

### Siedziba Carers' Hub została otwarta!

Drzwi do nowej siedziby VOCAL w Edynburgu zostały otwarte pod adresem 60 Leith Walk; zespół pracowników i wolontariuszy VOCAL jest gotowy powitać opiekunów w nowym budynku. Więcej poniżej.

Oficjalne otwarcie odbędzie się podczas Carers Week (11-17 czerwca), wraz z zaplanowanymi wydarzeniami dla opiekunów, partnerami z oddziału zdrowia i opieki społecznej, dawców oraz zwolenników korporacyjnych.

### Nowe środki do wsparcia dla opiekunów

***Ustawa Carers (Scotland) Act 2016 weszła w życie 1 kwietnia 2018, aby zapewnić opiekunom lepsze i wydajniejsze wsparcie, umożliwiając im kontynuowanie dostarczania opieki w lepszym zdrowiu i ciesząc się życiem poza pełnieniem obowiązków opiekuna.***

Od 1 kwietnia, ustawa zapewnia:

- Nowe prawa dla opiekunów do otrzymania **Adult Carer Support Plan (ACSP)** lub **Young Carers Statement (YCS)**, wyznaczając ich osobiste wydatki, potrzeby i wsparcie do ich spełnienia.
- Obowiązek **zapewnienia wsparcia dla opiekunów** od lokalnych siedzib councilu, bazując na ich potrzebach spełniających lokalne warunki przysługiwania. Będą one również w mocy zapewnienia informacji oraz wsparcia poprzez organizacje lokalne.
- Wymóg dla lokalnych władz councilu dotyczący **utworzenia i utrzymania usługi porad i informacji** dla opiekunów. Muszą one również opublikować i uaktualniać informacje dotyczące usługi krótkich przerw (Short Breaks).
- Obowiązek dla lokalnych siedzib councilu i panelów ds. zdrowia aby „podjąć kroki, które uważają za stosowne” w celu zaangażowania opiekunów i ich przedstawicieli w **planowanie i oszacowanie usług** wspierających opiekunów, włącznie ze sporządzeniem lokalnej strategii dla opiekunów.
- Wymóg dla odpowiedzialnych władz lokalnych, aby rozważyć **wsparcie w postaci przerwy od opieki** oraz zapotrzebowania na regularne przerwy od opieki.
- Obowiązek dla paneli zdrowotnych do udzielania opiekunom informacji i brania pod uwagę ich opinii **przed wypisaniem osoby pod opieką ze szpitala.**

### *Drodzy opiekunowie*

W ciągłym poczuciu niepewności w zakresie dofinansowania, inwestowanie w znaczną rozbudowę jest dużym wyzwaniem a także ryzykiem dla wszystkich organizacji charytatywnych. Po długim przemyśleniu i palnowaniu, VOCAL podjął ten krok.

W kwietniu 2018, w czasie wprowadzenia w życie ustawy Carers (Scotland) Act 2018, otworzyliśmy nowe centrum dla opiekunów Edinburgh Carers' Hub, w o wiele łatwiej dostępnej okolicy miasta,

nie przestając tym samym rozmieszczać naszych pracowników do różnych sektorów i społeczności w mieście.

Motywuując się przyszłymi potrzebami opiekunów, polegając na ogromnych wysiłkach naszych zwolenników, wolontariuszy i załogi, przy wsparciu City of Edinburgh Council i kierowników NHS Lothian oraz bazując na latach skrupulatnego dbania o dom, VOCAL jak dotąd wypełnił wyzwanie po mistrzowsku i otworzył drzwi dla opiekunów z Edynburga w kwietniu 2018.

Bez okazanego wsparcia, VOCAL nie zdołałby:

- Zebrać £150,000 podczas apelu o gruntowny remont
- Zrobić bezpieczny przegląd ton dokumentów zgromadzonych przez ponad 25 lat
- Zorganizować przeprowadzkę i przeniesienie, zachowując przy tym czynne wsparcie telefoniczne dla opiekunów
- Uporządkować nasz ogród, aby odwiedzający 60 Leith Walk czuli się mile widziani oraz
- Osiedlić się w nowej siedzibie tak szybko, jak to zrobiliśmy!

