

ફિનિક્સ ફ્યુચર્સ, નશીલા પદાર્થ અને આલ્કોહોલ (મદ્યપાન) સારવાર સેવાઓનું યુ.કે.નું અગ્રગણ્ય નેટવર્ક છે. સખાવતી, સમુદાયોમાં, જેલોમાં અને રહેણાંક પુનઃવસવાટમાં ઉચી કક્ષાની અસરકારક સેવાઓની શ્રેણી પુરી પાડે છે જે દર વર્ષે હજારો લોકોને તેમનું જીવન તબદીલ કરવામાં મદદ કરે છે.

અમે નીચેનું ચલાવીએ છીએ:

- રહેણાંક પુનઃવસવાટ
- પારિવારિક રહેણાંક પુનઃવસવાટ
- ફક્ત સ્ત્રીઓનું પુનઃવસવાટ
- વ્યવસ્થિત દિવસની સેવાઓ
- જેલની સેવાઓ
- સામૂહિક સેવાઓ
- નુકશાન ઘટાડવું
- આલ્કોહોલ સેવાઓ
- કન્સર્વેશન થેરાપી
- કૌશલ્ય અને શિક્ષણ સેવાઓ

શું તમે ચિંતા છે કે તમે અથવા તમારા વ્હાલા કોઈને આલ્કોહોલ અથવા નશીલા પદાર્થોથી મુશ્કેલી છે?

પીવાની મુશ્કેલીના આ થોડા લક્ષણો છે:

- દરરોજ પીવાની આદત
- પીવાનું ચાલુ કર્યા પછી બંધ કરવામાં અસમર્થતા
- એજ અસર માટે વધુ પીવાની જરૂરિયાત
- પીવાને લીધે શોખમાંથી રસ ઓછો થવો
- એકલા પીવું
- પીવા માટે બહાના શોધવા
- પીવાને લીધે લોકોને નીચા દેખાડવા
- દિવસ દરમિયાન આલ્કોહોલની ગંધ આવવી
- પીવાને લીધે પોતાનો ગુનાહિત માનવું
- સવારમાં ધુજવું

નશીલા પદાર્થોની મુશ્કેલીના આ થોડા લક્ષણો છે:

- ભૂખ ઓછી લાગવી
- અસામાન્ય ઉંઘ અથવા રાત્ર ઉંઘ ના આવવી
- વાતોડિયા વર્તણૂકના ઘણા બધા પ્રસંગો
- અસામાન્ય ગુસ્સો, ઉત્તેજના અને હિંસક પણ થવું
- બદલાતા મૂડ, ખુશ અને આનંદિત થી મૂડી અને મુંઝવેલા કોઈ પર્યાપ્ત કારણ વગર
- ખોટું બોલવું અને ખાનગી રીતે વર્તવું
- દોસ્તીની પેટર્નો બદલવી
- શોખ અને રમતગમતમાં રસ ઓછો થવો
- ઘરમાંથી પૈસા અને કિંમતી વસ્તુઓ ગૂમ થવી
- અમાન્ય વર્તણૂક અને અપ્રમાણિકતાના લીધે પોલિસ જોડે મુશ્કેલીમાં મુકાવું
- શરીર, હાથ અથવા મોં અને નાકની આજુ બાજુ અસામાન્ય ચિહ્નો, ઘા અને નિશાનીઓ
- કપડા અને શરીર પર ડાઘા અને કેમિકલની ગંધ
- બોલતા થોથવાવું, યાદશક્તિમા ઘટાડો અને મુંઝવણ

અમારા રહેણાંક પુનઃવસવાટમાં બેડ નોંધાવા, અમારા ઇન્ટેક ટીમના સભ્ય અને તમારી ભાષા બોલતા અનુવાદક સાથે ટેલિફોન કોલ ગોઠવવા આજેજ **0845 600 7227** પર કોલ કરો અથવા [intake@phoenix-futures.org.uk](mailto:intake@phoenix-futures.org.uk) પર ઇ-મેઇલ કરો.

ફિનિક્સ ફ્યુચર્સ કેન્દ્રિય કચેરી સંપર્ક વિગતો:

Phoenix Futures  
3<sup>rd</sup> Floor, ASRA House  
1 Long Lane  
London  
SE1 4PG

ટેલિ: 020 7234 9740  
ફેક્સ: 020 7234 9770  
ઇ-મેઇલ: [info@phoenix-futures.org.uk](mailto:info@phoenix-futures.org.uk)