

ਸਾਡੇ ਸਾਊਥ ਏਸ਼ੀਅਨ ਨਿਊਰੋਮਸਕੂਲਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਾਊਥ ਏਸ਼ੀਅਨ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹੋ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਖਰਾਬ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਜੀ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਥੇ ਹਾਂ। ਸਾਡਾ ਸਾਊਥ ਏਸ਼ੀਅਨ ਨਿਊਰੋਮਸਕੂਲਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਗਰੁੱਪ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੀਵਨ ਬਿਤਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨਵੀਨਤਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰੋਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ।

**“ਅਪੰਗਤਾ ਹੋਣਾ ਇਕੱਲਾਪਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਮੈਂ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ
ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਨਿਊਰੋਮਸਕੂਲਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਗਰੁੱਪ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।”**

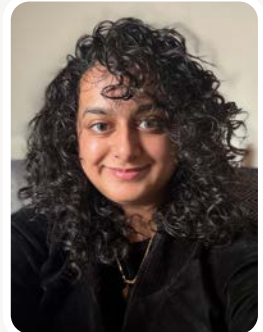
ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਫ਼ਰ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਇਕੱਲਾ ਅਤੇ ਅਲਗ-ਥਲਗ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਗਰੁੱਪ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਨਿਰਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਮੁਸ਼ਕਲ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਆਜ਼ਾਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਅਤੇ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮਸਕੂਲਰ ਡਿਸਟ੍ਰੋਫੀ ਯੂਕੇ ਨਾਲ ਸਵੈ-ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ। ਇਸ ਚੈਰਿਟੀ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਨਿੱਘਾ ਅਤੇ ਮੁੱਲਵਾਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਆਓ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਜੁੜੋ!

ਪ੍ਰਿਯਾਨੀਤ

ਮਸਕੂਲਰ ਡਿਸਟ੍ਰੋਫੀ ਯੂਕੇ ਸਵੈ-ਸੇਵਕ



Join our South Asian Neuromuscular Community Group

Are you a member of the South Asian Community? Do you or someone you care for live with a muscle wasting or weakening condition?

We're here for you. Our South Asian Neuromuscular Community Group is an opportunity for you to connect with other people living with a condition, their families and carers.

A chance to share your experiences and learn from others, while receiving up-to-date information and resources to help you live well.

“Having a disability can be isolating – I’m grateful I’ve found the South Asian Neuromuscular Community group.”

Groups like this are needed to make people feel less alone and isolated in their journey. This is a group that you can come to where nobody will judge you, and you can become part of a community who understands what you're going through and can help you navigate challenges you're facing. You can become each other's support systems and feel free in a space where you are seen and heard.

I've been volunteering with Muscular Dystrophy UK for a long time now. There's just something about this charity that makes me feel warm and valued.

Come join us!

Priyaneet

Muscular Dystrophy UK volunteer