Winni jesteśmy wszystkim naszym darczyńcom, zwolennikom, załodze i wolontariuszom, planującym i prawnikom, budowniczym i technikom, pracownikom fizycznym i sprzątaczym ogromne podziękowanie za to, że urzeczywistnili ten projekt tuż przed naszą 25 rocznicą w 2019 roku.

**VOCAL OGROMNIE WSZYSTKIM DZIĘKUJE!**

### **Obietnica wsparcia dla VOCAL od artystów Fringe**

Muzycy Peter Allen i Paul Machlin uprzejmie zgodzili się przekazać VOCAL zarobki z ich występu „America’s Diversity in Song” podczas Edinburgh Fringe w sierpniu tego roku.

Ich mix amerykańskiej pieśni z 20go wieku, śpiewanej przez Petera Allena, którego „bogaty, głęboki baryton” jest uzupełniony przez „subtelny koloryt” na pianinie Paula Machlin (Portland Press Herald), odzwieczdla szerokie różnicowanie pochodzenia oraz kultur w Ameryce przedstawione przez jej kompozytorów.

**Występ odbędzie się na St Andrew’s i St George’s West, George Street (siedziba 111) w środę 15 sierpnia o godz. 19:30. Bilety dostępne są online na: [tickets.edfringe.com/whats-on/america-s-diversity-in-song](https://tickets.edfringe.com/whats-on/america-s-diversity-in-song), a także w Edinburgh Fringe Ticket Office (0131 226 0000).**

### **Czego spodziewać się po wprowadzeniu Carers Act**

Szkocja podjęła duży krok w celu wzmocnienia praw krajowych opiekunów wprowadzając ustawę Carers (Scotland) Act 2016, która ma za zadanie zapewnić opiekunom lepsze i systematyczne wsparcie. Ale co to oznacza w praktyce i czego opiekunowie z Edynburga mogą się po tej ustawie spodziewać?

## **The Adult carer support plan (ACSP)**

Jedną ze znacznych różnic jest to, że opiekunowie mają prawo skorzystać z oferty – lub ubiegać się – o Adult Carer Support Plan (ACSP) (lub Young Carer Statement (YCS), jeśli podlegają kryteriom przyznania). Każdy z opiekunów może złożyć wniosek, niezależnie od godzin i rodzaju dostarczanej opieki, ani jej regularności.

ACSP rozpoczyna się rozmową w celu przedyskutowania twojej roli opiekuna i tego, co jest dla ciebie ważne. Pomaga ona zaplanować wsparcie, którego możesz potrzebować oraz to, co mogłoby ci ułatwić życie poza rolą opiekuna. Kluczowe zagadnienia są zapisane i jest uzgodniony plan działania.

Opiekunowie potrzebujący pomocy, którzy spełniają warunki przyznania, mają prawo do skorzystania ze wsparcia zapewnionego przez ich władze lokalne. Nawet jeśli wsparcie nie przysługuje opiekunowi formalnie, każdy z nich ma prawo dostępu do informacji oraz pomocy w lokalnych organizacjach takich jak VOCAL.

### **Korzystanie z krótkiej przerwy**

**Jeśli chodzi o krótkie przerwy i usługi wypoczynku, ustawa określa, że władze lokalne muszą opublikować i uaktualniać orzeczenie na temat krótkich przerw – Short Breaks Services Statement. Udzieli to opiekunom informacji na temat tego, jakie wsparcie w odpoczynku od opieki dostępne jest lokalnie i krajowo.**

Mimo tego, że Carers Act uznaje wagę krótkich przerw, władze lokalne nie mają obowiązku ich przyznania. Jednakże, muszą one rozpatrzyć czy opiekun potrzebuje wsparcia w postaci krótkiej przerwy, czy też przerwy od opieki powinny zostać zaplanowane w systemie regularnym.

### **Plan w sytuacji awaryjnej**

**ACSP musi również zawierać informacje o tym, czy opiekun posiada plan w razie sytuacji kryzysowej.**

Jest to dokument na piśmie, dzięki którym ludzie wiedzą jak pomóc osobie pod opieką w nagłym przypadku, gdy ty nie będziesz się mógł nią zająć. Plan awaryjny powinien zawierać szczegóły na temat tego, jakiej opieki udzielasz, a także awaryjne dane kontaktowe, potrzeby zdrowotne oraz preferowane rutynowe zwyczaje.

