میری زیر استعمال چیزیں جو میرے لیے اہم

ابتدائی مرحلے کے ڈیمنشیا
کا شکار لوگوں اور ان
کی فیملی، دوستوں یا
نگہداشت کنندگان کے لیے-

یہ کتاب ان زیر استعمال چیزوں کا ریکارڈ رکھنے میں آپ کی مدد کرتی ہے جو آپ کے لیے اہم ہیں- اسے ابتدائی مرحلے کے ڈیمنشیا میں مبتلا افراد نے مل کر تیار کیا ہے اور اس کا جائزہ لیا ہے-

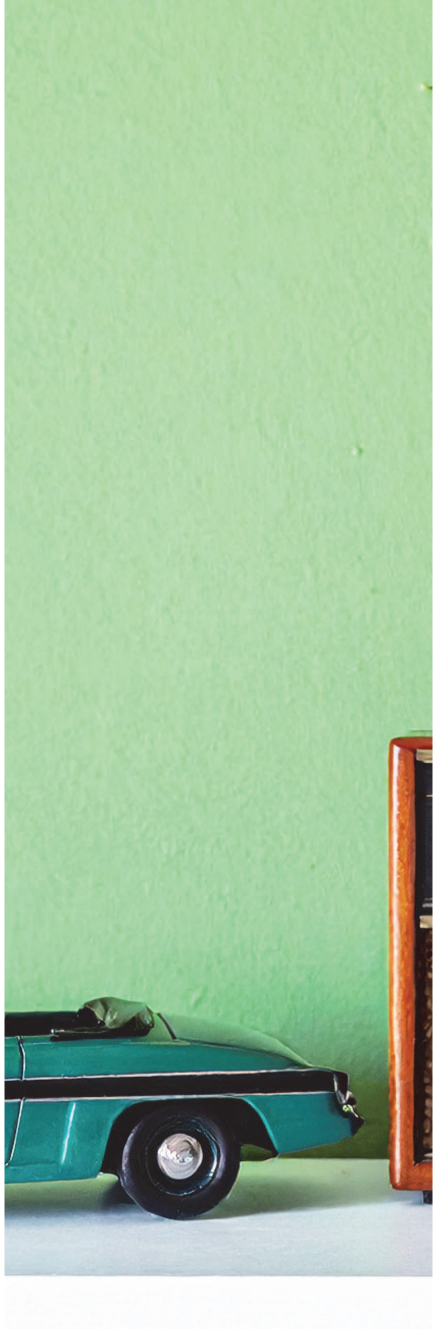
اسے مکمل کریں اور اسے ان چیزوں کے بارے میں گفتگو کا آغاز کرنے کے طور پر استعمال کریں جنہیں آپ ہمیشہ اپنے پاس رکھنا چاہتے ہیں-

تکیا آپ اس کتاب کی تیاری میں ہماری مزید مدد کرنا پسند کریں گے؟
ہمیں c.m.stones@leeds.ac.uk پر ای میل کے ذریعے بتائیں کہ آپ کا کیا خیال ہے

کیا آپ اس کتاب کی مفت الیکٹرانک کاپی ڈاؤن لوڈ کرنا چاہیں گے؟
ملاحظہ کریں:
https://www.inspirenorth.co.uk/our-services/dementia-support

ان لوگوں کا بہت شکریہ جنہوں نے اس کتابچے کے لیے مواد تیار کرنے میں مدد کی:
لارین ڈووی، جین لوئس موئس، جین ووڈ، کٹی گرین براؤن، بیتھ ڈگلبی اور ایما ولسن- ہمارے ایڈوائزری گروپ اور ایللینڈ، لیڈز اور بریڈ فورڈ میں ڈیمنشیا ہبس میں ہمارے تمام شاندار شرکاء اور مددگاروں کا خصوصی شکریہ کہ انہوں نے اپنے تجربات کا اشتراک کیا اور آرٹ ورک کو مشترکہ طور پر تخلیق کیا-

تعارف



یہ کتاب ان زیر استعمال اشیاء کا ریکارڈ رکھنے میں آپ کی مدد کرتی ہے جو آپ کے لیے اہم ہیں اور وہ خاص کیوں ہیں- یہ کسی بھی قسم کی اشیاء ہو سکتی ہیں - ایسی اشیاء جنہیں آپ دیکھنا، استعمال کرنا یا ان کے بارے میں بات کرنا پسند کرتے ہیں-

آپ اسے خود یا کسی واقف فرد کے ساتھ بھی مکمل کر سکتے ہیں- کتاب کو گفتگو کا آغاز کرنے کے طور پر استعمال کیا جا سکتا ہے لہٰذا اسے ایسی جگہ رکھیں جہاں سے آسانی سے مل جائے- یہ آپ کی
پسندیدہ زیر استعمال اشیاء کا مجموعہ ہے!
ہم نے آپ کی حوصلہ افزائی کے لیے دوسرے لوگوں کی خاص زیر استعمال اشیاء کی حقیقی مثالیں شامل کی ہیں!

