

Phoenix Futures

Ending dependency, transforming lives



ইউ.কে.-র ড্রাগ এবং এলকোহল সমস্যায় চিকিৎসা সেবা প্রদানকারী নেটওয়ার্কগুলোর মধ্যে ফনিফ্র ফিউচার্স (Phoenix Futures) একটি অগ্রগামী নেটওয়ার্ক। এটি একটি চ্যারিটি (দাতব্য সংস্থা), যেটি বিভিন্ন কমিউনিটিতে, জেলখানায় এবং আবাসিক পুনর্বাসন কেন্দ্রগুলোতে নানা ধরনের অতি কার্যকরী সার্ভিস প্রদান করে। প্রত্যেক বছর আমাদের সার্ভিসগুলো হাজার হাজার লোককে তাদের জীবন পরিবর্তনে সাহায্য করে থাকে।

আমরা পরিচালনা করি

- আবাসিক পুনর্বাসন কেন্দ্র (রেসিডেন্সিয়াল রিহাব)
- পারিবারিক আবাসিক পুনর্বাসন কেন্দ্র
- শুধুমাত্র মহিলাদের জন্য পুনর্বাসন কেন্দ্র
- (ডে সার্ভিস) দিনের বেলায় বিভিন্ন ক্রিয়াকর্মের সুবন্দোবস্ত
- প্রিজন সার্ভিস (জেলের কয়েদিদের জন্য সার্ভিস)
- কমিউনিটি সার্ভিস
- ক্ষতির পরিমাণ কমানো
- এলকোহল সার্ভিস
- কনজার্ভেশন থেরাপি (আসক্তি থেকে দূরে থাকার চিকিৎসা)
- দক্ষতা শিখানো এবং শিক্ষাদান কর্মসূচী

আপনি অথবা আপনার প্রিয় কারোর এলকোহল বা ড্রাগ সমস্যা থাকতে পারে বলে কি আপনি চিন্তিত রয়েছেন?

এলকোহল সমস্যার কিছু লক্ষণ হলো:

- নিয়মিত ভাবে মাতাল হওয়া
- একবার পান শুরু করে দিলে তা আর বন্ধ করতে না পারা
- একই প্রভাবের জন্য বার বার অধিক পরিমাণে পান করা
- এলকোহল পানের জন্য শখের কাজের প্রতি আগ্রহ কমে যাওয়া
- একা একা পান করা
- এলকোহল পান করার উচ্ছ্বাস বা সুযোগ খোঁজা
- এলকোহল পান করার কারণে কাজকর্মে বা চলাফেরায় অন্যদেরকে হতাশ করা
- দিনের বেলায় এলকোহলের গন্ধ পাওয়া
- এলকোহল পানের জন্য নিজেকে দোষী মনে করা
- সকাল বেলায় শরীর কাঁপে

ড্রাগ সমস্যার কিছু লক্ষণ হলো:

- ক্ষুধা মন্দা
- অস্বাভাবিক ঘুম ঘুম ভাব অথবা রাতে ঘুমাতে না পারা
- কিছুক্ষণ করে মাত্রাতিরিক্ত কথা বলা বা বাচালের মতো বকবক করা
- অস্বাভাবিক কর্কশ, আক্রমণাত্মক মেজাজ এবং এমন কি আক্রমণ করা
- স্পষ্ট কারণ ছাড়াই যখন তখন মেজাজ বদলে যাওয়া, যেমন হাসিখুশি ও সুন্দর মেজাজ বেজার হয়ে যাওয়া
- মিথ্যা কথা বলা বা লুকিয়ে কাজ করা
- বস্তুত্বের ধরণ বদলানো
- শখের কাজে এবং খেলাধুলায় আগ্রহ হারিয়ে ফেলা
- ঘর থেকে টাকা পয়সা বা মূল্যবান জিনিস উধাও হয়ে যাওয়া
- অশৃঙ্খল আচরণ এবং অসততার জন্য পুলিশের সাথে সমস্যায় পড়া
- শরীরে, বাহুতে বা মুখে ও নাকের আশেপাশে অস্বাভাবিক দাগ, ক্ষত এবং চিহ্ন
- জামাকাপড়ে এবং শরীরে পদার্থের দাগ এবং রাসায়নিক পদার্থের গন্ধ
- অস্পষ্ট ও অনিয়ন্ত্রিত কথাবার্তা, স্মৃতিশক্তির ক্ষয় এবং বিভ্রান্তি।

আমাদের আবাসিক পুনর্বাসন কেন্দ্রে (রেসিডেন্সিয়াল রিহাবস-এ) একটি বিছানা সংরক্ষণ (বুক) করার জন্য আজই **0845 600 7227** নাম্বারে ফোন করুন অথবা আমাদের ইনস্টেইক টিমের (ভর্তির দায়িত্বে নিয়োজিত কর্মচারীদের) কারোর সাথে একজন বাঙালী ইন্টারপ্রিটারের সাহায্যে টেলিফোনে আলোচনা করার ব্যবস্থা করার জন্য intake@phoenix-futures.org.uk ঠিকানায় ইমেইল পাঠান।

ফনিফ্র ফিউচার্স সেন্ট্রেল অফিসের সাথে যোগাযোগের বিবরণ:

Phoenix Futures
3rd Floor, ASRA House
1 Long Lane
London
SE1 4PG

টেলিফোন: 020 7234 9740

ফ্যাক্স: 020 7234 9770

ইমেইল: info@phoenix-futures.org.uk