

લીડ્સમાં સંભાળ રાખવી

સંભાળકર્તાઓ માટે સેવાઓની ત્વરિત માર્ગદર્શિકા

શું તમે ઘરમાં કોઈ મિત્ર, સંબંધી કે પાડોશીની
સંભાળ રાખવામાં મદદ કરો છો ?

એવી ઘણી રીતો છે કે જેથી અમે તમને મદદ કરી શકીએ

www.leeds.gov.uk/caringinleeds

2001ની વસ્તી ગણતરીમાં જોવા મળ્યું છે કે લીડ્સમાં સંબંધી, પાડોશી અથવા મિત્ર હોય તેવા પુખ્ત કે બાળકને ઘરમાં આધાર આપવામાં મદદ કરનારા 70,000થી વધુ સંભાળકર્તા છે. સંભાળકર્તાઓ જે વ્યક્તિની સંભાળ રાખતા હોય તેના જીવનની ગુણવત્તામાં મોટું પ્રદાન આપતા હોય છે, ઘણી વાર તેમની પોતાની માનસિક કે શારીરિક તંદુરસ્તીના ભોગે.

આ પત્રિકા સંભાળકર્તાઓને આધાર આપવા માટે ઉપલબ્ધ સેવાઓની રૂપરેખા આપે છે. વધુ વિગતો *સંભાળકર્તાઓ માટે પસંદગીઓ (ચોઇસીસ ફોર કેરર્સ)* નિર્દેશિકામાં આપેલ છે, અને અમારી વેબસાઇટ www.leeds.gov.uk/caringinleeds પરથી મળી શકે છે.

તમે સંભાળકર્તા છો ?

જો તમે લાંબા ગાળાની માંદગી, અસમર્થતા ધરાવતા હોય તેવી, મોટી ઉંમરની કે નબળી, અથવા પદાર્થ દુરુપયોગની સમસ્યા હોય તેવી, વ્યક્તિને ગણનાપાત્ર અને નિયમિત સંભાળ પૂરી પાડતા હો તો, તમને થોડી મદદની જરૂર પડી શકે છે.

વિવિધ સંસ્થાઓ તરફથી જુદા જુદા પ્રકારની મદદ ઉપલબ્ધ છે. જોકે તમને કઈ સંસ્થા પાસેથી આધાર મળે તે ઘણી વાર તમે જેને મદદ કરી રહ્યા હો તે વ્યક્તિની સ્વાસ્થ્ય સ્થિતિ અને ઉંમર પર આધારિત હોય છે.

સંભાળકર્તાનું મૂલ્યાંકન

સામાજિક સંભાળ સેવાઓ [સોશિયલ કેર સર્વિસીસ] એક સંભાળકર્તા તરીકે તમારી જરૂરિયાતોનું મૂલ્યાંકન કરી શકે છે જેથી તમને જરૂર હોય તેવી સેવાઓ મેળવવામાં તેઓ તમને મદદરૂપ બની શકે. તમે જેને મદદ કરી રહ્યા હો તે વ્યક્તિ સામાજિક સંભાળ સેવાઓની સેવાનો ઉપયોગ કરી રહી હોય કે ન કરી રહી હોય તે મહત્વનું નથી. મૂલ્યાંકનની માંગ કરવા માટે કૉલ કરો :

ટેલિફોન કેન્દ્ર :

☎ 0113 222 4401 પુખ્તોના સંભાળકર્તા

☎ 0113 222 4003 બાળકોના સંભાળકર્તા

તેઓ તમારી વિગતો યોગ્ય કાર્યાલયમાં આપશે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય સેવાઓનો ઉપયોગ કરનારા લોકોના સંભાળકર્તા ઓ તેઓ જેની સંભાળ રાખતા હોય તેની સાથે સંકળાયેલા માનસિક સ્વાસ્થ્ય સેવા વ્યવસાયી સાથે વાત કરીને પણ સંભાળકર્તાની જરૂરિયાતોનું મૂલ્યાંકન મેળવી શકે છે.

