



يارمهتی پيداويستی ژيانکردن له نورته مېه لاند ۲۰۲۴

healthwatch
Northumberland

يارمەتى پىداويستى ژيان كردن بۇ خەلكى نۆرئەمبەرلاند

تېچۈەكانى ژيان دەتوانن ئاستەنگىكى زۇر بىخەنە سەر بارى ماددى خەلك و بارى خۇشگوزەرانى و تەندروستىش
ئىمە چەند يارمەتپەكمان كردو بەرەك بۇ ئەوھى ئەو شوپنازەت پى بلىن كە يارمەتتە دەدەن بۇ پارەى كارەبا و گاز، رەچەتەى دەرمان و چاوپىكەتن و نرخەكانى، خواردن، بارى دەرۈونى
سكانى كۆدەكان بكة بە تەلەفۇنە زىرەكەكەت يان ئاىپادەكەت بۇئەوھى بچىتە ناو ئەو وىبسايتازەوہ
كە لىستمان كردون
ئەگەر زائىارەكانت بۇ نەدۆزارىوہە تكارپە پەيوەندىمان پىوہ بكة (لەپشتەوہىە)

يارمەتى گشتى

ئەم رىكخراوانە يارمەتى پىشكەش دەكەن و بەخزمەتگوزارىەكانت دەناسىنن تايىەت بە كىشەكانت

نۆرئەمبەرلاند كەمىونتىس توكىزە

ئەگەر لە ئىستا دا كىشەت ھەپە ئەوا نۆرئەمبەرلاند كەمىونتىس توكىزە يارمەتتە دەدات بۇئەوھى پەيوەندى بكةيت بە شوينى تەواوہە لەناوچەكەت. تەلەفۇن بكة بۇ: ۰۱۶۷۰۶۲۰۰۱۵ يان
NCT@northumberland.gov.uk ئىمەيل بكة بۇ

سۆشىال پرسكرابىين

رېنمايەكەرى كۆمەلايەتتە دەتوانىت ئەو خزمەتگوزارىەى كە دەتەوئت بۇت بدۆزىتەوہە وەكو رابوئىزكارى ، ھونەر، چالاكىە داھىنەرانەكان. مەشقردن و كاردۆزىنەوہە و ئامۆزگارى دارايى.
پرسىار لە جى پىەكە بكة بۇئەوھى وردەكارىەكانت بداتى

يارمەتى داراي ژيانكردنى دەسەلات

ئەم وىبسايتە يارمەتتە دەدات كە جۇن داواى يارمەتسودمەندىەكانى كەمئەندامى ، پارەى پسولەكانى مال ، پارەى چاودىرى منال و دەرمامەتە دارايىەكان و خانو بەرەو سەفەر كردن بكةيت



وۆم ھەبس

وۆم ھەبس لەلايەن كەمىونتى ئاكشن نۆرئەمبەرلاندەوہە دەروات بەرپوہ، كە ژىنگەيەكى ئارام و گەرم و ھاورپىانە دروست دەكات كە خواردزەوہى تىايە، چالاكىە كۆمەلايەتپەكانى تىايە،
ئامۆزگارى و كەسانى ترى لىن. بۇئەوھى وۆم ھەبس بدۆزىتەوہە ئەوا ئىمەيل بكة بۇ
christinenicholls@ca-north.org.uk



وۆم سەپسىس

وۆم سەپسىس ئەو شوپنازەن كە خەلكى دەتوانن بچن بۇى كە ژىنگەيەكى ئارام و سەلامەت و خۇشحالن بە خەلكى كە خواردزەوہى گەرمىش دادەنن دەتوانىت دانىشىت و قسە لەگەل