Sajida and Beth

Sajida and Beth

Sajida

کچھ تصاویر میں یادوں کا امتزاج شامل ہوتا ہے، اس کے علاوہ آپ اپنی زیر استعمال چیز کے ارد گرد اور کیا بنا سکتے ہیں؟

کِٹی (Kitty) اور سینڈرا (Sandra) نے ایک ٹرینکٹ باکس کے بارے میں نظم لکھی جیسے کہ وہ بیچنے کے لیے تھا- اسی انداز کو استعمال کرتے ہوئے نظم کیسے لکھیں؟

A Collectible for Enthusiasts

Pretty Hong Kong-made trinket box, floral design with some small signs of wear.

Measures four and a half, by two, by three inches, and was probably brought to the UK by Uncle Dennis.

The top features turquoise moulding reminiscent of the sea in Scarborough when the coach pulled in and they all turned to look.

Attractive red and yellow flower design reflecting Nana's favourite scarf and the chrysanthemums on the window sill for George. The white gypsophila is likely for holy communion and the snow on Halton Moor in 1979.

No makers mark, but perfect for storing small items - see pics, good condition. A few slight marks of wear and tear but the colours still sing out like mother in the back kitchen.

Inside the box is nicely finished with a gold rim, recalling the altar cloth at St. Mary's on the Mount. Good strong hinges allow the well-fitting lid to rise like Eliza's Yorkshire puddings.

Would look great in a glass cabinet with a porcelain figurine set featuring a wagon and horses.

The box design is reminiscent of traditional Hong Kong craftsmanship, making it a truly charming collectible for enthusiasts.

Comes complete with a tiny baby, Nana's best earrings, and the memory of waking up to a walking doll on Christmas morning.

Any questions, please ask.

اس کتاب کو استعمال کرنے کا طریقہ-

ہر صفحے پر آپ ایک زیر استعمال چیز کو منتخب کریں گے اور اپنے انتخاب کی وضاحت کریں گے-
اس میں آپ کے لیے تصویروں کے ساتھ الفاظ میں وضاحت کرنے کے لیے ایک جگہ بھی مختص کی گئی ہے-
ذیل میں کچھ مختلف طریقے اپنانے کی تجاویز بیان کی گئی ہیں-

آپ اسے بنا بھی سکتے ہیں- اگر یہ کوئی سادہ سا خاکہ بھی ہے تو کوئی بات نہیں!

آپ ایک مختصر کہانی، نظم یا قافیہ بندی لکھنے کی کوشش کر سکتے ہیں-

میری ماں کا چائے والا
میرے دل کو گرما دیتا
ہے-
اور میری چائے

اس کی محبت برس
رہی ہے-
مجھ میں
ہر صبح

مزید حوصلہ افزائی- ابتدائی مرحلے کے ڈیمنشیا میں مبتلا افراد نے آرٹسٹس کے تعاون سے وہ تصاویر تخلیق کیں اور ان چیزوں پر نظمیں لکھیں جو ان کے لیے اہم تھیں- یہ ان کا کام ہے:

Graham and Catherine

کیتھرین (Catherine) اور جیفری (Geoffrey) نے جیفری کے بھائیوں اور ان کے پھلوں کی مارکیٹ میں کام کے وقت کے متعلق ایک تصویر بنائی- ہر پھل ایک بھائی کی نمائندگی کرتا ہے- اگر آپ کو ایک تصویر میں کسی چیز کے طور پر اپنے فیملی ممبرز کی نمائندگی کرنی ہو تو وہ کیا ہو گی؟

Auntie and Emma

اگر آپ کے پاس اپنی زیر استعمال اشیاء کی تصویر ہے، تو آپ اسے یہاں چپکا سکتے ہیں- ممکن ہے کہ آپ کوئی تصویر لے سکیں اور اسے خاص طور پر اس کتاب کے لیے پرنٹ کروا لیں؟

اگر آپ کے پاس کوئی کاغذ یا پرانے میگزینز ہیں، تو انہیں اپنی مخصوص زیر استعمال چیز کی شکل میں کاٹنے کی کوشش کریں اور اسے کتاب میں چپکا دیں-

