

VOCAL Carers News Issue 65

Styczeń 2017



Drodzy opiekunowie,

"Whatever the weather, we weather it together." ("Cokolwiek się wydarzy, przejdziemy przez to razem")

Opiekunowie i ich rodziny rozpoczną nowy, 2017 rok zastanawiając się, co może on dla nich przynieść. Tu w VOCAL mamy nadzieję, że będziemy mogli służyć pomocą i wsparciem kiedy tylko będą one potrzebne. Rok 2016 zakończył się dla nas dobrymi nowinami, została nam przyznana nagroda Level II PQASSO Quality Award, bez konieczności poprawy żadnej z naszych usług.

Jednakże, podczas procesu samooceny naszych warunków oraz indywidualnej inspekcji zidentyfikowaliśmy obszary, które możemy jeszcze bardziej ulepszyć. Jesteśmy zdeterminowani aby osiągnąć ten cel.

Rok 2017 wiąże się z niepewnością: w usługach Council i NHS na terenie Szkocji wystąpią cięcia, lokalne wybory rządowe w maju, nieznane efekty Brexitu i wiele więcej. Niezależnie od tego, co jest przed nami, zaczynamy nowy rok ambitnymi postanowieniami:

- VOCAL skoncentruje się na nowej inicjatywie rozwoju projektu krótkich przerw (short breaks) dla opiekunów. 19go stycznia, razem z Shared Care Scotland i innymi agencjami,

będziemy gospodarzem seminarium na temat tego, jak możemy ukształtować nowe partnerstwa w celu ulepszenia „Odpoczynku” dla opiekunów.

- Zdobycie funduszy na nowe inicjatywy będzie ogromnym wyzwaniem.

Witamy Francesca Greaves, obejmującą funkcję Partnership Development Officer do zbierania funduszy w korporacjach i społeczeństwie, która pomoże nam w tym zadaniu. Chcemy również wzmocnić nasz zarząd i zwrócić się bezpośrednio do opiekunów i byłych opiekunów, którzy mogą mieć zdolności i doświadczenie do tego, aby pomóc nam w zarządzaniu naszymi usługami w Midlothian. Jest wielu mistrzowskich opiekunów, którzy myślą i planują strategicznie, którzy są ekspertami w zarządzaniu personelem i finansami oraz którzy wnoszą cenne doświadczenie w kreowaniu spółek dzięki pracy w wolontariacie lub poprzedniemu zatrudnieniu. Ogłaszamy obecnie wiele miejsc pracy w zarządzie i mamy nadzieję znaleźć nowych pracowników, którzy dołączą do wspaniałego zespołu VOCAL.

Z niecierpliwością oczekujemy spotkania z potencjalnymi kandydatami podczas wydarzenia w marcu – więcej informacji na stronie internetowej VOCAL (www.vocal.org.uk/vacancies).

Z najlepszymi życzeniami na rok 2017,

M. Bennett

Margaret Bennett, Vice Convener

(na zdjęciu z certyfikatem PQASSO)

Książka pomaga opiekunce Pat odnaleźć jej własny głos

Zawał męża Pat Clark w 2008 roku drastycznie zmienił życie pary. Pomimo jej intensywnej roli opiekuna, przy pomocy VOCAL Pat zdała sobie sprawę z tego, że może ona żyć własnym życiem i tak zaczęła się jej podróż – zbieranie informacji i napisanie własnej książki o szkockim artyście, Charles H Mackie.



„Tak jak dla wielu opiekunów, ta podróż nie była tą planowaną na nasze lata emerytury” mówi Pat. „VOCAL podarował mi linię życia podczas tego bolesnego czasu i przez wiele lat. Obie podróże się zakończyły, ale mój dług u VOCAL jest nie do oszacowania. Ta książka jest wyznaniem o pomocy i dodawaniu odwagi”.

Ukończenie ***People, Places and Piazzas: The Life & Art of Charles H. Mackie*** zajęło Pat siedem lat i jest obecnie dostępne w sprzedaży w księgarniach niezależnych i online.

VOCAL w mieście

W zespole VOCAL jest wielu pracowników do wsparcia opiekunów, którzy są zlokalizowani na terenie Edynburga - nie tylko w naszym centrum - i którzy oferują szeroki zakres wsparcia dla opiekunów:

South Queensferry – pracująca w Haven, pracownik wsparcia Gillian Smith bierze udział w prowadzeniu wydarzeń społecznych i szkoleń, a także wspieraniu opiekunów indywidualnie.