نَامُوژگاری کارهبا و گاز و یارمهتیدان

سترن نهدقاییزی نورثهمبرلاند - زه نرجی پرؤجیکت

نهم پرؤژه یارمهتی و ناموژگاری تایهت بهباردوخوی خوٹ به خورایی دهاتی، لهگهل خستنه بهردهمی چارهسهرکردنی زور کیشه لهوانه تیگهیشتن له پسولهکانی کارهبا و گاز دهستنیشانکردنی قهرزهکان و کیشهی پارهدانهوه نپشکنه که ئایا تو باشترین ئوفهرت دراوهتی کارهبا و گاز دهست پیوهبگره و مالهکوت گهرم رابگره بو ماوهیهکی دریرتر نپشکنه که تو بوٹ ههیه که داوای یارمهتی زیاتر بکهیت پهپوهندی بکه به : ۰۸۰۸۲۷۸۷۹۴۴ یان ئیمهیل بکه بو energy@citizenadvisenorthumberland.org.uk

خو تومارکردن بو خزمهتگوزاری پیشینه بیت به خوراییه که ناموژگاریت دهکن که یارمهتی زیاتر نامادهیهو بهردهسته بو کهسانی داماو و بی دهسالت. نهدگر تو لهو کهسانه بیت نهدوا دهتوانریت یارمهتی زیاترت بدریت، پهپوهندی به کومپانیای کارهبا و گازهکتهوه بکه بو زانیاری زیاتر

کاتیک که کارهبا ت برا نهدوا پهپوهندی بکه به ۰۱۰۵هوه بهخوراییه. نهدگر بوئی گازت کرد لهمالهکهدا نهدوا پهپوهندی بکه خزمهتگوزاری بهپهلهی گازی نهتهوهپیهوه بکه بهژماره تهلهفونی ۰۸۰۱۱۱۹۹۹

یارمهتی دانی مالان

تهماشای بکه بزانه چ جوره یارمهتیهک نامادهیه بو یارمهتی روژانه و پاره پاشهکوت بکه بهپهیرهوکردنی هندی رینمایی پاشهکوت کردنی کارهبا و گاز. سکانی کودهک بکه یان بجوره سهر helpforhouseholds.campaign.org.uk ویبسیاتی



نَامُوژگاری کارهبا و گاز له شووینه دوورهکانی نورثهمبرلاند

ئیرن ناوی پرؤژهیهکه که سهر به کهمیونتی ئاکشن نورثهمبرلاند، یارمهتی بهکاربهرانی کارهبا و گاز ههدات لهناوجه دوورهکان که بههوی دوریانهوه پشتگوی خراون که پهپوهندیان به خستهی کارهباو گازهوه نهدماوه. دهتوانن پیوانهکانی کارهبا و گازی ههرزان بهدهست بهینن، دهتوانن ناموژگاری سهربهخو بکرین دهربارهی تازهکردنهوهی تهکنولؤژی مالهکوهو چاودیریکردنی کارهبا و گازی مالهکوه بو پاشهکوت کردن لیبی

ئویل کان

خزمهتگوزاری کرینی سوتهمهنیه به بری زور که خهلی نورثهمبرلاند دهخاته بهر فرسهتی نهوهی که نهوت بکن، یان ئیل پی جی و خهلوز به نرخیکی گونجاو. بو زانیاری زیاتر لهسهر ئیرن یان ئویل کان energy@ca-north.org.uk: پهپوهندی بکه به: ۰۱۶۷۰۵۱۷۱۷۸ یانئیمهیل بکه بو

بانکی داری نورثهمبرلاند

بانکی دار ههلدهستیت به دهستهبرکردنی داری سوتاندن بو نهو کهسانهی کهکیشهی تهنگانهیان ههیه، یان نهخوشی دریرخایهنی ههیه، یان کم نهدنام و دابراوه، یان کیشهی ههیه که داری دهست ناکهویت بههوی گهورهیی تهمنهیهوه پهپوهندی بکه به: ۰۷۴۷۰۵۶۴۴۴۲ بوئوهی بزانیات توش دهتوانیت یارمهتیت بدهن

يارمهتی و نامۆزگاری پاره

سترن ئهدقايسى نورثهمبەرلاند

خزمهتگوزاری نامۆزگاری پاره پهيوهندی بکه به: ۰۸۰۸۲۷۸۷۹۴۴-DEBT هیللی نامۆزگاری قهرزدانهوه ۰۱۶۷۰۳۳۹۹۶۰ یان پهيوهندی بکه به "۸۱۴۰۰" بنوسه

