



Breaking the Language Barrier

We understand that if English is not your first language, going to the GP can be uncomfortable and overwhelming. So what can you do to make the most out of your consultation?

Beginner

- **Use an interpreter**
 - Face to Face
- **Avoid bringing relatives**
 - Can be biased
 - Can be unfamiliar with medical terms
 - May make you uncomfortable

Intermediate

- **Relax & take your time**
 - We are not here to judge you
- **Use gestures**
 - Use your hands and body to describe pain
- **Ask questions**
 - Make sure you leave with a clear understanding

How to get an interpreter?

- **Access through 111 / 999**
 - Call and ask for an interpreter
- **Access through the GP**
 - Arranged in advance (at least 1 day before)
 - Speak to reception (0208 477 4317)
 - Tell them what language you speak



NHS

ভাষার বাধা ভাঙ্গা

আমরা বুঝতে পারছি যে ইংরেজী ভাষা যদি আপনার প্রথম ভাষা না হয়, তাহলে GP-তে যাওয়া অশান্তি ও কষ্টের হতে পারে। তাই এই মোলাকাত থেকে বেশী ফায়দা পেতে আপনি কী করতে পারবেন?

নবীন মান

- একজন দোভাষী ব্যবহার করুন
 - মুখোমুখি
- আত্মীয়দের আনা থেকে বিরত থাকুন
 - পক্ষপাতী হতে পারে
 - চিকিৎসা পরিভাষার সাথে অপরিচিত হতে পারে
 - আপনাকে অশান্তি দিতে পারে

মধ্য মান

- আরাম করুন এবং আপনার সময় নিন
 - আমরা আপনাকে বিচার করতে এখানে নেই
- ইশারা করুন
 - ব্যথা বর্ণনা করতে আপনার হাত এবং শরীর ব্যবহার করুন
- প্রশ্ন করুন
 - নিশ্চিত করুন যে আপনি স্পষ্ট ভাবে বুঝে চলে যান

কীভাবে একজন দোভাষী পাবেন?

- 111/999 এর মাধ্যমে
 - কল করুন এবং একজন দোভাষীর জন্য জিজ্ঞাসা করুন
- GP'র মাধ্যমে
 - আগে থেকে সাজানো (কমপক্ষে 1 দিন আগে)
 - রিসেপশনে কথা বলুন (0208 477 4317)
 - তাদেরকে জানান আপনি কোন ভাষায় কথা বলেন



Przełamywanie bariery językowej

Rozumiemy, że jeśli angielski nie jest Twoim pierwszym językiem, pójście do lekarza rodzinnego może być niewygodne i przytłaczające. Co więc możesz zrobić, aby jak najlepiej wykorzystać swoją konsultację?

Początkujący

- **Skorzystaj z tłumacza**
 - Twarzą w Twarz
- **Unikaj przyprowadzania krewnych**
 - Może być stronniczy
 - Może nie znać terminów medycznych
 - Może sprawić, że poczujesz się niekomfortowo

Mediator

- **Zrelaksuj się i nie spiesz się**
Nie jesteśmy tutaj, aby cię osądzać
- **Używaj gestów**
Użyj rąk i ciała, aby opisać ból
- **Zadawaj pytania**
Upewnij się, że wychodzisz z jasnym zrozumieniem

Jak uzyskać tłumacza?

- **Dostęp przez 111 / 999**
 - Zadzwoń i poproś o tłumacza
- **Dostęp przez GP**
 - Ustalone z wyprzedzeniem (co najmniej 1 dzień wcześniej)
 - Porozmawiaj z recepcją (0208 477 4317)
 - Powiedz im, jakim językiem mówisz



NHS

باہمی بول چال کو آسان بنائیے

اگر انگریزی آپ کی مادری زبان نہیں تو آپ کا ڈاکٹر کے پاس جانا قدرے مشکل ہو سکتا ہے۔
آئیے دیکھیں کہ ہم اس مشاورت کو سہل بنانے کے لیے کیا کر سکتے ہیں

مبتدی

متوسط

- مترجم کی خدمات حاصل کریں
- رشتے داروں کو لانے سے گریز کیا جائے
- معتصب ہو سکتے ہیں
- طبی اصطلاحات سے ناواقف ہو سکتے ہیں
- آپ کے لیے پریشانی کا باعث ہو سکتے ہیں

- سکون اور سہولت سے بات کریں
- آپ پر تنقید نہیں ہوگی
- اشاروں کی مدد سے اپنی بات بتائیں
- درد کو بیان کرنے کے لیے ہاتھ اور جسم استعمال کیا جا سکتا ہے
- سوالات کیجئے
- اس بات کو یقینی بنائیں کہ جانے سے قبل ہر بات واضح ہو سکے

مترجم کی خدمات کیسے حاصل کی جائیں؟

- کے ذریعے مترجم تک رسائی حاصل کی جا سکتی ہے 111/999
- کے ذریعے مترجم تک رسائی حاصل کی جا سکتی ہے GP
- قبل از وقت مترجم کی خدمات حاصل کریں
- کم از کم ایک دن قبل لازمی ہے
- استقبالیہ (4317 477 0208) پر رابطہ کریں اور بتائیں کہ کس زبان میں آپ آسانی سے بات کر سکتے ہیں