

КОРАБЕЛЬ

PAS

Дельфини

Давай танцювати

Веселий експрес

Fairview

клуби

Клуби та Групи



*Не пов'язаний з Радою Перта - Кінросса

JollityExpress*

Група Makaton, яка щойно в дкрилася в Перт .

SingandSign Разом з використанням сеанс в Makaton призначен для використання та вивчення Makaton у весел й та неформальн й форм , яка п дходить для вс х можливостей та можливостей.

Зв'яж ться з facebook або Perth Local

Давай танцювати*

Заняття танцями для д тей середнього шк льного в ку з вадами навчання або ф зичного розвитку.

Субота, 26 с чня - 30 березня, 20 кв тня - 22 червня: 15:15 - 16:15

Космос, Пертський театр

Для отримання додаткової нформац ї та резервування м сця, будь ласка, зв'яж ться з П тером Ройстоном 01738477730.

Безкоштовно

Плавання

Цей клуб для плавання Perth Dolphins DisabilitySwim Club призначений для плавц в з ф зичними, сенсорними й вадами навчання, як можуть проплисти 25 метр в хочуть щотижня п д йти до стандарту свого плавання, змагатися та покращувати ф зичну форму з спец альним тренером.

Веб-сайт: <https://www.liveactive.co.uk/Venues/perth-leisure-pool>
TEL:01738 454654

КОРАБЕЛЬ

SHIP надає п дтримку молодим людям, як потребують додаткової п дтримки в д народження, до шк льних рок в не т льки. Ця п дтримка надається р зними способами. Ми пропонуємо молодим людям можлив сть розвивати дружбу та навички через наш молод жн клуби, гров схеми та клуби активного в дпочинку.

SHI>Пропонуйте щотижнев молод жн клуби, де молод люди можуть в дпочити та насолоджуватися, розвиваючи навички сусп льного життя в безпечному, веселому та дружньому середовищ . Наш гров схеми д ють п д час шк льних кан кул, щоб дати можлив сть молодим людям брати участь у громадських поїздках до захоплюючих м сць з своїми однол тками.

Веб-сайт: <https://www.ship-perthshire.co.uk/>

Телефон: 07713565120

Пертський аутизм *

Служба п дтримки Perth Autism надає регулярн семестров та в дпустков програми в Перт та Kinross для вс х д тей та молодих людей, зареєстрованих у наших службах. У нас є спец альн програми для д тей та молод , як проводяться в наш й буд вл в Перт , а також у наших групах брат в сестер та в аутичних зонах.

Заходи проводяться з понед лка по суботу п д час семестру та з в вторка по п'ятницю п д час шк льних кан кул (з нашою програмою для молод , що працює щопонед лка).

Веб-сайт: <https://www.perthautismsupport.org.uk/>

Тел:01738451081

Здоров'я та Фітнес



DisablitySport

Благодійна організація очолює розвиток спорту та фізичної активності в Перті та Кросс для людей усіх категорій здібностей з фізичними, сенсорними або порушеннями навчання.

Веб-сайт: <http://www.pkds.org.uk/sports/>

Педал Playon

PlayTogether on Pedals був розроблений як спільний проект, щоб подолати бар'єри, з якими стикаються молоді люди, щоб брати участь у фізичній активності та підтримати дітей сім'ї, щоб вони насолоджувалися та здобули впевненість у їзді на велосипеді.

Партнери PlayTogether на Pedals усвідомлюють, як їзда на велосипеді може забезпечити незалежність, можливість розвивати нові навички та недорогий спосіб підтримувати здоровий спосіб життя. Вони мають переваги як для фізичного, так і для психічного здоров'я, є спільним, інклюзивним та веселим; залучаючи дітей та молодих сімей до їзди на велосипеді.

Забронювати через: www.pkc.gov.uk/parenting

Велоспорт

Проект All AbilityCycling Project призначений для людей, яким їздити на велосипеді важко чи складно. Це могло бути пов'язано з важкістю, впевненістю, невладністю або впадінням в дпов'язаного обладнання чи підтримки. Велоспорт пропонує ряд фізичних та розумових переваг, включаючи покращення рівноваги та координації, а також підвищення впевненості.

