

Грижите ли се за близък човек?

Значи може да сте неплатен



Възприемане като неплатен болногледач

Може би досега не сте наричали себе си болногледач... може би просто правите това. Независимо дали от любов, доброта или от чувство за дълг и отговорност.

Ако помагате на член на семейството си, дете, партньор, роднина или приятел, на каквато и да е възраст, да се справя с дългосрочно заболяване, увреждане, физическо или психическо увреждане или пристрастяване, ако отговорът ви е „да“ – вие сте болногледач.

„Никога не съм се възприемал като болногледач. Тази роля ми беше поверена. Шон е мой партньор и аз просто знаех, че трябва да се грижа за него, ако пострада психически... но това е наистина предизвикателно и стресиращо. VOCAL е мястото, където можем да говорим за това.“

– Виктор



**3 от 5 души
в Обединеното
кралство**

**имат отговорности
за полагане
на грижи
в определен
момент от живота
си**



**VOCAL е създаден
специално за неплатените
болногледачи като вас**

VOCAL (Гласът на болногледачите в Лоудиън) е благотворителна организация, която предоставя помощ и подкрепа на всички в Единбург, които полагат грижи за партньор, член на семейството си или приятел.

Прекарвате ли част от времето си в грижи за някого – партньор, дете, член на семейството, приятел или съсед – който разчита на вашата помощ?



Този човек страда от... ?

Слабост

**Дългосрочно
заболяване или
увреждане**

Физическо увреждане

Психическо увреждане

Допълнителни нужди

**Ако е така,
със сигурност
сте неплатен
болногледач.**

Как можем да ви помогнем

Да бъдеш неплатен болногледач понякога може да бъде трудно и самотно преживяване. Във VOCAL ние сме до вас на всяка стъпка от пътуването ви. Ще ви помогнем с информация и съвети по практически въпроси, ще ви осигурим емоционална и социална подкрепа, както и възможност да си вземете почивка и просто да бъдете себе си.

Индивидуална подкрепа

Научете повече за правата си и за това с какви възможности разполагате като болногледач по време на индивидуална сесия за подкрепа. Ще работим с вас, за да създадем план за подкрепа на болногледач на възрастни за вас, и ще планираме бъдещото развитие. Можете да потърсите подкрепа винаги когато ви е нужна.

Консултации

Животът ви претърпява големи промени, когато станете неплатен болногледач. Ние ще ви помогнем да се справите с емоционалните си проблеми и да се погрижите за психичното си здраве. Нашата услуга за консултации предлага емоционална подкрепа и може да ви помогне да разработите механизми за справяне.

Групи за взаимопомощ

В група за взаимопомощ можете да спделите опита си с други болногледачи, които са в същото положение като вас. Групите за подкрепа провеждат срещи

онлайн и с лично присъствие из целия Единбург.

Грижи за лице, зависимо от наркотици или алкохол

Вие сте член на семейството или приятел на човек, който злоупотребява с наркотици или алкохол? Тази услуга предлага индивидуална и групова подкрепа, както и кратки курсове за обучение.

Помощ за обезщетения и финансово планиране

Нашият екип може да ви помогне със заявленията за социални помощи, за да сте сигурни, че получавате всичко, което ви се полага. Предлага се и помощ

**Близо
1000 души
в Шотландия
стават
неплатени
болногледачи
всеки ден***



*Според проучване, публикувано от Carers Scotland през ноември 2022 г. (статистически анализ на данни от периода от 2010 г. до 2020 г., извършен от Центъра за грижи към университета в Шефилд).

при изготвяне на пълномощни, уреждане на настойничество, завещания и доверителни договори.

Събития, обучение и дейности

Нашата гама от курсове и семинари ще ви помогне да повишите увереността и знанията си по редица въпроси – от грижи за хора с определени заболявания до управление на парите и грижи за собственото ви благосъстояние.

Разгледайте vocal.org.uk/training

Прегледайте търсачката за подкрепа на болногледачи

Лесна за използване онлайн директория на организациите, предлагащи местна подкрепа, информация и съвети за неплатени болногледачи.

Разгледайте supportfinder.vocal.org.uk

Насочване към нашите партньори

След като разберем обстоятелствата и нуждите ви като болногледач, можем да ви насочим към партньорски организации за допълнителна помощ и подкрепа.

Купуване и продажба на оборудване с Treasure Tree

В Treasure Tree, магазинът на нашето социално предприятие

в Ocean Terminal, можете да закупите на достъпни цени използвано оборудване за придвижване и достъп, като например скутери за придвижване, инвалидни колички и столове за повдигане и накланяне. Можете също така да продавате вещи през магазина. Всички събрани средства се разпределят за нашите услуги.

Научете повече на адрес vocal.org.uk/treasure-tree

Почивка

Като неплатен болногледач може би е трудно да намерите време за себе си, за да си починете, да се заредите с енергия и да правите нещата, които ви харесват.

Нашата услуга Wee Breaks може да ви помогне да планирате така необходимата почивка, като предостави заместващи грижи и ви помогне с организацията на пътуването, възможностите за финансиране и други. Разполагаме и с три имота за кратки почивки, които са на разположение на болногледачите за безплатни почивки.

Разгледайте vocal.org.uk/wee-breaks



Какво следва?

Ето какво можете да очаквате,
когато се свържете с нас във
VOCAL.

- 1 Обадете ни се или попълнете нашия онлайн формуляр на адрес vocal.org.uk/referrals или сканирайте QR кода от обратната страна.
- 2 Член на нашия екип ще се свърже с вас, за да обсъдите вашата ситуация относно полагането на грижи.
- 3 След това първоначално обсъждане ще имате достъп до:
 - Редовни консултации и информация
 - Нашата гама от услуги за подкрепа, включително групи, събития, консултации и възможности за финансиране
 - Постоянна индивидуална подкрепа
 - Поддръжка за създаване на план за подкрепа на болногледач на възрастен пациент и план за спешни случаи.



Funded by
Edinburgh Health and
Social Care Partnership



Център за болногледачи VOCAL, Единбург
60 Leith Walk, Единбург, EH6 5HB

Телефон 0808 196 6666

Имейл centre@vocal.org.uk

/VOCALEdinburgh

Шотландска благотворителна организация: SC020755.



HAPPY TO TRANSLATE

MOŻEMY PRZETŁUMACZYĆ আমরাদের সঙ্গে অনুবাদ করব
ترجمہ کے لئے حاضر 很樂意翻譯 يسعدنا توفير الترجمة

vocal.org.uk