ਤੁਹਾਡਾ ਹਵਾਲਾ: «Reference»

Insert Council Logo

ਮੇਰਾ ਹਵਾਲਾ: «Number»

ਮਿਤੀ: Day Month Year

ਸੰਪਰਕ: John Smith

ਸਿੱਧਾ ਡਾਇਲ: 01111 111111

ਈਮੇਲ: John.Smith@anytowncouncil.gov.uk

**Office of Adult Social Services Department**

Council Buildings

100 Town Road

ANYTOWN

A27 6BP

«Title» «Firstname» «LastName»

«Address1»

«Address2»

«Address3»

«Address4»

«Postcode»

ਪਿਆਰੇ/ਪਿਆਰੀ «Title» «LastName»

**ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਮਾਅਨੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ**

ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵੇਖਣ 2025-26 ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਰਵੇਖਣ NHS (ਐੱਨ.ਐੱਚ.ਐੱਸ.) ਇੰਗਲੈਂਡ ਤਰਫੋਂ [your local Social Services Department] ਵੱਲੋਂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੇ **12** ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਰਹੇ ਸੀ। ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਤੋਂ ਮੇਰਾ ਭਾਵ ਇੱਕ ਗ਼ੈਰਰਸਮੀ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਤੋਂ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਪਾਰਟਨਰ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਲੋੜਵੰਦ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਅਸਮਰੱਥਾ**,** ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ**,** ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ**,** ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ**,** ਅਤੇ ਜਿਸ ਦੀ ਉਮਰ **18** ਸਾਲ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਲਈ ਭੱਤਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੋ**,** ਮਿਸਾਲ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੈ**,** ਤਾਂ ਫੇਰ ਵੀ ਮੈਂ ਪਿਛਲੇ 12ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹਾਂਗਾ।

**ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਬਾਲਗ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ**

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਨੂੰ ਭਰ ਕੇ ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਵੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਸਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ। ਜਿੰਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕ ਭਾਗ ਲੈਣਗੇ**,** ਓਨੇ ਉਪਯੋਗੀ ਨਤੀਜੇ ਹੋਣਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਾਡੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਭਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ [**DATE]** ਤੱਕ ਅਗਾਊਂ-ਭੁਗਤਾਨ ਵਾਲੇ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿਓ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਫ਼ਾਫ਼ੇ ਉੱਤੇ ਟਿੱਕਣ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

**ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗੁਪਤ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇਗੀ**

ਸਫ਼ੇ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸਰਵੇਖਣ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਚੋਣ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਭਰਨ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਚਿੱਠੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ‘**ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ**’ ਵਾਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

ਬਾਲਗ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ-ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ।

ਤੁਹਾਡਾ ਹਿਤੂ

ADD DIRECTORS SIGNATURE

«Title» «Firstname» «LastName»

Director, Adult Social Services

**ਤੁਹਾਡੀ ਚੋਣ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ?**

ਅਸੀਂ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਤਰਤੀਬ [remove ‘ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਤਰਤੀਬ’ if whole sampling frame is being surveyed] ਤੋਂ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ [your local Social Services Department] ਨਾਲ ਜਾਂ [your local Social Services Department] ਤਰਫੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਸੰਗਠਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ [organisation names] ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਸੀ।

**ਮੇਰੇ ਉੱਤਰਾਂ ਦੀ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?**

ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤਰਾਂ ਨੂੰ [your local Social Services Department] ਤਰਫੋਂ [organisation name]ਵੱਲੋਂ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤਰ ਗੁਪਤ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। NHS ਇੰਗਲੈਂਡ (ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਸੰਗਠਨ) ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਵੇਰਵੇ (ਨਾਮ, ਪਤਾ, ਪੋਸਟਕੋਡ, ਜਨਮ ਮਿਤੀ, [councils must list all personal data fields they remove] ਕੱਢਕੇ, ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਬਣਾਵਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ’ਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ। ਜਵਾਬਾਂ ਨੂੰ ਵਿਲੱਖਣ ਸੰਦਰਭ ਕੋਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ [ਸਥਾਨਕ ਅਥਾਰਟੀ ਦਾ ਨਾਮ] ਦੁਆਰਾ ਰੱਖੇ ਗਏ ਕੁਝ ਜਨਸੰਖਿਆ ਵੇਰਵਿਆਂ ਨਾਲ ਲਿੰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੇਨਾਮ ਬਣਾਈਆਂ ਲੱਭਤਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜਵਾਬਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂਗੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਹ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਜਾਂ ਕੇਅਰ ਵਰਕਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਅੱਗੇ ਵਧਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ [ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਵੱਖਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੀਟ ਵਿੱਚ] ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਅਤੇ/ਜਾਂ [ਸੂਚਨਾ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਫ਼ਤਰ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: : https://ico.org.uk/for-organisations/uk-gdpr-guidance-and-resources/individual-rights/individual-rights/right-to-be-informed]।

**ਕੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?**

ਹਾਂ, ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਵੱਖਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਵਿੱਚ ਸੰਸਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਰਵੇਖਣ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੋਗੇ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ‘ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ’ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਵੇਰਵਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਰਵੇਖਣ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਸੁਤੰਤਰ ਸਹਾਇਕ ਲਈ ਇੰਤਜਾਮ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

**ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਭਰਨੀ ਪੈਣੀ ਹੈ?**

ਤੁਹਾਨੂੰ (ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੀ) ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਹੁੰਦਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਭਾਗ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਉਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਵਾ ਰਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪਏਗਾ।

**ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਰਿਮਾਂਇਡਰ ਮਿਲੇਗਾ?**

ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉੱਤਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਉਂਦੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਦੁਆਉਣ ਵਾਲੀ ਚਿੱਠੀ ਭੇਜਾਂਗੇ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਭਾਗ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਮਾਂਇਡਰ ਨਾ ਮਿਲੇ, ਤਾਂ ਫੇਰ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਖਾਲੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਵਲੀ ਸਾਨੂੰ ਭੇਜ ਦਿਓ ਜਾਂ [telephone number] ’ਤੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਅਗਲੇਰੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਹੇਠਾਂ ‘ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ’ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਹਨ।

**ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ**

**ਸੁਤੰਤਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈ**

[Councils must include details of a telephone help line/advocacy group through which assistance in completing the survey can be arranged]

**ਨਿਰਪੱਖ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਲਈ**

[Councils must include details of an independent complaints procedure including contact details and a brief summary of the process]

ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਬਾਰੇ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਲਈ

[telephone number] (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ10:00 ਤੋਂ12:00 ਵਜੇ ਦਰਮਿਆਨ**,** ਜਾਂ ਬਾਦ ਦੁਪਹਿਰ14:00 ਤੋਂ16:00 ਵਜੇ ਦਰਮਿਆਨ) [Councils can vary these hours or expand this e.g. to say leave a message and someone will get back to you]

[email]

[postal address]

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਲਈ

[telephone number] (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ10:00 ਤੋਂ12:00 ਵਜੇ ਦਰਮਿਆਨ**,** ਜਾਂ ਬਾਦ ਦੁਪਹਿਰ14:00 ਤੋਂ16:00 ਵਜੇ ਦਰਮਿਆਨ) [Councils can vary these hours or expand this e.g. to say leave a message and someone will get back to you]

[email]

[postal address]