જનરેશન ન્યુ એરાનો ભાગ બનો

અભ્યાસ માટે તમારી માર્ગદર્શિકા

સામગ્રી

અભ્યાસ વિશે 2

તેનાથી કેવી રીતે ફરક પડશે? 2

શું સામેલ છે? 3

પરિવારના કયા સભ્યોને ભાગ લેવા આમંત્રણ આપવામાં આવ્યું છે? 3

અભ્યાસ માટે તમારા પરિવારની પસંદગી કેવી રીતે કરવામાં આવી? 4

શા માટે અમે વિશેષ રૂપે તમારી પાસેથી સાંભળવા માંગીએ છીએ? 4

અમે તમને શેના વિશે પૂછીશું? 4

ઇન્ટરવ્યુ કોણ લે છે? 5

માહિતી ઉમેરવી 5

તમારી માહિતીની સંભાળ રાખવી 6

આ અભ્યાસ કોણ ચલાવે છે? 6

અમે તમારી માહિતીનો ઉપયોગ અને સુરક્ષા કેવી રીતે કરીએ છીએ? 6

જો તમે ભાગ ન લેવાનું અથવા અભ્યાસમાંથી પાછા ખસી જવાનું પસંદ કરો તો શું? 7

આ અભ્યાસને કોણે મંજૂરી આપી છે? 7

મદદ અને સલાહ 8

અભ્યાસ વિશે

જનરેશન ન્યુ એરા (Generation New Era) એ 25 વર્ષમાં શિશુઓનો આ પ્રકારનો પ્રથમ યુકે-વ્યાપી અભ્યાસ છે.

આખા યુકેના પરિવારોએ આ સમયગાળા દરમિયાન ખૂબ પરિવર્તનનો અનુભવ કર્યો છે. અત્યારે જન્મેલા શિશુઓ માટે જિંદગી કેવી છે? આજે બાળકોને કઈ તકો અને પડકારો મળે છે?

જનરેશન ન્યુ એરાનો ભાગ બનીને તમે સમાજમાં મહત્ત્વનો ફાળો આપશો, અને એવા મુદ્દાઓ પર પ્રકાશ પાડવામાં મદદરૂપ થશો, જે અત્યારે પરિવારો માટે મહત્ત્વના છે.

ભાગ લેનાર દરેક વ્યક્તિને તેમના સમય બદલ આભાર રૂપે એક હાઇ સ્ટ્રીટ શૉપિંગ વાઉચર પ્રાપ્ત થશે.

તેનાથી કેવી રીતે ફરક પડશે?

જનરેશન ન્યુ એરા પરિવારો માટે અસલી પરિવર્તન લાવવામાં મદદરૂપ થશે. એના જેવા અન્ય અભ્યાસોના તારણોએ:

- માતા-પિતા માટે વધુ સારા અધિકારોનું સમર્થન કર્યું છે (વધુ લાંબી મેટર્નિટી અને એડોપ્શન લીવ, પિતાઓ માટે સવેતન રજા અને ફ્લેક્સિબલ કામના અધિકારો).
- 75 વંચિત વિસ્તારોમાં શિશુઓને ભોજન પૂરું પાડનારી સેવાઓ માટે £50m નું ફંડિંગ મેળવવામાં સહાય કરી છે.
- સાબિત કર્યું છે કે શિશુઓ માટે તેમની પીઠ પર સૂવું વધુ સુરક્ષિત છે, જેનાથી સુરક્ષિત નિદ્રા માર્ગદર્શન સૂચિત થયું છે.

વર્ષ 1946, 1958, 1970 અને 2000 માં જન્મેલા લોકો માટેના ચાર અન્ય રાષ્ટ્રીય અભ્યાસો હજુ આજે પણ ચાલી રહ્યાં છે. આ અભ્યાસોએ જે ફરક આણ્યો છે અને લોકો ભાગ લેવા વિશે શું કહે છે તેના વિશે વધુ જાણો: gnestudy.info

"આ અભ્યાસ જીવનમાં એક વારની તક પૂરી પાડે છે જેનાથી જાણી શકાય કે આજે પરિવારો માટે જિંદગી કેવી છે, જેથી અમે જાણી શકીએ કે દરેક બાળકને જીવનમાં શ્રેષ્ઠ શરૂઆત કેવી રીતે આપવી."