લીડ્સમાં સંભાળ રાખવી

સંભાળકર્તાઓ માટે માહિતી, આધાર, હિમાયત અને સલાહ

- આલ્કાઇમર્સ સોસાયટી લીડ્સ ☎ 0113 231 1727 – કોઈપણ ઉંમરના, સ્મૃતિલોપ/આલ્કાઇમર્સથી પીડાતા લોકો માટે માહિતી, સલાહ અને આધાર
- કેરર્સ લીડ્સ ☎ 0113 246 8338 – અન્ય સંભાળકર્તાઓ પાસેથી સલાહ, માહિતી, નાણાંકીય સહાય, સામાજિક પ્રસંગો, અભ્યાસક્રમો, આધાર. ઈમેલ info@carersleeds.org.uk
- કેરર્સ UK • લીડ્સ ☎ 0113 275 4718
- રાષ્ટ્રીય હેલ્પલાઇન ☎ 0808 808 7777
- વૃદ્ધ સંભાળકર્તાઓની આધાર સેવા [ઓલ્ડર કેરર્સ સપોર્ટ સર્વિસ] ☎ 0113 272 0377 – શીખવાની અસમર્થતા ધરાવતા પુખ્તને સંભાળ પૂરી પાડનારા, 65થી વધુ વયના લોકો માટેની આધાર સેવા.
- માનસિક સ્વાસ્થ્ય સંભાળકર્તાની આધાર સેવા [મેન્ટલ હેલ્થ કેરર્સ સપોર્ટ સર્વિસ] ☎ 0113 295 4444
- સ્મૃતિલોપ સિવાયની માનસિક સ્વાસ્થ્ય સમસ્યા ધરાવતી વ્યક્તિને આધાર આપનારા સંભાળકર્તાઓ માટેની આધાર સેવા.

નાણાંકીય અને અન્ય સલાહ

- કેરર્સ લીડ્સ ☎ 0113 246 8338
- નાગરિક સલાહ કાર્યાલય [સિટિઝન્સ એડવાઇસ બ્યૂરો] ☎ 08701 202450 અને સ્થાનિક કાર્યાલયો
- લીડ્સ શહેર પરિષદનો કલ્યાણ અધિકાર એકમ [લીડ્સ સિટી કાઉન્સિલ વેલ્ફેર રાઇટ્સ યુનિટ] ☎ 0113 214 9006

તમારી કટોકટીઓ માટે આયોજન કરવું

સંભાળકર્તાઓની કટોકટી યોજના સ્કીમ [કેરર્સ ઇમરજન્સી પ્લાન સ્કીમ] - સંભાળકર્તા માંદા પડે તેવા કિસ્સામાં મદદ - કલેઇમર ☎ 0845 026 8923. આ સ્કીમનો ઉપયોગ કરવા માટે તમારે પૂર્વ નોંધણી કરાવી પડે.

સંભાળકર્તાઓ માટે સેવાઓની ત્વરિત માર્ગદર્શિકા

ટૂંકા વિરામો અને અન્ય રાહત વિરામો

- પુખ્ત સામાજિક સંભાળ [એડલ્ટ સોશિયલ કેર] પાસેથી મૂલ્યાંકન બાદની સામાજિક સેવાઓ
- ફેમિલી પ્લેસમેન્ટ – સામાજિક સેવાઓનો સંપર્ક કરો
- ઘરમાં આધારિત સિટર સ્કીમ્સ
- દક્ષિણ લીડ્સ વિસ્તાર ☎ 0113 274 1900
- પૂર્વ લીડ્સ વિસ્તાર ☎ 0113 223 7321
- ઉત્તર પૂર્વ લીડ્સ વિસ્તાર ☎ 0113 268 4211
- ઉત્તર પશ્ચિમ લીડ્સ વિસ્તાર ☎ 0113 240 4164
- પશ્ચિમ લીડ્સ વિસ્તાર ☎ 0113 240 4164

જેની સંભાળ રખાતી હોય તે વ્યક્તિ માટે દિવસના સમયની પ્રવૃત્તિઓ

- શરીરિક અસમર્થતાઓ ધરાવતા વૃદ્ધ લોકો માટે દિવસની સંભાળ - સોશિયલ કેર (સામાજિક સંભાળ)
- માનસિક સ્વાસ્થ્યને લગતી દિવસની સેવાઓ [મેન્ટલ હેલ્થ ડે સર્વિસીસ] - લીડ્સ સિટી કાઉન્સિલ અથવા પાર્ટ નરશિપ ફાઉન્ડેશન ટ્રસ્ટ
- સામુદાયિક સગવડો અને પ્રવૃત્તિઓમાં પ્રવેશ મેળવવા માટે દિવસના સમયનો આધાર