North Edinburgh – Bill McLaren pracuje obecnie przez dwa dni w tygodniu w centrum pracy socjalnej w West Pilton Gardens, gdzie zajmuje się budowaniem współpracy z tamtejszym zespołem ds. zdrowia i opieki społecznej. Opiekunowie mogą tam uzyskać dostęp do indywidualnego wsparcia, szkoleń na temat praw opieki społecznej oraz darmowych kursów.

South West Edinburgh – Pracownice Lisa Rice i Emma Pattinson (na zdjęciu powyżej) zapewniają darmowe, poufne wsparcie indywidualne dla opiekunów w Healthy Living Centre w Westerhailes, a także cotygodniowe grupy wsparcia dla opiekunów w Pentland Community Centre



gdzie opiekunowie mogą się spotkać i podzielić doświadczeniami.

South Edinburgh – Hazel Waddell wspiera opiekunów w Libertus przez cztery dni w tygodniu.

Oprócz indywidualnego wsparcia, opiekunowie mają dostęp do regularnych szkoleń a także warsztatów na temat pełnomocnictwa i benefitów.

Edinburgh Recovery Hubs – Zespół VOCAL Family Support Addictions organizuje regularne sesje wsparcia dla opiekunów w czterech centrach w Edynburgu: w Leith, Muirhouse, Wester Hailes i Craigmillar – więcej szczegółów na stronie internetowej VOCAL www.vocal.org.uk/addictions lub pod numerem telefonu **0131 622 6262**.

Zastrzyk energii dla usługi doradztwa psychologicznego w VOCAL

Z radością oznajmiamy, że Queensberry House Trust (QHT) przyznał VOCAL kolejne dwa lata dostarczania funduszy w celu zapewnienia usługi doradztwa dla opiekunów osób cierpiących na demencję.

Pozwoli nam to zaoferować przynajmniej 700 sesji terapeutycznych, prowadzonych przez wykwalifikowanych psychologów do kwietnia 2019 roku. Aby skontaktować się z usługą doradztwa psychologicznego zadzwoń pod numer **0131 466 8082** lub porozmawiaj ze swoim pracownikiem wsparcia dla opiekunów z VOCAL.

Rozwijamy szkolenia dla opiekunów w Edynburgu!

VOCAL z przyjemnością wita Rebeccę Caulfield po powrocie z urlopu macierzyńskiego i przedstawia jej nową rolę koordynatorki szkoleń dla opiekunów.

Rebecca mówi: „Z niecierpliwością oczekuję spotkań z opiekunami podczas kursów oraz wydarzeń w 2017 roku. Oprócz naszych regularnych sesji takich jak wstęp do opieki, zrozumienie demencji i radzenie sobie ze stresem, planowane są nowe, ekscytujące wydarzenia. Możecie oczekiwać programu „New Year, New You”, który pojawi się pod koniec stycznia, a także „Podcast workshops”, który nauczy opiekunów, jak uzyskać dostęp do książek przez podcast i później wyrazić o nich opinię w grupie.”



Te darmowe kursy i wydarzenia będą odbywały się przez cały rok, włącznie z zajęciami wieczornymi i w weekendy, tak aby skorzystać z nich mogła jak największa liczba opiekunów. Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź stronę **www.carerstraining.co.uk** lub zadzwoń do Rebeci pod numer **0131 662 6666**.

Opiekunowie z Midlothian – pomożemy wam znaleźć czas dla siebie!

W byciu opiekunem istotne jest znalezienie czasu na przerwę od tej roli co pozwoli na utrzymanie dobrego zdrowia i samopoczucia. W VOCAL pomożemy ci wziąć przerwę – kilkugodzinną, dzienną, tygodniową, indywidualną lub z osobą, którą się opiekujesz – jakkolwiek będzie dla ciebie najlepsza!

Respitality jeste pomysłem zrealizowanym przez Shared Care Scotland, który został gorąco przyjęty w VOCAL we współpracy z przemysłem turystycznym, który „podarowuje” doświadczenia i przerwy opiekunom – włącznie ze spa, wycieczkami do teatru i wypoczynkiem w domkach letniskowych.