Субота 10:30 ранку 12:30 Перт Контактне

М'я: Елла Вебл - (ewebley@liveactive.co.uk)

Perth Eagles Спорт на нвал дних в зках & BocciaClub

Незалежно від того, чи ви новачок у цьому виді спорту, хочете просто взяти участь вивчити новий вид спорту, чи досвідчений гравець, який прагне покращити свої навички, тренери можуть адаптувати заняття відповідно до ваших потреб.

У п'ятницю ввечері з 18:00 до 19:00 в Академії спорту та благополуччя, Perth College UHI, ми розповімо про спорт на нвал дних в зках, активність та розваги!!

Для отримання додаткової інформації, будь ласка, зв'яжіться з Graeme Doig-Graeme@pkds.org.uk

Без обмежень

NoLimits - це програма з підтримкою багатьох видів спорту, яка пропонує бочку, баскетбол, бадмінтон та тренажерний зал для дорослих з додатковими потребами у навчанні, фізичні та сенсорні потреби, яку підтримує провідний тренер та помічник.

Понеділок 17:00-18:00 Perth Live Active Усі нвал діти в ком до 18 років Веб-сайт: [https://www.liveactive.co.uk/activities/no-](https://www.liveactive.co.uk/activities/no-limits)

limits Тел.: 01738454647

Верхова їзда

Спорт для сліпих

Спорт на інвалідних везиках

Здоров'я та Фізичес

Здоров'я

Willowgate

Прогулянки

Фізичес



*Не пов'язаний з Радою Перта Кінросса

Їзда для інвалідів*

Надайте можливість для терапії, досягнень, насолоди, покращення здоров'я, благополуччя та впевненості в собі, а також покращення мобільності та координації. Це робиться в безпечному, веселому та підтримуваному середовищі.

Веб-сайт: <https://www.kinfaunsstablesrda.co.uk/>
TEL:01738630040.

Wee Springers

Wee Springers — це фантастичний клас, у якому використовуються альпіністські апарати та підлогове спорядження, яке допомагають дітям дошкільного віку розвивати основні навички руху, рівноваги та координації у веселому оточенні. Ці енергійні заняття неодмінно покращать фізичний та соціальний розвиток вашої дитини.

Веб-сайт: <https://www.liveactive.co.uk/activities/wee-springers> Тел: 01738454647

British BlindSport*

У British BlindSport ми допомагаємо сліпим слабоворим людям активно займатися спортом. Ми заохочуємо дорослих дітей брати участь у заходах усіх рівнів, від низових до Паралімпійських гор.

Веб-сайт: <https://britishblindsport.org.uk>

ТЕЛ:01926424247

Доступні прогулянки на свіжому повітрі*

Найкращі траси для людей на інвалідних везиках в Шотландії

Виберіть правильний маршрут для свого дня. Усі наші маршрути перевірені експертами та перевірені нашою світовою спільнотою таких авантюристів, як ви.

Веб-сайт: <https://www.alltrails.com/?ref=header>

Willowgate*

Willowgate, заснована в центрі Перта, Willowgate є благодійною організацією, яка пропонує цілу низку різноманітних заходів для великої частини нашої спільноти.

Веб-сайт: <https://www.willowgateactivitycentre.co.uk/>

Їжте добре Грайте добре

Батько до батька

Bookbug

С м'я

Вч ться

Весело

Разом

Батьк вство та С мейне навчання



*Не пов'язаний з Радою Перта К нросса

Bookbug*

Bookbugis Шотландська ун версальна програма дарування книг ранн х рок в мае на мет викликати любов до опов дань, п сень рим в д народження.

0-5Years

Group, 1:1, в ртуально,

особисто Веб-сайт:

<https://www.scottishbooktrust.com/bookbug>

Батьки до батьк в*

У 1988 роц була створена недобров льна орган зац я «Батьки до батьк в», яка п дтримує батьк в д тей, як потребують додаткової п дтримки, будь то ф зична, навчальна, сенсорно-повед нкова, яка пов'язана з нвал дн стю

Тел: 01382817558

Веб-сайт: <https://parent-to-parent.org/>

Їжте добре Грайте добре

Надайте учасникам базов кул нарн навички з метою п двищення впевненост , навичок та знань для планування та приготування домашньої їж для своєї родини за бюджетн кошти.