دهرمالهی يارمهتی مالان

ئهگر تۆ پيوستیت به يارمهتی زیاتری تیچووهکانی مالهکه بوو پهيوهندی بکه به ژمارهتهلهفۆنهکانی نورثهمبەرلاند کهمیونتی توگیزهوه داوای دهرمالهی يارمهتی مالان بکه. تهلهفۆن بکه بو: ۰۱۶۷۰۶۲۰۱۵
NCT@northumberland.gov.uk : یان ئیمهیل بکه بو

تیرن تو ئهس

تیرن تو ئهس خیرخواریهکی نهتهوهیه که يارمهتی کرداری پیشکەش دهکات بو ئهوکەسانهی که لهرووی ئابورپهوه دهنالینن. میوانی ویب سایتهکهمان بن بو ژماردنی پارهی بهنهفیت یان سودمهندی دهولهت و بهخششهکان بوئهوهی بزانیته چ جوړه يارمهتیهک ههیه بوته

ئاپه بهسودهکان

Olio

خواردن و پارچهی ناومل بو خۆت بدۆزهروهوه و ئهوهی خۆت ناتهویت لهمالهکەت پیمان بیهخشه به خهلکی نزیکي خۆت

Too Good To Go

کیسهی خواردنی کتوپر له دوکان و کافیکانهوه به نرخیکی داشکاوه

جلوبههرگ و بانکی منالان

کۆرنهی روۆزی، هیکسام

rosiecornerkidsbank@gmail.com : پهيوهندی بکه به: ۰۷۵۹۳۵۹۹۱۵۷، یان ئیمهیل بکه بو community@ne66 Alnwick

admin@communityatne66.co.uk : تهلهفۆن بکه بو: ۰۱۶۶۵۶۰۲۸۵۶، یانئیمهیل بکه بو Stobhill Link Morpeth

enquiries@ncenterprise.org.uk : تهلهفۆن بکه بو: ۰۱۶۷۰۵۱۷۵، ئیمهیل

Hope Uniform and Baby Bank , Cramlington

hopeuniform@gmail.com : پهيوهندی بکه به: ۰۱۶۷۰۷۳۷۸۰۸، ئیمهیل بکه بو Hope Community Hub, Bedlington

پهيوهندی بکه به: ۰۱۶۷۰۸۲۸۶۶۸

NorthernView Club Spittal

northenv9@gmail.com : پهيوهندی بکه به: ۰۱۲۸۹۳۰۶۶۱۵، ئیمهیل بکه بو ؛

Uniform for all Northumberland Blyth

uniformfourall@gmail.com : پهيوهندی بکه به: ۰۷۵۷۰۰۹۵۲۶۲، ئیمهیل بکه بو

Bamans, Lynemouth ۰۱۶۷۰۸۹۰۰۶۰ پهيوهندی بکه به

Miners Lamps, Prudhoe ۰۱۶۶۱۷۲۵۷۲۹ پهيوهندی بکه به

Hirst Welfare, Ashington ۰۱۶۷۰۶۲۰۲۰۰ پهيوهندی بکه به



بانکه‌کافی خواردن

یارمه‌تی خواردن، و شتی سه‌ره‌کی ناو مال



بانکی ناوچه‌ی ئهلنوگ ئیمه‌یل بکه بو

alnwickdistrictfoodbank@gmail.com

بانکی خواردنی ئامبل ئیمه‌یل بکه بو : amblefb@gmail.com

بانکی خواردنی بیدلینگتن ئیمه‌یل بکه بو : bedlingtonfoodbank@gmail.com

بانکی خواردنی بیدلینگتن سالقه‌پشن

بانکی خواردنی بیدلینگتن سالقه‌پشن : bedlington@salvationarmy.org.uk

بیرویک که‌مونتیی تره‌ست (بانکی خواردنی باکوری نۆرئته‌مه‌رلاند)