یہ ایسی چیز ہے جو مجھے چھٹیوں/تفریح کی یاد دلاتی ہے-

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

یہ جین (Jane) کی کہانی ہے
جین آئل آف وائٹ (Isle of Wight) سے لائے گئے اپنے پتھر کے بارے میں بات کرنا پسند کرتی ہے- وہ اسے چھونے سے لطف اٹھاتی ہے کیونکہ یہ اسے ساحل کے کنارے کے ساتھ سیر کرنے کی یاد دلاتا ہے-

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ ایک اور زیر استعمال چیز ہے جو میرے لیے حقیقتاً اہمیت کی حامل ہے

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ چیز مجھے خوشی دیتی ہے-

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

مثال کی ضرورت ہے؟
یہ ٹام (Tom) کی کہانی ہے-
ٹام نے ایک وینائل ریکارڈ کا انتخاب کیا جسے وہ سننا پسند کرتا ہے- اس کی موسیقی اسے 1990 کی دہائی میں لیڈز کے ایک نائٹ کلب میں ڈانس کرنے کی یاد دلاتی ہے-

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ ایک اور زیر استعمال چیز ہے جو میرے لیے حقیقتاً اہمیت کی حامل ہے

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ چیز میرے پسندیدہ ذریعہ تفریح کی نمائندگی کرتی ہے-

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

آئن (Ian) کی کہانی حوصلہ افزائی کے لیے ہے:
آئن نے اپنی دستخط شدہ لیور پول فٹ بال کلب کی میچ بال کا انتخاب کیا- یہ اس کی کھیل کے لیے محبت اور لیور پول کے لیے جذبہ ہے جس کی اس نے اپنی ساری زندگی حمایت کی ہے-

....
....
....
....
....
....
....
....
....

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ ایک اور زیر استعمال چیز ہے جو میرے لیے حقیقتاً اہمیت کی حامل ہے

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہاں میری صحت اور فلاح کا خیال رکھنے کے لیے کچھ موجود ہے۔

میری منتخب کردہ چیز ہے:

....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

مثال کی ضرورت ہے؟ یہ فِل (Phil) کی کہانی ہے
فِل نے اپنے انجیکشن پین کا انتخاب کیا۔ جب وہ گھر سے نکلتا ہے تو اس سے اسے خود اعتمادی ملتی ہے اور اسے اپنی صحت کی حالت کا نظم کرنے میں مدد ملتی ہے۔

....

....

....

....

....

....

....

....

....

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں۔

یہ ایسی زیر استعمال چیز ہے جس پر مجھے فخر محسوس ہوتا ہے

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....
....
....
....
....
....
....
....
....

جیمز (James) کی کہانی حوصلہ افزائی کے لیے ہے
جیمز نے اپنی فریم شدہ یونیورسٹی کی ڈگری کے سرٹیفکیٹ کا انتخاب کیا ہے- وہ مطالعے سے لطف اندوز ہوتا تھا اور گریجویشن کرنے پر اسے حقیقی کامیابی کا احساس ہوا-

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ ایسی چیز ہے جسے میں اپنے ساتھ رکھنا یا باہر لے کر جانا پسند کرتا ہوں

میری منتخب کردہ چیز ہے:

....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

یہ پیٹ (Pat) کی کہانی ہے
پیٹ نے ایک چھوٹے لکڑی کے کراس کا انتخاب کیا جو وہ اپنے پرس میں رکھتی ہے- یہ اسے اپنی بہو کو کوائر میں گاتے ہوئے دیکھنے کی یاد دلاتا ہے - جو اسے کارکردگی کے آخر میں دیا گیا تھا-

....

....

....

....

....

....

....

....

....

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

وہ زیر استعمال چیز جو میرے لیے راحت کا باعث ہے

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

مثال کی ضرورت ہے؟
یہ ایمی (Amy) کی کہانی ہے
ایمی نے ایک تصویر کے فریم کا انتخاب کیا جس میں اس کے ماضی کے تمام پالتو جانور موجود ہیں- وہ ان کے ساتھ گزارے خوشی کے لمحات کو یاد رکھنا پسند کرتی ہے-

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-

یہ ایسی چیز ہے جو مجھے اپنے پیاروں کی یاد دلاتی ہے

میری منتخب کردہ چیز ہے: ....

میں نے اسے اس لیے منتخب کیا کیونکہ:

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

کچھ مدد چاہیئے؟ یہ جیتندر (Jatinder) کی کہانی ہے- جیتندر نے جیولری کی کچھ چیزوں کا انتخاب کیا ہے- انہیں دیکھنا اسے اپنی ماں کی یاد دلاتا ہے جنھوں نے اسے وہ چیزیں دی تھیں-

الفاظ یا تصاویر استعمال کرتے ہوئے اپنی چیز کی وضاحت کریں-