Група, 1:1, в ртуальна

(обмежена),

особисто Батьки та д ти

разом 0-5 рок в

Книга через: www.pkc.gov.uk/parenting

Неймов рн роки

Група, 1:1, в ртуально,

особисто

Т льки для батьк в

Допомож ть своєму малюков в дчути любов безпеку / стратег ї подолання розлуки та возз'єднання

Заохочуйте мовний, соц ально-емоц йний розвиток

Встанов ть ч тк та передбачуван процедури

Забронювати через: www.pkc.gov.uk/parenting

Усв домлення сну *

1:1 на даний момент.

Батьк вський персонал може запропонувати п дтримку батькам та д тям з проблемами г г єни сну, одночасно направляючи б льш складн випадки до добре навченого консультанта по сну. Персонал пройшов навчання спец ально для роботи з д тьми, що зазвичай розвиваються.

Забронювати через: www.pkc.gov.uk/parenting

К нотеатр Перт

Плавання

Активн д ти

музей

дн в

вч ться

Спогади

DaysOut



*Не пов'язаний з Радою Перта - К нросса

Air Thrill*

ASN PeacefulPlaySessions

Ц спец ал зован безпечн , активн та весел заняття проводяться в ЧЕТВЕР з 17:30 до 18:45 (протягом семестру) в НЕДІЛЮ 10:00-11:15.

У наших сеансах ASN немає музики та зменшено осв тлення, щоб уникнути в дблиск в. Доглядальники також є в льними п д час цих сеанс в.
Тел:01738445568

К нотеатр Перт*

Розслаблен покази - це регулярн покази, ор ентован на с мїз д тьми, як страждають в д аутизму або з ншими особливими потребами в сп лкуванн . Ц покази адаптован р зними способами, щоб зменшити тривогу та забезпечити безпечний, приймний досв д у к но. П д час ф льму св тло залишають ув мкнемим, а гучн сть зменшується, щоб полегшити вплив на людей з будь-якими сенсорними труднощами, аудитор ї добре пересуватися, шум ти або робити перерву в д сеансу, якщо потр бно

Будь ласка, перев рте наш списки, щоб отримати нформац ю про майбутн покази Relaxed.

6 MurraySt, Perth PH15PJ
Тел:01738623126

Музей Перта *

Музей художня галерея Перта має фантастичну колекц ю предмет в, як в дображають стор ю району та зм нювану програму виставок та под й.

Доступ до нвал дних в зк в БЕЗКОШТОВНИЙ

Тел:: 0173863248

Активн д ти*

Active Kids розташований на ферм на п вн ч в д Перта. Д ти можуть грати й досл джувати в парку пригод на св жому пов тр та зустр чатися з тваринами

Active Kids пропонує абсолютно ун кальний досв д на св жому пов тр з численними атракц онами, розвагами та розвагами на св жому пов тр .

Сайт призначений для людей на нвал дних в зках

Тел:01738827286

Басейн Perth Lesiure

Perth LeisurePool розташований всього за п'ять хвилин ходьби в д центру м ста Перт, зал зничного вокзалу та автобусного вокзалу. В н має велику сп льну автостоянку з сус дн м центром Дьюарса.

Сайт доступний для нвал дних в зк в.

Доступн уроки плавання.

Тел:01738454654

Вч ться

П дтримка

С м'я

Батьк вська л н я

С мейний фонд

Молод оп куни

RIB

П дтримка с м'ї-1



*Не пов'язаний з Радою Перта К нросса

С мейний фонд*

С мейний фонд Шотланд ї важкохворих д тей С мейний фонд Шотланд ї надає ф нансов гранти с м'ям, як виховують нвал д в або важкохворих д тей молодих людей з нижчими доходами.

Ви можете д знатися б льше про їх критер ї в дпов дност на їхньому веб-сайт .

Веб-сайт: <https://www.familyfund.org.uk/scotland>

YoungCarers*

Молодий доглядальник - це той, хто надає догляд або має нам р надавати догляд, а також у в ц до 18 або 18 рок в ще навчається у школ . На сайт

www.mygov.scot, а також на платформ YoungScotyongcarer є нформац я та поради щодо п дтримки для молодих виховател в, як доглядають за кимось з своїх родин.

Вони також можуть знайти нформац ю про Закон про оп куни (Шотланд я) про те, як зв'язатися з м сцевою службою догляду за молодими особами на веб-сайт Care

Information Scotland. Служби для догляду за молодими людьми є незалежними благод йними орган зац ями, як пропонують практичну п дтримку, поради та нформац ю для вас, як молодого оп куна у вашому рег он

Інститут сл пих*

Корол вський нац ональний нститут сл пих людей

Корол вський нац ональний нститут сл пих людей - це благод йн сть, яка пропонує практичну та емоц йну п дтримку сл пим слабозорим людям.

