

مراقبت در لیدز

راهنمایی سریع در ارتباط با برای خدمات برای مراقبت کنندگان

آیا شما از یک دوست، خویشاوند یا همسایه در خانه مراقبت می کنید؟
راه هائی وجود دارد که ما می توانیم به شما کمک نمائیم



www.leeds.gov.uk/caringinleeds

مراقبت در لیدز

سرشماری سال ۲۰۰۱ نشان دهنده این است که بیش از ۷۰,۰۰۰ مراقب در لیدز کمک نموده تا fi بزرگسالان یا کودکان در خانه کمک نمایند که آنها خویشاوند، همسایه یا دوست می باشند. مراقبین اغلب به قیمت بهزیستی جسمی یا روحی خود سهم بزرگی را در کیفیت زندگی شخصی را که مراقبت از او را بعهده دارند، ایفا می نمایند.

این جزوه به شما برون نمائی از خدماتی را که برای حمایت از مراقبین در دسترس می باشد ارائه می دهد. جزئیات بیشتر را در دفتر راهنمای *گزینه ها برای مراقبین*، و وب سایت ما به آدرس www.leeds.gov.uk/caringinleeds می توان پیدا نمود.

آیا شما یک مراقب می باشید؟

شما ممکن است نیاز به کمک داشته باشید اگر بصورت مداوم از شخصی مراقبت کرده یا به او کمک می نمائید که او دارای یک بیماری دراز مدت، معلولیت بوده و یک فرد مسن یا آسیب پذیر میباشد، یا او مشکلات سوء استفاده از مواد مخدر را دارد.

انواع زیادی از کمک های مختلف از طریق سازمان های متفاوت در دسترس می باشد. هر چند، هر کمکی که شما از هر سازمانی دریافت دارید، بستگی به شرایط تندرستی و سن شخصی دارد که شما به او کمک می نمائید.

ارزیابی مراقبین

خدمات مراقبت اجتماعی میتواند نیازمندی های شما را بعنوان یک مراقب ارزیابی کرده تا در نتیجه ایشان بتوانند به شما کمک کرده تا خدماتی را که به آنها نیاز دارید دریافت نمائید. این مهم نیست که شخصی که شما به او کمک می نمائید از خدمات مراقبت اجتماعی استفاده نماید یا ننماید برای درخواست ارزیابی با شماره تلفن های زیر تماس بگیرید:

مرکز تلفن: ۰۱۱۳ ۲۲۲ ۴۴۰۱ مراقبین بزرگسالان
۰۱۱۳ ۲۲۲ ۴۴۰۳ مراقبین اطفال

ایشان جزئیات شما را به اداره صحیح رد خواهند کرد. مراقبین افرادی که از خدمات بهداشت روانی استفاده می نمایند همچنین میتوانند یک ارزیابی نیازمندی های مراقبین را با صحبت با افراد حرفه ای خدمات بهداشت روانی که دست اندرکار فردی که از او مراقبت می نمایند، دریافت دارند.

راهنمای سریع در ارتباط با خدمات برای مراقبین

اطلاعات، کمک، حمایت، و راهنمایی برای مراقبین

- انجمن آلزایمر لیدز (Alzheimer's Society Leeds) ☎ ۰۱۱۳ ۲۳۱ ۱۷۲۷
اطلاعات، راهنمایی و گروه کمک برای مراقبین از افرادی که دارای زوال عقلی / آلزایمر در هر سنی می باشند.
- مراقبین لیدز (Carers Leeds) ☎ ۰۱۱۳ ۲۴۶ ۸۳۳۸ – مشاوره، اطلاعات، کمک های مالی، مراقبت اجتماعی، دوره های آموزشی، حمایت از جانب مراقبین دیگر.
پست الکترونیکی: info@carersleeds.org.uk
- مراقبین اتحادیه پادشاهی بریتانیا و ایرلند شمالی • لیدز (Carers UK • Leeds) ☎ ۰۱۱۳ ۲۷۵ ۴۷۱۸
- خط تلفن کمکی ملی ☎ ۰۸۰۸ ۸۰۸ ۷۷۷۷
- خدمات حمایت از مراقبین مسن ☎ ۰۳۷۷ ۰۲۷۲ ۰۱۱۳
خدمات حمایتی برای افراد بالای ۶۵ سال که از بزرگسالانی مراقبت می کنند که دارای مشکلات فراگیری می باشند.
- خدمات حمایت از مراقبین بهداشت روانی (Mental Health Carer's Support Service) ☎ ۰۱۱۳ ۲۹۵ ۴۴۴۴
خدمات حمایتی برای مراقبینی که از فردی که دارای مشکلات بهداشت روانی بغیر از زوال عقلی میباشد، مراقبت می نمایند.