ئیمه‌یل : info@berwicktrust.org.uk

بانکی خواردنی بلایت ئیمه‌یلی : blythfoodbank@email.com

که‌میونتیی فود ناد فریندشپ بلایت: ئیمه‌یل بکه بو cffblyth@gmail.com

بانکی خواردنی کراملینتن : ئیمه‌یل بکه بو info@cramlington.foodbank.org.uk

کراملینگتن سالقه‌پشن ئارمی ئیمه‌یل بکه بو :

Cramlington@salvationarmy.org.uk

فول سیرکل فود ئاشینگتن ئیمه‌یل بکه بو :

Info.fullcirclefood@gmail.com

نیو بیگن-بای-زه-سی- سالقه‌پشن ئارمی

ئیمه‌یل بکه : newbigginbythesea@salvationarmy.org.uk

ریل دیل پاهس ئات ئاشینگتن لایف سه‌نته

ئیمه‌یل بکه بو : kath.falcus@realdealplus.org.uk

بانکی خواردنی سیگه‌یل له سه‌نته‌ری کوومه‌لاپه‌تی سیگه‌ل هه‌موو روژانی چوارشه‌مان له ۱۱ بو

دوانزده‌ی نیوه‌رو

ئیمه‌یل بکه بو : enquiries@ncenterprise.org.uk

وانسبیک قالی فوود بانک ئیمه‌یل

wansbeckvalleyfoodbank@gmail.com

بانکی خواردنی روژئاوای نۆرئته‌مه‌ر لاند په‌یوه‌ندی بکه به: ۰۱۴۳۴۷۰۰۰۶۸ / نامه‌بنییره ۰۷۱۹-۰۷۹۵۸۰۰۰

ئیمه‌یل بکه بو : getintouch@westnorthumberlandfoodbank.org.uk

بانکی خواردنی ویدرنگتن سه‌ته‌پشن ئاند ستۆبود په‌یوه‌ندی بکه : ۰۷۳۹۱۵۴۸۶ ، بانکی خواردنی

ووله و گلینده‌یل (له‌گه‌لداپه‌شکردنی ژووری بچوک و گۆرینه‌وه‌ی جلوه‌رگ) ئیمه‌یل

Gill@wooler.org.uk

بەرنامەى تېچووهکانى ھاتوجۇ بۇ بارى تەندروستى

ئەگەرتۇ نېردرايت بۇ نەخۇشخانەيان ھەررەشىكى ترى يەكەکانى تەندروستى ئىن ئىچ ئىس بۇ چارەسەرکردن يان بۇ دەستىنشانکردنى نەخۇشى لەلایەن دکتۆرەو. دکتۆرى ددان بېت يان ھەر دکتۆرىكى پىپورى تر، ئەوا دەتوانىت داواى ئەو پارەيە بکەيتەوہە کہ بۇ گەشتەکەت کردوتە ئەگەر تۇ داھاتت کەم بوو ياخود بەنەفیتت ھەبوو. بۇ زانیارى زياتر تەلەفۇن بکە بۇ ۰۳۰۰۳۳۰۱۳۴۳

تېچووهکانى رەچەتەى پزىشكى و يارمەتيدان

ھەندىک کەس گونجاون بۇئەوہى بەخۇرايى رەچەتەى دکتۆر وەرېگرن بەھۆى تەمەن، يان بارى ئابوورىيان يان بەھۆى کەمئەنداميان يان بارودۇخى تەندروستيان ھەبېت. حکومەت لىکۆلینەوہەيەكى ئۆنلايەنى ھەيە کہ پىنج خولەکە کہ بەمە دەزانىت کہ ئايا دەتوانىت رەچەتەى خۇرايى وەرېگريت بۇ بارى تەندروستى و ددان و

پىشكىنى چاۋ

ئەو کەسانەى کہ بارى داراييان کەمە يارمەتى ددان و پىشكىنى چاۋ و تېچووهکانى گەشتى تەندروستى وەرەدگرن لەگەل يارمەتى بارۇکەو يارمەتى قوماش و تېچووهکانى. تەلەفۇن بکە بۇ بەشى يارمەتى ئىن ھىچ ئىس : ۰۳۰۰۳۳۰۱۳۴۳