જોઇસ, લીડ નર્સ

શું સામેલ છે?

1 **એક તાલીમ પામેલ મિત્રવત્ ઇન્ટરવ્યુઅર તમારા ઘરની મુલાકાતે આવશે** – તેઓ પૂછશે કે શું તમે ભાગ લેવા ઇચ્છો છો અને તમારા પ્રશ્નોના જવાબ આપશે. તેઓ હંમેશા ફોટો ID સાથે રાખશે. જો અનુકૂળતા ન હોય, તો તેઓ વધુ સારા સમયે પાછા આવશે. તમને અમને જણાવી શકો છો કે તમારી મુલાકાતે આવવાનો સારો સમય કયો છે: ipsos.uk/contactgne.

2 **ઇન્ટરવ્યુ માટે એપોઇન્ટમેન્ટ નક્કી કરવામાં આવશે** – જો તમે ભાગ લેવા માંગતા હો, તો ઇન્ટરવ્યુઅર તમને અનુકૂળ હોય તેવા દિવસ અને સમયની ગોઠવણ કરશે.

3 માતા-પિતામાંથી એક 60 મિનિટનો ઇન્ટરવ્યુ કરશે – આ એ માતા-પિતા સાથેનો રૂબરૂ ઇન્ટરવ્યુ છે જેઓ શિશુ સાથે સૌથી વધુ સમય વિતાવે છે.

⟶ એક ઇન્ટરવ્યુ વધુ લાંબો છે કારણ કે અમારે કેટલાંક પ્રશ્નો દરેક પરિવારમાં એક જ વાર પૂછવાની જરૂર છે.

4 **બીજા માતા-પિતા (જો તેઓ એ જ સરનામે રહેતા હોય તો) એક 30 મિનિટનો ઇન્ટરવ્યુ કરશે**

જો તેઓ એ જ સરનામે રહેતા હોય, તો આ રૂબરૂ હોઇ શકે, ઑનલાઇન હોઇ શકે અથવા ક્યારેક ફોન વડે હોઇ શકે, જે પણ સૌથી અનુકૂળ હોય.

5 **માતા-પિતામાંથી એકને BabySteps (બેબીસ્ટેપ્સ) એપ ડાઉનલોડ કરવા માટે આમંત્રણ આપવામાં આવશે** – તમે તમારા શિશુના જીવનના મહત્ત્વના પડાવો ટ્રેક કરી શકો છો અને સંશોધન સંબંધી પ્રવૃત્તિઓ મારફતે વધારાના વાઉચર કમાઇ શકો છો.

Bubble: ભાગ લેવો હંમેશા તમારી પસંદગી છે, અને તમે અભ્યાસમાંથી કોઇપણ સમયે નામ પાછું ખેંચી શકો છો.

તમારું બાળક મોટું થાય તેમ તે કેમ છે તે જાણવા માટે અમે ફરીથી તમને ભાગ લેવા માટે આમંત્રણ આપીશું – સંભવતઃ તેઓ 3 વર્ષના થશે ત્યારે. જ્યારે તમારું બાળક મોટું થાય, ત્યારે તેઓ પોતે નક્કી કરી શકે છે, કે તેઓ ભાગ લેવાનું ચાલુ રાખવા માંગે છે કે કેમ.

પરિવારના કયા સભ્યોને ભાગ લેવા આમંત્રણ આપવામાં આવ્યું છે?

એ મહત્ત્વનું છે કે અમે પિતાઓતેમ જ માતાઓની વાત સાંભળીએ, જેમાં એવા માતા-પિતા સામેલ છે જે તેમના બાળક સાથે ન રહેતા હોય તેવું બને, ભલે તેઓની તેમના શિશુ સાથે ગમે તેટલી સામેલગિરી હોય.
આ અમને દરેક બાળકની જિંદગીનું પૂર્ણ ચિત્ર બનાવવામાં મદદરૂપ થાય છે.
જો તમે તમારા બાળકના બીજા માતા-પિતા સાથે ન રહેતા હો, તો અમે તમને તમારા ઇન્ટરવ્યુ દરમિયાન તેમનો સંપર્ક કરવા વિશે પૂછીશું અને તેમને કેટલાક મહિના પછી ભાગ લેવા માટે આમંત્રણ આપીશું. જો તમે એવું પસંદ કરતા હો કે અમે તેમનો સંપર્ક ન કરીએ, અથવા તમને કોઇ ચિંતા હોય, તો તમે ઇન્ટરવ્યુઅરને જણાવી શકો છો.