### **Wypis ze szpitala**

**Zgodnie z Carers Act, lokalne zarządy zdrowia mają obowiązek współpracy z opiekunem (włącznie z młodocianymi opiekunami) przy wypisach ze szpitala w przypadku gdy osoba wypisywana będzie najprawdopodobniej wymagała opieki.**

Zespół pracowników szpitala ma obowiązek uwzględnienia twojej opinii przy planowaniu wypisu. Może się odbyć to podczas rozmowy bezpośredniej lub telefonicznej, aby zaaranżować szczegóły na temat tego kiedy i jak odbędzie się wypis.

Ważnym jest aby zgłosić się do załogi szpitala i przekazać im swoje dane kontaktowe możliwie jak najwcześniej. Potrzebna jest również zgoda osoby pod opieką do przedyskutowania rodzaju jej opieki i planu wypisu.

Bycie w ten sposób zaangażowanym daje ci szansę na podjęcie decyzji i zakomunikowanie tego, na co wyrażasz zgodę i co będziesz w stanie zrobić, oraz na przemyślenie tego, jaki wpływ na twoją rolę będą miały zmiany w opiece. Nawet jeśli nie zajdą żadne zmiany, twoje zdanie jako opiekuna nadal ma prawo być wzięte pod uwagę.

### **Czego mogą się spodziewać opiekunowie z Edynburga...**

**Adult Carer Support Plan i kryteria przysługiwania wsparcia w Edynburgu, pilotowane są w północno-zachodniej części miasta. W kwietniu, zespół do planowania strategii The Edinburgh Carers Strategic Partnership Group zgodził się opublikować detale wszystkich etapów, wymiarów czasu, osób kierujących i partnerów w maju. Więcej szczegółów można uzyskać u Kirsten Adamson z City of Edinburgh Council pod nr tel 0131 469 3215.**

### **Ustawa Carers (Scotland) Act – przydatne linki**

#### **Przewodnik po zmianach**

VOCAL oraz Coalition of Carers opublikował kilka prostych przewodników na temat ustawy, które znaleźć można na stronie VOCAL: [www.vocal.org.uk/carers-act](http://www.vocal.org.uk/carers-act)

Regulamin opiekunów ze Scottish Government

Informacje na temat komponentów Carers (Scotland) Act, włącznie z ustawowym przewodnikiem i kartą opiekunów: [www.gov.scot/Topics/Health/Support-Social-Care/Unpaid-Carers](http://www.gov.scot/Topics/Health/Support-Social-Care/Unpaid-Carers)

Infograf dla młodych opiekunów

Jest to znakomity infograf wykreowany przez naszych partnerów z Young Scot, który wyjaśnia ustawę młodym opiekunom. [www.youngscot.org/information/rights/carers-act/](http://www.youngscot.org/information/rights/carers-act/)

### **Pomóż VOCAL tego lata**

#### **Spacerem lub biegiem do lepszej formy wspierając opiekunów!**

Big Fun Run

Skorzystaj z darmowego miejsca od VOCAL w biegu Big Fun Run 5K w **niedzielę 29 lipca**.

Ten bieg bez limitu czasowego w Holyrood Park jest tylko dla zabawy i przez to idealny do rozpoczęcia przygody z fitnessem. Nie musisz być biegaczem, żeby wziąć udział – możesz iść, dreptać lub skakać do linii mety!

Kiltwalk

Wyznacz sobie wyzwanie dystansu – 6, 13 lub 26 mil podczas spaceru Edinburgh Kiltwalk w **niedzielę 16 września**.

Kiltwalk nie jest wyścigiem, nie ma limitu czasu i jest dostępny dla wszystkich. Jest to świetna okazja do spędzenia czasu z rodziną.

Fundusze zebrane podczas spaceru będą warte 40% więcej dzięki uprzejmości organizacji The Hunter Foundation, która przeznaczy dodatkowe £40 na każde zebrane dla VOCAL £100!