ઘરમાં મદદ

- ઘરમાં સામુદાયિક આધાર
- લોકોને ઘરમાં સુરક્ષિત રાખવા માટેના ટેલિકૉર સાધનો
- ઘરમાં નર્સિંગ સેવાઓ, ફિઝિયોથેરાપી, હાથ-પગની સંભાળ વિગેરે - તમારા GP (ડૉક્ટર)નો સંપર્ક કરો

સંભાળકર્તાઓ માટે સેવાઓની ત્વરિત માર્ગદર્શિકા

યુવાન સંભાળકર્તાઓ

- ધી વિલોસ પ્રોજેક્ટ ☎ 0113 240 8368 એ સંભાળની પરિસ્થિતિથી પ્રભાવિત હોય તેવી યુવાન વ્યક્તિ (અને તેના કુટુંબ)ને સમસ્યાઓનો સામનો કરવામાં અને પોતાને માટે થોડી મોજમસ્તી મેળવવામાં મદદ કરી શકે છે.

સંકટ અથવા કટોકટીમાં મદદ

- NHS ડાયરેક્ટ ☎ 0845 4647 - તબીબી સલાહ માટે
- સંભાળકર્તાઓની કટોકટી પ્લાન યોજના [કૉરસ ઇમરજન્સી પ્લાન સ્કીમ] (પૂર્વ નોંધણી કરાવી પડે) ☎ 0845 026 8923
- કટોકટીની સેવાઓ [ઇમર્જન્સી સર્વિસીસ] ☎ 999
- તમારા GP
- ધી સેમરિટન્સ ☎ 0113 245 6789/0345 909090 – તમારી વાત સાંભળનારા
- કૉરસ લીડ્સ ☎ 0113 246 8338 – સલાહ અને આધાર
- કટોકટીની ફરજને લગતી સામાજિક સંભાળ સેવાઓ [ઇમર્જન્સી ડ્યુટી સોશિયલ કૉર સર્વિસીસ] ☎ 0113 240 9536 (કામકાજના સમય પછીનો ટેલિફોન નંબર)

લીડ્સમાં સંભાળ રાખવી

આ શ્રેણીમાં 2 અન્ય પત્રિકાઓ છે :

વિરામ લેવો

સંભાળકર્તાઓ માટે મૂલ્યાંકનો

આ પત્રિકાઓ મોટા અક્ષરોમાં, બ્રેઇલમાં અને ઑડિયો ટેપ પર તેમજ નીચેની ભાષાઓમાં ઉપલબ્ધ છે :

બંગાળી, કૉન્ટોનીઝ, પંજાબી અને ઉર્દૂ.

લીડ્સમાં સંભાળકર્તાઓ માટેની સેવાઓ વિશે એક નિર્દેશિકા પણ ઉપલબ્ધ છે : 'સંભાળકર્તાઓ માટે પસંદગીઓ (ચાઇસીસ ફૉર કૉરસ)'

ઉપરની કોઈપણ પત્રિકા કે નિર્દેશિકાની નકલો મેળવવા માટે, કૃપા કરી ☎ 0113 247 8629 પર ટેલિફોન કરો

માનસિક સ્વાસ્થ્યને લગતી સંકટ સેવાઓ

સંકટ કેન્દ્ર [ધી ક્રાઇસીસ સેન્ટર] ☎ 0113 275 5898

કનેક્ટ કૉરસ હેલ્પલાઇન ☎ 0808 800 1212 સાંજના 6 વાગ્યાથી રાતના 10.30 વાગ્યા સુધી

સેનલાઇન ☎ 08457 678000 બપોરના 12 વાગ્યાથી 2 વાગ્યા સુધી

તમારા પોતાના મુખ્ય સ્વાસ્થ્ય કાર્યકર્તા (હેલ્થ કીવર્કર)

લીડ્સ સિટી કાઉન્સિલ દ્વારા પ્રકાશિત ઓક્ટોબર 2009