'તેનો ભાગ બનવું રસપ્રદ છે... પસંદ થવા બદલ ખાસ હોવાની અનુભૂતિ થાય છે' - અભ્યાસમાં સહભાગી

અભ્યાસ માટે તમારા પરિવારની પસંદગી કેવી રીતે કરવામાં આવી?

સરકારી વિભાગો અને જાહેર આરોગ્ય એજન્સીઓ દ્વારા રાખવામાં આવેલા જન્મના રેકોર્ડમાંથી તમારા પરિવારની પસંદગી કરવામાં આવી હતી. આ સંસ્થાઓએ તમારું નામ, સરનામું અને તમારા અને તમારા બાળક વિશે વધારાની માહિતી પ્રદાન કરી છે જેથી અમે તમને ભાગ લેવા માટે આમંત્રિત કરી શકીએ. આને દરેક દેશમાં વિશેષ આરોગ્ય ડેટા સમિતિઓ દ્વારા મંજૂરી આપવામાં આવી છે.

શા માટે અમે વિશેષ રૂપે તમારી પાસેથી સાંભળવા માંગીએ છીએ?

અમે બધાને આમંત્રિત કરી શકતા નથી, પણ અમે જેમને આમંત્રિત કરીએ છીએ તે પરિવારો દરેક પ્રદેશ અને સમગ્રપણે યુકેની વિવિધતાને પ્રતિબિંબિત કરે છે. આ અભ્યાસનું લક્ષ્ય બધાનું પ્રતિનિધિત્વ કરવાનું, બધા પરિવારોને અવાજ આપવાનું છે. આ અભ્યાસ ખરેખર મહત્ત્વનો થાય તે માટે અમારે બધી પ્રકારના પરિવારો, સંસ્કૃતિઓ અને સમુદાયો પાસેથી માહિતી મેળવવી જરૂરી છે - જેથી આખાએ યુકેમાં વિવિધ અનુભવોને સમજવામાં મદદ મળે.

અમે તમને શેના વિશે પૂછીશું?

અમે તમને **તમારા શિશુના આરોગ્ય, વિકાસ, વર્તન, ઊંઘ, આહાર અને રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ** વિશે પૂછીશું. જોડિયા અથવા તેથી વધુ એક સાથે જન્મેલા બાળકો માટે, દરેક શિશુ વિશે કેટલાક પ્રશ્નો પૂછવામાં આવે છે.
અમે માતા અથવા પિતા તરીકેના તમારા અનુભવો વિશે તેમજ તમારા પરિવાર વિશે પણ પૂછીશું: તમારું ઘર, કામ, નાણાંકીય સ્થિતિ, આરોગ્ય અને કલ્યાણ, તમારે હોય તેવા અન્ય બાળકો, તમારા પાર્ટનર, અને તમે ઉપયોગમાં લેતા હો તેવી કોઈપણ સહાય, સેવાઓ અથવા બાળ સંભાળ.
તમે જેનો જવાબ આપવા ન માંગતા હો તેવા કોઈપણ પ્રશ્નો છોડી શકો છો. સંવેદનશીલ પ્રશ્નોના જવાબો ઇન્ટરવ્યુઅરના કમ્પ્યૂટર પર ખાનગીપણે આપવામાં આવે છે - તેની જોરથી ચર્ચા કરવામાં આવતી નથી.

અમે આશા રાખીએ છીએ કે બંને માતા-પિતા ભાગ લેશે, પરંતુ તે તમારા દરેક પર નિર્ભર છે કે તમે તમારો પોતાનો નિર્ણય લો.

ઇન્ટરવ્યુ કોણ લે છે?

Ipsos, એક સ્વતંત્ર સંશોધન સંસ્થા, અભ્યાસ માટેના ઇન્ટરવ્યુની દેખરેખ કરે છે. ત્રણ સ્વતંત્ર સંશોધન સંસ્થાઓ (Ipsos, NatCen અથવા Verian) માંથી એકના ઇન્ટરવ્યુઅર ઇન્ટરવ્યુ લેશે. ઇન્ટરવ્યુઅરો તાલીમ પામેલ, અનુભવી હોય છે, અને તમને અને તમારી માહિતીને સુરક્ષિત રાખવા માટે કડક નિયમોનું પાલન કરે છે.