يارمەتى خۇرايى ئاى تى

کتىبخانەى نۇرئەمبەرلاند

ھەموو کتىبخانەکانى ناوچەکە کۆمپيوتەرى خۇراييان ھەيە، واى فاى و شويىنى شەحن کردنى تەلەفۇنى تىايە، لەگەل خزمەتگوزارى يارمەتى دجتالى زۆر پىشەنگ بۇ يارمەتى دانى خلەک لەسەر ئۆنلاين. تەلەفۇن بکە بۇ : ۰۳۴۵۶۰۰۶۴۰۰

: يان ئىمەيل بکە بۇ

Mylibrary@northumberland.gov.uk

BRIC Blyth

تەرخانکردنى کۆمپيوتەر و واى فاى و خۇرايى ، مەشقکردنى ئاى تى و يارمەتى کارکردن لەسەر ئۆنلاين. education@bricblyth.org.uk : تەلەفۇن بکە بۇ: ۰۱۶۷۰۵۴۲۸۴۷ يان بەئىمەيلى

ئاى تى و کافى و چا خواردەنەوہ نۇرئەمبەرلاند

يارمەتى خۇرايى بۇ کەسانى بەتەمەن کہ بىانەوېت چىنە ئۆنلاينەوہ. باوہرەخۇبوون و دروست کردنى ھەستى زانين لە کۆمپيوتەر، يارمەتى- دانە بە- دانە بدرېت لەگەل چاوپىکەوتنە بى مەوعىدەکان بۇئەوہى کۆمپيوتەرى پى بناسىنرېت، ئىنترنېت، ئىمەئل، سکاىپ، و شوپىن کردن بە ئۆنلاين و سۇشپال میدياى پى بناسىنرېت. تەلەفۇن بکە بۇ ۰۱۶۷۰۸۵۸۶۸۸ بۇ وردەکارى زياتر



يارمهتی تهنډروستی دهروونی

تیمی قهیرانی ئین ئیچ ئیس بویارمهتی خیرای تهنډروستی دهروونیتهلوهفون بکه بو ۰۸۰۰۶۵۲۲۸۶۱، دهتوانیت نامه بنیریت بو ټهو کسهانهی که کیشهی بیستن و قسه کردنیان ههیه نامه بنیره بو: ۰۷۸۸۷۶۲۵۲۷۷.

چارهسه کردنی قسه کردنی ئین ئیچ ئیس ی نورته مبه رلانډ

چارهسهری دهروونی خورایی بو ټهو کسهانهی که سهروو ته مهنی ۱۶ سالن و جی بیان ههیه له نورته مبه رلانډ، لهوانه یارمهتی دهروونی دوو به دوو بو چارهسهری قسه کردن بو چاکبونهوه له خه مۆکی و قه لهقی و tmn.info@nhs.net: خه فتهت. بو ټه وهی که بچیت بولا یان ئیمه ییل بکه بو

تاینساید و نورته مبه رلانډ مایند

یارمهتی دهرونی و خزمهتگوزاریه دهرونیهکان لهناو ناوچهکه. په یوهندی بکه به هیلی یارمهتیهوه به: ۰۳۳۰۱۷۴۳۱۷۴ admin@tynesidemind.org.uk: کاتزمیرای بهیانی - بو ۱۰ ی بهیانی هه موو روژیک یان به ئیمه ییل

کولیزی چارهسهری نورته مبه رلانډ

کورس و ویرک شوپ بو گه ورهکان بو هاندانی خوشگوزهرانی و باری دهرونی باش. ته له فون بکه بو: nrc@everyturn.org: ۰۷۸۶۶۰۳۷۱۷ یان ئیمه ییل بکه بو

يارمهتی سایگنهس

يارمهتی خه لک ده دن بو باشتکردنی باری دهروونی و خوشگوزهرانی له ریگهی راویژکاری، چارهسهر کردن، خویندن و مه شقکردن. ته له فون بکه بو: ۰۱۶۷۰۸۵۳۹۷۷ یان ئیمه ییل بکه بو admin@cygnussupport.com:

نانکشهس مایندس خیرخواری باکوری روژههلات چهن دین زانیاری باری دهروونی، ناموژگاری و یارمهتی دهرونی له گه ل دانیشتنی رووبهروو و ئونلاین به نرخ ۲۵ پاوهن. ته له فون بکه بو: ۰۱۶۷۰۹۴۶۱۸۸

مانه یلث یارمهتی بیوان ده دن بو ټه وهی به سهر ته نگه ژیکانی دهروونی و جهسته یی دا زال بین که پیوهی ده نالین. بو ته رخانکردنی گروپی ناموژگاری و یارمهتی له برابره ییل هاوس، بلا یث روژانی دووشه مه ۶ ی info@manhealth.org.uk: ئیواره بو ۸ ی ئیواره. ته له فون بکه بو: ۰۱۳۸۸۳۲۰۰۲۳ یان ئیمه ییل بکه

چویسس فور گروت ټهم ریکخراوه له بیرویک بنکه ی ههیه که یارمهتی و ناموژگاری باشت پینشکesh دهکات بو بیرکردنه وهی پوزیتیفانه بو داها توو بو کومه لگا. ته له فون بکه بو ۰۱۲۸۹۳۸۵۵۷۷ یان ئیمه ییل بکه بو help@choices4growth.co.uk



کووت یارمهتیهکی ئونلاینی دهروونی منلان و میردمنالانه ۰۱-۲۵ سال



يارمهتی دهروونی ئونلاین بو گه ورهکان (۱۸ سال و به ره وسره وه) Qwell

سه ماریتانس ته له فون بکه بو ۰۱۱۶۱۲۳، ۲۴ سهعات، ۳۶۵ روژ له سالی کدا

شاوت یارمهتی نامه یی خورایی و نه یی ۲۴/۷ روژه. بو هه رکه سیک که کیشهی ههیه و ناتوانیت به رگه بگریت. نامه بنیره بو ۰۸۵۲۵۸

چاودىرى تەندروستى نۇرئەمبەرلاند پېشەنگە لە يارمەتى تەندروستى و كۆمەلايەتى دا

ئىمە بەشىكىن لە تۆرى كاركردن لەگەل زياتر لە ۱۰ چاودىرى تەندروستى لەناو ولا تەكەدا
ئىمە لېرەين بۇئەوہ گوى لە كېشەكان بگرين كە خەلكى نۇرئەمبەرلاند ھەيەتى ، بۇئەوہى گوى لە
ئەزمونەكانيان بگرين لەگەل خزمەتگوزارى تەندروستى نەزىكەكان و خزمەتگوزارى كۆمەلايەتەكان.
وھكو لاينەيكى ياساى بى لاين، ئىمە دەسەلاتمان ھەيە كە دلنيا بىنەوہ كە سەرۇكەكانى ئىن ئىچ
ئىس و لاين بىرلادەرەكانى تر گوى لە فېدباكى خەلكى بگرن بۇ بەرەوېش بىردنى ستانداردى
خزمەتەكانيان

ئىمە دەتوانين بارمەتت بەدين بۇ دۆزىنەوہى زانىارى بەنرخ و پشتراستكەرەوہ ، بەبەخشىنى
زانىارى خزمەتگوزارىەكان و پى ناساندنى خزمەتگوزارىەكان

ئيا تۆ ئەم نامىلكەيەت بەسود بىنەوہ؟

تكارە ئاگادارمان بكرەوہ رات چىە لەسەر ئەم زانىارىانە لەم نامىلكەيە، دەتەوېت چى ترى تىابىنەتەوہ
گەر سالىكى تر چاپمان كردهوہ
دەتوانيت راي خۆتمان پى بلىي بەو شىوہيەي كە خۆت ھەزەكەيت. ژمارە پەيوەندىەكانمان
لەخوارەوہ بە يان سكاني كۆدەكە بكە بۇئەوہى فېدباكى دابىيى لە ئۇنلاين



FREEPOST Healthwatch Northumberland, Adapt (NE),
Burn Lane, Hexham, Northumberland NE46 3HN

03332 408468

info@healthwatchnorthumberland.co.uk

healthwatchnorthumberland.co.uk



healthwatch
Northumberland