10 Parkway
London NW1 7AA
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 020 7424 1000
ਫ਼ੈਕਸ 020 7424 1001
ਈ-ਮੇਲ info@diabetes.org.uk
ਵੈਬੱਸਾਈਟ www.diabetes.org.uk

ਜਾਣਕਾਰੀ

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਸੰਗਠਨ ਯੂ.ਕੇ. ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ, ਜੋ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੇ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ ।

ਅਸੀਂ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦੀ ਰੀਸਰਚ ਲਈ ਚੰਦਾ ਵੀ ਇਕੱਠਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਕਿ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਸਰਬੋਤਮ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਰਬੋਤਮ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਵਾ ਸਕੀਏ ।

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦਾ ਇਕ ਮੁਖ ਲਕਸ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਨੂੰ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਵਿਚ ਰਖ ਸਕੋ ।ਅਸੀਂ ਸਰਬੋਤਮ ਕਿਸਮ ਦੀ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਭਰਪੂਰ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰ ਸਕੋ ।ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਪੰਜ ਮੁਖ ਏਸ਼ੀਆਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਆਸਾਨ ਪਰਚਿਆਂ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕੋ ।ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਚ ਇਕ ਕ੍ਰਿਆਸ਼ੀਲ ਭੂਮਿਕਾ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਨੇ ਪੰਜ ਮੁਖ ਏਸ਼ੀਆਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪਰਚਿਆਂ ਵਿਚ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਮੁਫ਼ਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ।

- *ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ – ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ ?*
- *ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ – ਇਹ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੈ*
- *ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਏ* (ਟੇਪ)
- *ਏਸ਼ੀਆਈ ਕੌਮਿਉਨਿਟੀ ਵਿਚ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਉਹਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ* (ਏਸ਼ੀਆਈ ਵੀਡੀਓ)

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ *ਹਾਈਪੋਗਲਾਇਸੀਮੀਆ, ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ-ਢੰਗ, ਵਰਤ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ*, ਇਹ ਪਰਚੇ ਮੰਗਾਉਣ ਲਈ ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਕਰ ਕੇ ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਕੇਅਰਲਾਈਨ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ।

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਕੇਅਰਲਾਈਨ (Diabetes UK Careline)

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੀ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਇਕ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਤੇ ਸਿਖਿਅਤ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦੇ ਹਰ ਪੱਖ ਬਾਰੇ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ।ਜੋ ਲੋਕ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ Diabetes UK Careline ਅਨੁਵਾਦਕ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

Diabetes UK Careline, 10 Parkway, London NW1 7AA
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 0845 120 2960 (ਕਾਲ ਦਾ ਲੋਕਲ ਰੇਟ ਹੈ) (ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ)
ਏਟੈਕਸਟਫ਼ੋਨ: 020 7424 1031 (ਸੁਣਨ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ਼ਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ)
ਈ-ਮੇਲ: careline@diabetes.org.uk
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤਕ

ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਚੈਰਿਟੀ
British Diabetic Association ਦਾ ਵਿਵਹਾਰਕ ਨਾਂ ਹੈ Diabetes UK
ਇਹ ਕੰਪਨੀ ਗਾਰੰਟੀਸ਼ੁਦਾ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹੈ
ਰਜਿਸਟਰਡ ਆਫ਼ਿਸ : 10 Parkway, London NW1 7AA
ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨੰਬਰ 339181 ਰਜਿਸਟਰਡ ਚੈਰਿਟੀ ਨੰਬਰ 215199

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ

ਸਾਡੀ ਵਿਆਪਕ ਅਤੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਵਿਚ ਆਸਾਨ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ । ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਡਾਊਨਲੋਡ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ । ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.diabetes.org.uk 'ਤੇ ਆਓ ।

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੀ ਮੈਂਬਰੀ

ਮੈਂਬਰ ਬਣਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ *Balance* ਨਾਂ ਦੀ ਇਕ ਦੋ-ਮਾਸਕ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਮਿਲੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਖ਼ਬਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀ ਹੋ ਕੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਵੇਂ ਗੁਜ਼ਾਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਕਰ ਕੇ Diabetes UK Customer Services ਨੂੰ ਨੰਬਰ 020 7424 1010 'ਤੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਕਰੋ । ਇਹ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰ ਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤਕ ਖੁਲ੍ਹਾ ਹੈ ।