માહિતી ઉમેરવી

સરકારી વિભાગો અને એજન્સીઓ (જેમ કે NHS) આપણા બધાના વિશે રેકોર્ડ્સ રાખે જ છે. આ તેમની સેવાઓનું આયોજન કરવા અને તેમને પૂરી પાડવાની રીત છે. અમે તમારી અભ્યાસ સંબંધી માહિતીમાં તમારા અને તમારા બાળક માટે **આરોગ્ય, શિક્ષણ** અને **સામાજિક સંભાળના રેકોર્ડ**માંથી માહિતી ઉમેરવા માંગીએ છીએ. અમે તમને તમારા ઇન્ટરવ્યુમાં આના વિશે પૂછીશું.

આ રેકોર્ડ્સને તમારા અભ્યાસ ડેટામાં ઉમેરવા માટે સંમત થઇને તમે સંશોધનકર્તાઓને પરિવારોને પ્રભાવિત કરતી હજુ પણ વધુ બાબતો વિશે શોધ કરવામાં મદદરૂપ થવામાં એક મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવશો. જેમ કે:

- ઘરનું જીવન અને બાળ સંભાળ બાળકો સ્કૂલ માટે કેટલા તૈયાર છે એને કેવી રીતે અસર કરે છે?
- નાના બાળકો અને તેમના પરિવારો માટે તેમના માટે જરૂરી આરોગ્ય સંભાળ અને બીજી સહાય મેળવવાનું શેના લીધે મુશ્કેલ થઇ શકે છે?
- અમે જે માતા-પિતા સંભાળમાં મોટા થયાં અને જે પરિવારો બાળકોની સેવાઓ પાસેથી મદદ મેળવી રહ્યા છે તેમને વધુ સારી રીતે સહાય કેવી રીતે કરી શકીએ?

તમારા ઇન્ટરવ્યુઅર તમારા ઇન્ટરવ્યુ પહેલા તમને આના વિશે માહિતી પત્રિકા આપશે. અમને આ કરવા દેવું એ તમારી પસંદગી છે - તમે આમ ન કરવાનું નક્કી કરો તો પણ તમે અભ્યાસમાં ભાગ લઈ શકો છો. ફક્ત લાંબો ઇન્ટરવ્યૂ કરી રહેલા માતા-પિતાને તમારા બાળકના રેકોર્ડ્સ વિશે પૂછવામાં આવશે, તેથી તમે આની ચર્યા તમારા બાળકના બીજા માતા-પિતા સાથે કરવા ઇચ્છી શકો.

[pull out bubble] ઇન્ટરવ્યુઅર વિવિધ સમુદાયો, પરિસ્થિતિઓ અને વિવિધ પ્રકારના કુટુંબોના માતા અને પિતા સાથે વાત કરવા માટે ટેવાયેલા છે. ઇન્ટરવ્યુ અન્ય ભાષાઓમાં પણ કરી શકાય છે.

તમારી માહિતીની સંભાળ રાખવી

આ અભ્યાસ કોણ ચલાવે છે?

યુનિર્સિટી કૉલેજ લંડન (University College London, UCL) નું ધ સેન્ટર ફૉર લૉન્જિટ્યુડિનલ સ્ટડીઝ (Centre for Longitudinal Studies, CLS) **આ અભ્યાસ ચલાવે છે અનેતમારી અભ્યાસ માહિતીની સંભાળ રાખવાની જવાબદારી તેની છે.** આ અભ્યાસ ચલાવવા માટે અમારી પસંદગી કરવામાં આવી કારણ કે અમે આને મળતા અભ્યાસો, કે જે વર્ષ 1958, 1970, અને 2000 માં જન્મેલા લોકો પર કરવામાં આવી રહ્યા છે, તે ચલાવવામાં ખૂબ અનુભવ ધરાવીએ છીએ અને આ પ્રકારના સંશોધનમાં નિષ્ણાત છીએ.