Więcej informacji na temat wszystkich naszych zbiórek pieniędzy oraz jak się zapisać znajduje się na stronie VOCAL [www.vocal.org.uk/events](http://www.vocal.org.uk/events) lub skontaktuj się z Francescą Greaves pod [fundraising@vocal.org.uk](mailto:fundraising@vocal.org.uk) i 0131 622 6666.

### **Nowa menedżer ds doradztwa psychologicznego**

Mamy zaszczyt powitać Angelę Genetti, naszą nową Counselling Service Manager. Angela posiada szerokie doświadczenie pracy z uzależnieniami i z niecierpliwością oczekuje usprawnienia Carer Counselling Service, dając większej ilości opiekunów szansę na odniesienie pozytywnych skutków tego rodzaju wsparcia.

### **Szkolenia i wydarzenia w VOCAL**

Czy wiesz, że VOCAL oferuje ponad 140 darmowych szkoleń i kursów dla opiekunów w ciągu roku?

Zajmujemy się szeregiem kluczowych zagadnień takich jak radzenie sobie ze stresem, kursy dotyczące demencji oraz pierwszej pomocy, ale zobowiązujemy się również dostarczyć opiekunom nowe i przetłomowe kursy i szkolenia.

Tak więc co nowego?

#### **Sen dla rodziców – opiekunów**

Zbadaj wpływ ograniczonej ilości snu i naucz się spać lepiej.

Czwartek, 17 maja 10:30-12.30

#### **Tworzenie planu awaryjnego**

Krótką sesją dla opiekunów, mającą na celu pomóc im utworzyć osobisty plan na wypadek sytuacji awaryjnej.

Piątek, 18 maja 10:30-13:00

### **Ścieżki do zajęć ruchowych i zabaw z dziećmi**

Interaktywna sesja dla rodziców ucząca jak wykorzystać zabawę do ułatwienia wykonywania czynności.

Środa, 6 czerwca 10:30-12:30

### **Stwórz własną mapę życzeń**

Ten kreatywny i zabawny proces pozwoli ci określić, czego chcesz i pokaże jak to osiągnąć.

Poniedziałek, 11-25 czerwca 10:30-13:00 (3 sesje)

### **Zrozumieć Carers' Act**

Dowiedz się więcej na temat ustawy i praw opiekunów.

Piątek, 22 czerwca 10:30-13:00

**Aby zabukować kurs online, odwiedź stronę Carers Events [www.carerstraining.co.uk](http://www.carerstraining.co.uk) lub skontaktuj się z VOCAL pod 0131 622 6666.**

## **O VOCAL**

VOCAL wspiera opiekunów we wszystkich relacjach rodzinnych i związkach, zarówno krewnych, partnerów, przyjaciół, jak i opiekujących się z własnej woli i z obowiązku.

### **Co robimy?**

Opiekunowie mają dostęp do następujących:

- Informacji i porad
- Wsparcia indywidualnego
- Warsztatów prawnych i finansowych
- Szkoleń i zajęć grupowych
- Wydarzeń społecznościowych i wypoczynku
- Family Support (Addictions) – wsparcie w związku z uzależnieniami
- Usługi wsparcia psychologicznego dla opiekunów

### **Skontaktuj się z VOCAL:**

Email: [centre@vocal.org.uk](mailto:centre@vocal.org.uk)

Strona internetowa: [www.vocal.org.uk](http://www.vocal.org.uk)

Twitter: [@EdinburghCarers](https://twitter.com/EdinburghCarers)

Facebook: [www.facebook.com/VOCALCarers](http://www.facebook.com/VOCALCarers)

## **Centrum VOCAL**

### **VOCAL Edinburgh Carers' Hub**

60 Leith Walk

Edinburgh EH6 5HB

Tel: 0131 622 6666

### **VOCAL Midlothian Carer Centre**

30/1 Hardengreen Estate

Dalhousie Road, Dalkeith

EH22 3NX

Tel: 0131 663 6869

### **Dodatkowe usługi:**

Family Support Addictions (FSA) 0131 622 6666

Doradztwo psychologiczne 0131 466 8082

Południowy Edynburg 0131 672 0987

Pół-zach Edynburg 0131 453 9457

*VOCAL jest aktywnym członkiem związku dla opiekunów Coalition of Carers in Scotland i jest stowarzyszony z Carers Scotland, shared Care Scotland oraz Eurocarers.*