Po skorzystaniu z przerwy Respitality w Pittenweem w domkach letniskowych Fife, jeden z opiekunów powiedział: *„Czas spędzony w Pittenweem był wspaniały, przerwa pojawiła się w doskonałym momencie – uratowała mi życie! Niesamowicie pomogła ona w moich relacjach z siostrą i bardzo nas zbliżyła.”*

Więcej informacji na temat Respitality i uzyskaniu przerwy od roli opiekuna pod numerem VOCAL Midlothian 0131 663 6869.

Francesca zamierza wnieść zbieranie funduszy dla VOCAL na nowy poziom!

VOCAL z radością wita Francescę Greaves, nową Partnership Development Officer, w naszym zespole. Francesca będzie pracowała nad rozwojem nowych możliwości współpracy do zbierania funduszy w społeczeństwie i korporacjach. Osiągnięcie tego celu obejmie wszystko od wydarzeń ze zbiórką funduszy po tytuł organizacji charytatywnej roku – przyglądajcie się tej sprawie!



Chętnie poznamy nowe pomysły na zbiórkę funduszy, prosimy o kontakt z Francescą: fundraising@vocal.org.uk lub **0131 622 6666**.

Weź udział w wyzwaniu Rotary Forth Rail Bridge Abseil w 2017



Aby rozpocząć rok 2017 z przypływem, VOCAL poszukuje dzielnych osób do wzięcia udziału w Rotary Forth Rail Bridge Abseil w niedzielę 28 maja 2017. Zarejestrować można się od 1 stycznia i liczba miejsc jest ograniczona, więc nie zwlekaj jeśli chcesz uczestniczyć – szczegóły na stronie VOCAL: www.vocal.org.uk/abseil17

Aktualizacja na temat konsultacji o zasiłkach socjalnych

VOCAL był gospodarzem trzech grup konsultacyjnych w odpowiedzi na konsultacje na terenie Szkocji Scotland Social Security w zeszłym roku. Dziękujemy wszystkim opiekunom, którzy wzięli

udział. Opiekunowie stanowczo stwierdzili, że pełnią oni cenną rolę w życiu tych, którymi się opiekują i tym samym oszczędzają znaczne sumy rządowi i opiece socjalnej swoim poświęceniem.

Głównymi zagadnieniami poruszonymi przez opiekunów były:

- Chcą oni podwyższenia dodatku Carers Allowance (CA) tak aby odzwierciedlał on ich wkład w społeczeństwo, a także by nie był on brany pod uwagę przy wyliczaniu innych benefitów jak n.p. dodatek mieszkaniowy czy council tax.
- Wszyscy zgodzili się, że zaprzestanie wypłacania opiekunom CA po osiągnięciu wieku emerytalnego jest niesprawiedliwe i powinno być ponownie rozpatrzone. Wielu z opiekunów już otrzymuje niższą emeryturę ze względu na lata poświęcone opiece.
- Opiekunowie zgodnie twierdzą, że kwota, którą mogą zarobić otrzymując CA (obecnie £110/tydzień) powinna zostać podniesiona, aby umożliwić im pozostanie w zatrudnieniu podczas pełnienia opieki.
- Wielu opiekunów podzieliło się swoim doświadczeniem ubiegania się o benefity zarówno dla siebie jak i osoby, którą się opiekują. Podkreślili oni trudności, z jakimi wiązało się wypełnianie formularzy i chcieliby, aby zostały one uproszczone. Wymóg ciągłego powtarzania oceny sytuacji powinien zostać zniesiony dla osób w stanie przewlekłym z nikłymi szansami na poprawę.

Opiekunowie z chęcią powitają zmiany i mają nadzieję, że nowy system opieki socjalnej w Szkocji przyniesie poprawę dla nich oraz osób, którymi się oni opiekują, a także to, że ich praca zostanie doceniona.



VOCAL (Voice of Carers Across Lothian)
8-13 Johnston Terrace, Edinburgh, EH1 2PW
Tel: 0131 622 6666
Email: centre@vocal.org.uk
Web: www.vocal.org.uk
Facebook: facebook.com/VOCALCarers
Twitter: @EdinburghCarers

VOCAL is a recognised Scottish charity: SC020755
Private limited company (Scotland): SC18305