ટીમમાં સ્વાનસી યુનિવર્સિટી (Swansea University) (વેલ્સ), યુનિવર્સિટી ઑફ એડિનબરા (University of Edinburgh) (સ્કૉટલેન્ડ) અને અલ્સ્ટર યુનિવર્સિટી (Ulster University) (નોર્ધર્ન આયર્લેન્ડ)ના અભ્યાસ ડાયરેક્ટરોનો પણ સમાવેશ થાય છે. આ અભ્યાસ માટે આર્થિક અને સામાજિક સંશોધન પરિષદ દ્વારા ભંડોળ પૂરું પાડવામાં આવે છે, જે યુકેના સામાજિક સંશોધનના અગ્રણી ભંડોળ આપનાર અને યુકે સંશોધન અને નવીનતાનો ભાગ છે.

અમે તમારી માહિતીનો ઉપયોગ અને સુરક્ષા કેવી રીતે કરીએ છીએ?

અમે તમને તમારા જીવન અને તમારા શિશુના અનુભવો વિશેની વિગતો શેર કરવા વિશે હોય તેવી કોઇપણ ચિંતાઓને સમજીએ છીએ. **તમારી ગોપનીયતા મહત્ત્વની છે.** તમે જે આપો છો તે માહિતી **ખાનગી અને સુરક્ષિત રાખવામાં આવે છે અને તેનો ઉપયોગ ફક્ત સંશોધનના હેતુઓ માટે કરવામાં આવે છે.**

ઇન્ટરવ્યુ અને BabySteps એપની સંશોધન પ્રવૃત્તિઓમાંથી તમારી અભ્યાસ માહિતીને અભ્યાસમાંના બીજા બધા પાસેથી મળેલી માહિતીની સાથે ભેળવવામાં આવશે. આ સંશોધન ડેટા સુરક્ષિતપણે સંઘરવામાં આવે છે અને તેને યુકે ડેટા સર્વિસ જેવી વિશ્વસનીય ડેટા સર્વિસિસ મારફતે દુનિયાભરના સંશોધનકર્તાઓને ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવે છે. જો તમે આરોગ્ય, શિક્ષણ અને/અથવા સામાજિક સંભાળ રેકોર્ડ્સમાંથી માહિતી ઉમેરવાનું નક્કી કરો, તો તેને પણ સંશોધનકર્તાઓના માટે ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવશે. **સંશોધન ડેટામાં ક્યારેય નામ, સરનામાં કે બીજી અંગત વિગતો હોતી નથી** જેનાથી તમારી કે તમારા પરિવારની ઓળખ થાય.

તમારી અભ્યાસ સંબંધી માહિતી પરિવારના બીજા સભ્યો, જેમાં તમારા શિશુના બીજા માતા-પિતા, તેમ જ તમે અથવા તમારા શિશુ જેનો ઉપયોગ કરતા અથવા મેળવતા હો તેવી સેવાઓ અથવા લાભો પૂરા પાડતી સંસ્થાઓથી સંપૂર્ણપણે ખાનગી રહે છે.

ખૂબ જ અસાધારણ પરિસ્થિતિઓમાં, અમારે તમે અમને જે કહો છો તે શેર કરવું પડી શકે છે - દાખલા તરીકે, જો કોઇ નુકસાન પહોંચવાના ગંભીર જોખમમાં હોય.

તમારી માહિતીને સુરક્ષિત રાખવા માટે કડક સુરક્ષા સંબંધી નિયમો અને સુરક્ષા પ્રણાલીઓનો હંમેશા ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. UCL માટે તમારી માહિતીની GDPR, તમારા અંગત ડેટાનું રક્ષણ કરતા કાયદા મુજબ સંભાળ રાખવી કાયદાકીય દૃષ્ટિએ જરૂરી છે અને આમ કરવાના GDPR હેઠળના કાયદાકીય આધાર તરીકે 'લોક હિતમાં કાર્ય' નો ઉપયોગ કરે છે.

અભ્યાસની ગોપનીયતા નોટિસ સહિત વધુ માહિતી અહીં મળશે: gnestudy.info/privacy. જો તમને કોઇ પ્રશ્નો હોય તો તમે અમારો સંપર્ક કરી શકો છો. જો તમે અભ્યાસ માટે તમારી વ્યક્તિગત માહિતીની પ્રક્રિયા કેવી રીતે થાય છે તે અંગે ચિંતિત હોવ તો તમે સંપર્ક કરી શકો છો: UCL ડેટા પ્રોટેક્શન ઓફિસ:data-protection@ucl.ac.uk. માહિતી કમિશનરની કચેરી: ico.org.uk

જો તમે ભાગ ન લેવાનું અથવા અભ્યાસમાંથી પાછા ખસી જવાનું પસંદ કરો તો શું?