В дв дайте їхн й веб-сайт, щоб д знатися б льше про допомогу та п дтримку, яку вони пропонують.

Телефон: 01316523140 Для

загальних запит в звертайтеся на rnibscotland@rnib.org.uk

SpinaBifida*

SpinaBifida Hydrocephalus Scotland (SBH Scotland) — благод йна орган зац я, яка пропонує п дтримку та нформац ю спец ал ст в. Вони надають низку безкоштовних послуг, включаючи гарячу л н ю, службу реєстрац ї по телефону, ндив дуальну п дтримку за допомогою в деоконференц й або телефону, в ртуальн групи п дтримки та онлайн-заходи для д тей, а також нформац ю про ф нансову п дтримку та п льги.

Ви можете зв'язатися з їхньою гарячою л н єю за номером 03455211 300, з понед лка по п'ятницю з 10:00 до 16:00, електронною поштою support@sbhscotland.org.uk, в дв дайте веб-сайт SpinaBifida Hydrocephalus Scotland.

Батьк вська л н я*

Д ти 1stParentline є для с мей, пропонуючи безкоштовну емоц йну та практичну допомогу з будь-чим, що зач пає с м'ю, по телефону, або через веб-чат. Батьки або оп куни можуть поговорити з д тьми 1st по телефону: 08000282233 або онлайн за допомогою веб-чату.

Спроможність Шотландії

Синдром Дауна Шотландія

Інвалідність Шотландія

Підтримка

Сім'я

Допоможіть

Поради

Підтримка сім'ї-2



*Не пов'язаний з Радою Перта Кінросса

Обсяг*

Розмова з іншими батьками в подібній ситуації часто є найефективнішою емоційною підтримкою. Ви можете читати розповіді та розмови батьків в Інтернеті, якщо вам не зручно говорити.

Тел: 08088003333

CapabilityScotland*

Capability працює з сім'ями з дітьми-інвалідами, інвалідами всіх мешканців та опікунами по всій Шотландії. Надає сучасні, гнучкі послуги, щоб забезпечити людям з обмеженими можливостями дотримання тих самих прав людини та громадянина, що й решта суспільства.

Osborne House 1 Osborne Terrace Edinburgh EH125HG

Тел: 0131 3379876

Веб-сайт: <https://www.capability.scot/>

Синдром Дауна, Шотландія*

Надає підтримку, поради та інформацію для батьків та опікунів немовлят, дітей, підлітків та дорослих з синдромом Дауна.

Тел: 01314428840 Веб-

сайт: <https://www.dsscotland.org.uk/>

Електронна пошта: info@dsscotland.org.uk

Інвалідність Шотландія*

Робота з інвалідами, їхніми сім'ями, друзями та опікунами, а також людьми, які працюють у секторі. Наша інформаційна послуга надається через: нашу телефонну гарячу лінію; textandemail; веб-сайт; наш онлайн-каталог.

Гаряча лінія: 03003239961

Поради громадянам*

Бюро консультацій громадян Перту — це місцева незалежна благодійна організація, яка надає безкоштовні, неупереджені та конфіденційні поради та інформацію, щоб надати вам інструменти, необхідні для вирішення будь-яких проблем чи проблем.

Тел: 08081969440

Ф з отерап я

Сенсорн послуги

Центр «Соняшник»

П дтримка с м'ї-3

С м'я

Допомож ть

Поради



*Не пов'язаний з Радою Перта К нросса

DisabilityTeam

Команда Perth and Kinross Children and DisabilityTeam — це невелика команда спец ал ст в з соц альних прац вник в та старших спец ал ст в з соц альної допомоги, як прагнуть залучити та п дтримати д тей, молодь та с м'ї якомога ран ше.

Тел:01738454491

ф з отерап я*

Л н я

консультац й Ф з отерапевт з дитячого здоров'я буде доступний для батьк в/ оп кун в та спец ал ст в для обговорення будь-яких проблем з 9:30 до 11:30 у в второк та 16:00 до 18:00 у четвер.

Це сп льна л н я консультац й АНР з питань охорони здоров'я д тей з колегами з профес йної терап ї та логопедичної та мовної терап ї, також доступна для сп лкування за тим самим номером.

