 0113 341 0396
ٹیکسٹ: 07717 989 025

ای میل: talk@stophateuk.org

وکٹم سپورٹ

اگر آپ جرائم سے متاثرہ ہیں، تو وہ آپ کو آگے بڑھنے کے لیے ضروری معاونت فراہم کر سکتے ہیں۔ یہ خدمات برطانیہ، ویلز یا سکاٹ لینڈ میں کسی بھی شخص کے لیے مفت، رازدارانہ اور اس بات سے قطع نظر، کہ آیا جرم کی اطلاع دی گئی ہے یا یہ کتنے عرصے پہلے ہوا تھا، ہر شخص کے لیے دستیاب ہیں۔

سپورٹ لائن کو مفت کال کریں

111 89 16 08 08 (برطانیہ اور ویلز، دن کے 24 گھنٹے)

0800 160 1985 (سکاٹ لینڈ، صبح 8 تا رات 8)

ویب سائیٹ پر موجود آن لائن فارم کے ذریعے سروس کو ای میل کریں:

https://www.victimsupport.org.uk/ (انگلینڈ اور ویلز)

https://victimsupport.scot/ (سکاٹ لینڈ)

وقت دینے کے لیے آپ کا شکریہ۔