ભાગ લેવો કે કેમ તે તમારી પસંદગી છે. તમને કોઇ પણ સમયે અભ્યાસમાંથી પાછા ખસી જવાનો અધિકાર છે, આખાએ અભ્યાસમાંથી કે પછી ફક્ત તેના ભાગોમાંથી , અને તમારે તેના માટે કેમ તે સમજાવવાનું નથી .

ભવિષ્યમાં, જો તમે ભાગ લેવાનું બંધ કરવાનો નિર્ણય લો અથવા જો આપણે સંપર્ક ખોઇ દઇએ, તો અમે તમે અમને સંશોધન માટે પહેલા પૂરી પાડેલી અભ્યાસ માહિતીનો ઉપયોગ કરવાનું ચાલુ રાખીશું.

જો તમે બિલકુલ ભાગ ન લેવાનું પસંદ કરો છો, તો જન્મના રેકોર્ડમાંથી તમારું અને તમારા બાળકનું નામ અને સરનામું રાખવામાં આવશે નહીં કે અન્ય કોઇ હેતુ માટે તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવશે નહીં. અમને એ સમજવામાં મદદ કરવા કે કોણ ભાગ લે છે અને કોણ નથી લેતું, અને તારણો UK ના પરિવારોની વિશાળ શ્રેણીને દર્શાવે છે તે સુનિશ્ચિત કરવા માટે અમે જન્મના રેકોર્ડમાંથી અન્ય મર્યાદિત વસ્તી વિષયક માહિતીનો ઉપયોગ કરીશું. ત્યારબાદ અમે આ માહિતી સુરક્ષિત રીતે ડિલીટ પણ કરી દઇશું.

આ અભ્યાસને કોણે મંજૂરી આપી છે?

એક સ્વતંત્ર **NHS સંશોધન નૈતિકતા સમિતિ (Research Ethics Committee)** એ આ અભ્યાસને મંજૂરી આપી છે.

આ તમારી સલામતી, અધિકારો, સુખાકારી અને ગૌરવની સુરક્ષા માટે પ્રતિબધ્ધ લોકોનું એક સ્વતંત્ર જૂથ છે.

મદદ અને સલાહ

અમે આશા રાખીએ છીએ કે તમને તમારા બાળક વિશેના અને માતા-પિતા તરીકેના જીવન વિશેના પ્રશ્નોના જવાબ આપવામાં આનંદ થશે. અભ્યાસમાં ભાગ લેવાથી કોઈ નુકસાન થવું જોઈએ નહીં અને તે કોઈપણ સેવાઓ અથવા સંભાળને ક્યારેય અસર કરશે નહીં. જો ઇન્ટરવ્યુમાંની કોઈ વસ્તુથી ચિંતા ઊભી થાય છે, તો મદદરૂપ થઈ શકે તેવા સંગઠનો છે.

માતા-પિતા માટે સામાન્ય સલાહ અને સહાય માટે:

હોમ-સ્ટાર્ટ: home-start.org.uk 0116 464 5490,info@home-start.org.uk

પૈસાની સમસ્યાઓ વિશે સલાહ અને સહાય માટે:

સિટિઝન્સ એડવાઇસ બ્યુરો:citizensadvice.org.uk

દુઃખ કે હતાશા અનુભવતા લોકો માટે ખાનગી મદદ.

સમેરિટન્સ:samaritans.org, 116 123

ઘરેલુ હિંસા વિશે સહાય માટે:

રેફ્યૂજ: refuge.org.uk, 0808 2000 247

રિસ્પેક્ટ: mensadviceline.org.uk, 0808 8010327

ડ્રગ્સ અને દારૂ વિશે ખાનગી સલાહ માટે:

ટૉક ટૂ ફ્રેન્ક: talktofrank.com, 82111 પર ટેક્સ્ટ કરો, 0300 123 6600, અથવા વેબચેટ

આરોગ્યની ચિંતાઓ વિશે સલાહ માટે: તમારા **સ્થાનિક GP અથવા હેલ્થ વિઝિટરનો સંપર્ક કરો.**

સહાયના વધુ સ્ત્રોતો અભ્યાસ વેબસાઇટ gnestudy.info પર મળી શકે છે.