Будь ласка, телефонуйте (01382) 740317.

SensoryServices*

Поради та тренування.

Електронна адреса: otparentbooking.tayside@nhs.scot

Центр «Соняшник» *

Служба в дпов дає на запити про допомогу, надаючи нформац ю, поради, п дтримку, а також оц нку та втручання, коли це потр бно. Це надається с м'ям, оп кунам та д тям та молодим людям в д 0 до 18 рок в або зак нчившим школу, у р зних м сцях, включаючи школи, дитяч садки, пол кл н ки, вдома та в м сцевих громадах.

Веб-сайт: <http://www.otcyp.scot.nhs.uk/> Телефон: 01738473250

Racheal House*

Рейчел Хаус у К нросс — це «д м з дому» для с мей. В н має ряд зручностей, включаючи к мнату для г дротерап ї, великий доступний сад багато зон для в дпочинку та розваг. У ньому також є зони для роздум в, п дтримки та догляду.

Електронна пошта: tay.rahadmin@nhs.scot

Телефон:+01577865777 Веб-сайт:

<https://www.chas.org.uk/how-we-help/who-you-will-meet/at-rachel-house>

Порада громадян

Мій губернатор

Turn 2 Us

Грошовий помічник

СМ'Я

Допоможіть

Поради

Фінанси



*Не пов'язаний з Радою Перта Кінросса

Поради громадянам*

Бюро консультацій громадян Перту — це місцева незалежна благодійна організація, яка надає безкоштовні, неупереджені та конфіденційні поради та інформацію, щоб надати вам інструменти, необхідні для вирішення будь-яких проблем чи проблем.

Тел:08081969440

MyGovScotland*

Включає інформацію про допомогу по інвалідності для дітей, виплату по інвалідності та надбавку до допомоги опікуна.

Веб-сайт: mygov.scot

Нам 2*

Turn2us — національна благодійна організація, яка надає практичну допомогу людям, які мають фінансові труднощі.

ЛИШЕ ОНЛАЙН:

ВЕБ: www.turn2us.org.uk/About-Us/Contact-us

Мій помічник грошей*

Допомога та поради з перевагами та вказівками. Зв'яжіться з ними, щоб отримати вказівки щодо грошей, які є неупередженими та безкоштовними у використанні, незалежно від того, чи це онлайн чи по телефону.

ТЕЛ:08001387777

Гранти*

Цей корисний сайт надає інформацію про благодійні організації та трасти, які надають фінансування високої вартості обладнання для інвалідів, в'їздних, житла, вихідних.....

Веб-сайт: www.disability-grants.org/

Простір для дихання

Мій губернатор

Turn 2 Us

Грошовий помічник

Смія

Допоможіть

Поради

Психічне здоров'я



*Не пов'язаний з Радою Перта Кінросса

MindSpace*

MindSpace пропонує 4 послуги як дорослим, так і молодим людям старше 8 років, щоб підтримати вас і ваше психічне самопочуття у спосіб, який найкраще підходить для вас.

Веб-сайт: <https://mindspacepk.com/>

Тел: 01738631639

BreathingSpace*

BreathingSpace — це безкоштовна та конфіденційна телефонна послуга для всіх у Шотландії старше 16 років, почувачись пригнобленими, депресивними або тривожними. Телефон 0800838587 (18:00-2:00, будні та 24 години у вихідні). Дзвінки з стаціонарних та мобільних телефонів в безкоштовні.

Веб-сайт: <https://breathingspace.scot/>

Нам 2*

Turn2us — національна благодійна організація, яка надає практичну допомогу людям, які мають фінансові труднощі.

ЛИШЕ ОНЛАЙН:

Веб-сайт: www.turn2us.org.uk/About-Us/Contact-us

Самаряни*

Самаряни мають окрему команду волонтерів з усього Пертширу, які надають емоційну підтримку телефоном, електронною поштою, SMS та людиною. А також бути активним у підтримці людей у нашій місцевості через нашу роз'яснювальну роботу.

Телефон: 116123

Електронна пошта: jo@samaritans.org

Час в днів: 24 години

Andy's Man Club*

Andy's Man Club; простір для чоловіків, щоб говорити про свої проблеми без засуджень чи відчуття тягаря.

Електронна пошта: info@andysmanclub.co.uk

Веб-сайт: <http://www.andysmanclub.co.uk/>