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਸਥਾਨਿਕ ਗਰੁੱਪ

ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਪੂਰੇ ਯੂ.ਕੇ. ਵਿਚ 400 ਤੋਂ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਲੰਟਰੀ ਗਰੁੱਪ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਮਿੱਤਰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ । ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਰੁੱਪ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਸਭ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਖੁਲ੍ਹੇ ਹਨ ।

ਕੁਝ ਗਰੁੱਪ ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ, ਏਸ਼ੀਆਈ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਜ਼ਰ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਹਨ ।

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਆਫ਼ਿਸ

ਡਾਇਅਬਿਟੀਜ਼ ਯੂ.ਕੇ. ਦਾ ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਹਰ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਇਕ-ਇਕ ਦਫ਼ਤਰ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਰਥ ਵੈਸਟ, ਨਾਰਦਰਨ ਐਂਡ ਯਾਰਕਸ਼ਾਇਰ ਅਤੇ ਵੈਸੱਟ ਮਿਡਲੈਂਡਸ ਵਿਚ ਖੇਤਰੀ ਦਫ਼ਤਰ ਹਨ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਚੰਦਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ, ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਦੇ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਉਣੇ, ਸਥਾਨਿਕ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕਰਨਾ, ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਵਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਰੋਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਧਾਉਣੀ ।

ਇਹ ਸਿਹਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਸਥਾਨਿਕ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਕਾਨਫ਼ਰੈਂਸਾਂ ਵੀ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਨ । ਸਕਾਟਲੈਂਡ, ਵੇਲਜ਼ ਅਤੇ ਨਾਰਦਰਨ ਆਇਰਲੈਂਡ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਭਿੰਨ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸਾਂ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸਪੁਰਦਗੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਵਾਉਣ ਦੇ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ।

ਸਨ 2004 ਦੇ ਅਖ਼ੀਰ ਤਕ ਯੂ.ਕੇ. ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਦਫ਼ਤਰ ਚਾਲੂ ਹੋ ਜਾਣਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਸਮੇਂ ਨਹੀਂ ਹਨ ।

Diabetes UK North West
First Floor, The Boultings, Winwick Street, Warrington, Cheshire WA2 7TT
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 01925 653281 **ਈ-ਮੇਲ** n.west@diabetes.org.uk

Diabetes UK West Midlands
1 Eldon Court, Eldon Street, Walsall WS1 2JP
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 01922 614500 **ਈ-ਮੇਲ** w.midlands@diabetes.org.uk

Diabetes UK Northern and Yorkshire
Sterling House, 22 St Cuthbert's Way, Darlington DL1 1GB
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 01325 488606 **ਈ-ਮੇਲ** north&yorks@diabetes.org.uk

Diabetes UK Northern Ireland
Bridgewood House, Newforge Business Park, Newforge Lane, Belfast BT9 5NW
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 028 9066 6646 **ਈ-ਮੇਲ** n.ireland@diabetes.org.uk

Diabetes UK Scotland
Savoy House, 140 Sauchiehall Street, Glasgow G2 3DH
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 0141 332 2700 **ਈ-ਮੇਲ** scotland@diabetes.org.uk

Diabetes UK Cymru
Quebec House, Castlebridge, Cowbridge Road East, Cardiff CF11 9AB
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ 029 2066 8276 **ਈ-ਮੇਲ** wales@diabetes.org.uk

ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਨਾਲ

Lilly

Western Union Money Transfer ਦੇ ਯੂ.ਕੇ. ਪ੍ਰਤਿਨਿਧ FEXCO MT, ਦੀ ਮਿਹਰਬਾਨੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਨਾਲ

WESTERN UNION MONEY TRANSFER

 © Diabetes UK 2004