



## Supporting People with Swallowing Difficulties

ENGLISH

I suffer from swallowing difficulties. As a result of this, it can be difficult for me to eat and drink.

To make my meal with you easier and more enjoyable, the following simple adjustments would help me.

After I have chosen a meal from your menu, I may ask:

For a smaller portion
For a jug of extra sauce or gravy to make the meal less dry
For some parts of the meal to be omitted or changed
For a child's meal or to share a meal
For there to be a large jug of tap water on the table and for it to be refilled as requested
For my food to be cooked for longer so that it is softer
For my food to be blended

I do hope that you will be able to make the adjustments I need to help me to enjoy my meal. Thank you!

*Note to holder: If you require more personalised detail to show to a restaurant, please use this sheet as an introduction. A basic translation of your more detailed needs can be made using 'Google Translate'.*



## Pagalba žmonems turintiems sunkumų nuryti maistą/gėrimus LIETUVIŲ KALBA (LITHUANIAN)

Man sunku nuryti, dėl to man gali būti sunku valgyti ir gerti.

Tam, kad galėčiau lengviau mėgautis maistu, šie maži pakeitimai man labai padėtų.

Kai išsirinksiu savo maistą iš jūsų meniu, gal galėčiau paprašyti:

Mažesnės porcijos
Papildomo šotėlio padažo tam, kad užtikrinčiau, jog maistas nėra per daug sausas
Kai kurias patiekalo dalis praleisti ar pakeisti
Vaikiško patiekalo, ar maisto pasidalinimui
Didelio šotėlio stalo vandens ir kad jis būtų papildomas pagal poreikį
Mano maistą virti / kepti ilgiau, kad jis būtų minkštesnis
Mano maistą sutrinti maisto smulkintuvu

Aš tikiuosi, kad jūs galėsite atlikti šiuos pakeitimus tam, kad galėčiau lengviau mėgautis savo maistu. Ačiū!

*Pastaba: Jei jums reikia kitokios paslaugos ar pagalbos, prašome naudoti šį lankstinuką kaip gidą. Paprastas informacijos vertimas jūsų turimam poreikiui gali būti atliktas naudojant „Google Translate“ programėlę.*

Many thanks to our wonderful volunteers across the world for giving their time to translate this document to help dysphagia sufferers.

Produced by The Swallows Head & Neck Cancer Charity, Blackpool, UK – [www.theswallows.org.uk](http://www.theswallows.org.uk)