راهنمایی ها در ارتباط با مسائل مالی و دیگر مسائل

- مراقبین لیدز (Carers Leeds) ☎ ۰۱۱۳ ۲۴۶ ۸۳۳۸
- دفتر مشاوره همشهریان (Citizens Advice Bureau) ☎ ۰۸۷۰۱ ۲۰۲۴۵۰
و ادارات محلی
- واحد حقوق بهزیستی شورای شهر لیدز (Leeds City Council Welfare Rights Unit) ☎ ۰۱۱۳ ۲۱۴ ۹۰۰۶

برنامه زیری برای موارد اضطراری خود

طرح برنامه ریزی اضطراری مراقبین – کمک در صورتیکه فرد مراقب بیمار گردد

- کلیمار (Claimar) ☎ ۰۸۴۵ ۰۲۶ ۸۹۲۳ . شما می باید برای استفاده از این طرح از قبل ثبت نام کرده باشید.

استراحت های کوتاه و سایر استراحت های وقفه ای

- از مراقبت اجتماعی بزرگسالان بعد از ارزیابی
- جایگزینی فامیلی – خدمات تماس اجتماعی
- طرح های مراقبت های چند ساعتی در خانه
- در منطقه لیدز جنوبی ☎ ۰۱۱۳ ۲۷۴ ۱۹۰۰
- در منطقه لیدز شرقی ☎ ۰۱۱۳ ۲۲۳ ۷۳۲۱
- در منطقه شمال شرق لیدز ☎ ۰۱۱۳ ۲۶۸ ۴۲۱۱
- در منطقه شمال غربی لیدز ☎ ۰۱۱۳ ۲۴۰ ۴۱۶۴
- در منطقه لیدز غربی ☎ ۰۱۱۳ ۲۴۰ ۴۱۶۴

فعالیت های روزانه برای فردی که از او مراقبت می گردد

- مراقبت روزانه برای افراد مسن تر با معلولیت های جسمی – مراقبت اجتماعی
- خدمات روزانه بهداشت روانی – شورای شهر لیدز یا تراست بنیاد مشارکت
- کمک های روزانه برای دسترسی به تسهیلات و فعالیت های اجتماعی

کمک در خانه

- کمک اجتماعی در خانه
- وسائل زنگ خطر برای اینکه افراد در خانه خود بصورت ایمن زندگی نمایند
- مراقبت پرستاری در خانه، فیزیوتراپی، کایروپودی و غیره. – با دکتر عمومی خود تماس بگیرید

راهنمایی سریع در ارتباط با خدمات برای مراقبین

مراقبین جوان

پروژه ویلوز (Willows Project) ☎ ۰۸۳۶۸ ۲۴۰ ۰۱۱۳ میتواند به یک نوجوان (و خانواده های ایشان) که شرایط مراقبت بر روی آنها تأثیر گذاشته است، کمک نماید تا ایشان بتوانند مشکلات را تحمل کرده و بتوانند کمی تفریح کنند.

کمک در شرایط اضطراری

- تماس مستقیم با خدمات بهداشتی درمانی ملی (NHS Direct) ☎ ۰۸۴۵ ۴۶۴۷ - برای راهنمایی پزشکی
- طرح برنامه ریزی اضطراری برای مراقبین (می بایست از قبل ثبت نام شده باشد) ☎ ۰۸۴۵ ۰۲۶ ۸۹۲۳
- خدمات اضطراری ☎ ۹۹۹
- دکتر عمومی شما
- ساماریتنز ☎ ۰۳۴۵ ۹۰۹۰۹۰/۰۱۱۳ ۲۴۵ ۶۷۸۹ - یک گوش شنوا
- مراقبین لیدز ☎ ۰۸۳۳۸ ۲۴۶ ۰۱۱۳ - حمایت و راهنمایی
- خدمات مراقبت اجتماعی کشیک برای مراقبین ☎ ۰۹۵۳۶ ۲۴۰ ۰۱۱۳ (تلفن خارج از ساعات اداری)

مراقبت در لیدز

دو جزوه دیگر از این سری وجود دارد

وقتی برای استراحت داشته باشید

ارزیابی برای مراقبین

این جزوه ها با چاپ درشت، الفبای نابینایان (بریل)، و در نوارهای صوتی و همچنین به زبان های زیر در دسترس می باشد:

بنگالی، کنتونیز، پنجابی و اردو

همچنین یک راهنما در باره خدمات برای مراقبین لیدز بنام "گزینه ها برای مراقبین" وجود دارد.

برای دریافت نسخه هائی از در باره هر یک از موارد بالا، لطفاً به شماره ☎ ۰۱۱۳ ۲۴۷ ۸۶۲۹ تلفن نمائید

خدمات برای بحران بهداشت روانی

- مرکز بحران (The Crisis Centre) ☎ ۰۱۱۳ ۲۷۵ ۵۸۹۸
- خط تلفن کمک برای برقراری ارتباط برای مراقبین ☎ ۰۸۰۸ ۸۰۰ ۱۲۱۲
از ساعت ۶ بعد از ظهر تا ۱۰:۵۰ بعد از ظهر
- سین لاین (Saneline) ☎ ۰۸۴۵۷ ۶۷۸۰۰۰ از ساعت ۱۲ تا ۲ بعد از ظهر
- مددکار بهداشتی خود شما