হ্যারিংগ্যে-তে কেয়ারারদের যত্ন নেওয়া

বিনা পারিশ্রমিকে যত্নগ্রহণকারীরা - আপনাদের চাহিদাগুলি জরুরী

আমি কি একজন কেয়ারার ?

একজন কেয়ারার বা যত্নগ্রহণকারী হলো এমন কেউ যে এমন কোন আত্মীয়, পার্টনার বা জীবনসাথী, বন্ধু অথবা প্রতিবেশীর দেখাশোনা করছে বা তাকে সহায়তা দিচ্ছে যে কোনরকম প্রতিবন্ধকতা বা অসুস্থতায় আক্রান্ত এবং সাহায্য ছাড়া নিজের বাড়িতে জীবনযাপন করতে পারে না। এই কেয়ারার বিনা পারিশ্রমিকে কাজ করে।

কেয়ারার বা যত্নগ্রহণকারীরা বহু বিভিন্ন পরিবেশ এবং সম্প্রদায়ের লোক হতে পারে। কেয়ারাররা অল্প বয়সী বা বয়স্ক, পুরুষ বা নারী, কর্মরত বা কর্মহীন হতে পারে।

আপনি একা নন

আপনি যদি একজন কেয়ারার বা যত্নগ্রহণকারী হয়ে থাকেন, আপনি একা নন। 'প্রিন্সেস্ রয়্যাল ট্রাস্ট ফর কেয়ারারস্' দ্বারা পরিচালিত সাম্প্রতিক এক জরিপে দেখা গেছে যে বর্তমানে ইউকে বা যুক্তরাজ্যে সাত মিলিয়ন, অর্থাৎ সত্তর লক্ষ কেয়ারার রয়েছে। ২০০১ সালের জনগণনার হিসাব অনুযায়ী, হ্যারিংগ্যে এলাকায় মোটামুটি ১৬,০০০ কেয়ারার আছে।

একজন কেয়ারার হিসাবে আপনার নাম লেখান

কেয়ারারদের স্বীকৃতি ও সহায়তা দেওয়ায় হ্যারিংগ্যে'র অব্যাহত প্রতিশ্রুতির অঙ্গ হিসাবে, আপনি সোশ্যাল সার্ভিসেস্-এর যত্নগ্রহণকারীদের তালিকায় নিজের নাম যোগ করতে পারেন। এর অর্থ হলো যে :

আমরা নিয়মিত ভিত্তিতে আপনার চিন্তাভাবনা ও মতামত জানতে চাইবো।
আপনি বিভিন্ন সময়ে আয়োজিত ড্রপ্-ইন অধিবেশনে যোগ দিয়ে অন্যান্য কেয়ারারদের সঙ্গে মিলিত হতে, তথ্য ও পরামর্শ পেতে, সরকারী অর্থসাহায্যপ্রাপ্ত নানা ধরনের সক্রিয়তা ও সাময়িক ছুটি, অভাব-অভিযোগের প্রতিকার এবং প্রশিক্ষণলাভের সুযোগ, যেমন বাসস্থান বদল ও জিনিষপত্র অন্যত্র সরিয়ে নিয়ে যাওয়া, দৃঢ়ভাবে নিজের মত প্রকাশ করা, মানসিক চাপের মোকাবেলা করা ইত্যাদি সম্পর্কে জনতে পারবেন।

কেয়ারারস্' হ্যান্ডবুক্ বা যত্নগ্রহণকারীদের তথ্যপুস্তিকার কপি আমরা আপনাকে দেবো, যার মধ্যে এই বারা'য় যত্নগ্রহণকারীদের জন্য এবং তাদের যত্নাধীন লোকজনের জন্য বিভিন্ন সেবা ও সহায়তা সম্পর্কে বিস্তারিত তথ্য দেওয়া আছে।

কেয়ারার বা যত্নগ্রহণকারী হিসাবে নিজের যোগ্যতার মূল্যায়ন করানোর অধিকর আপনার আছে

আপনি যদি নিয়মিত ভিত্তিতে কোন লোকের প্রচুর যত্ন নেন, আপনি নিজের অধিকারে আপনার বিভিন্ন চাহিদার মূল্যায়নের অনুরোধ জানাতে পারেন এবং, যেখানে প্রয়োজন, উপযুক্ত সেবাগুলি সরাসরি আপনাকে সরবরাহ করার ব্যবস্থা করতে পারেন।

নতুন 'কেয়ারাস্ অ্যাক্ট'

কেয়ারারস্ (ইক্যুয়াল অপরচুনিটিজ্) অ্যাক্ট বা যত্নগ্রহণকারী (সমান সুযোগ-সুবিধা) আইন, ২০০৪ কেয়ারারদের সামনে আরো বেশী পছন্দ এবং সুযোগ এনে দেওয়ার চেষ্টা করে। যে'সব লোক অন্য কারো যত্ন নেওয়ার দায়িত্ব পালন করে না তাদের সামনে যে'সব সুযোগ রয়েছে – চাকরি করার, শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ লাভ করার, অবসর সময় উপভোগ করার ক্ষেত্রে – সেগুলি যাতে যত্নগ্রহণকারীরাও সমানভাবে পেতে পারে তা নিশ্চিত করার জন্য কাউন্সিলকে সর্বতোভাবে চেষ্ট করতে হবে।

যত্নগ্রহণকারীর যোগ্যতা যাচাইএর অনুরোধ কিভাবে জানাতে হবে

আপনি যদি আপনার বিভিন্ন চাহিদার মূল্যায়ন করাতে চান, যে ব্যক্তির যত্ন আপনি নিচ্ছেন তার সোশ্যাল ওয়ার্কার, কেয়ার ম্যানেজার কিংবা কেয়ার কো-অর্ডিনেটারকে বলুন। তারা আপনার জন্য মূল্যায়নের ব্যবস্থা করবে। হেলথ্ বা সোশ্যাল সার্ভিসেস্-এর কোন কর্মীর সঙ্গে আপনার যদি ইতিমধ্যেই যোগাযোগ না হয়ে থাকে, তাহলে কেয়ারাস্ সাপোর্ট টীম (যত্নগ্রহণকারীদের সহায়তাদান দল)-এর সঙ্গে 020 8489 3967 নম্বরে যোগাযোগ করুন, যারা আপনার জন্য উপযুক্ত দলের কাছে সুপারিশ করবে।

আরো বিস্তারিত তথ্য ও পরামর্শের জন্য
এখানে যোগাযোগ করুন :

Haringey Social Services (হ্যারিংগ্যে সোশ্যাল সার্ভিসেস্)
40 Cumberland Road (৪০ কাম্বারল্যান্ড রোড)
London N22 7SG (লন্ডন এন২২ ৭এস্‌জি)

টেলিফোন : 020 8489 3967
ফ্যাক্স : 020 8489 3032
ই-মেইল : carerssupportteam@haringey.gov.uk

স্থানীয় সহায়তাদানকারী গোষ্ঠিসমূহ

হ্যারিংগ্যে এলাকায় বেশ কয়েকটা সংগঠন আছে যারা সহায়তা ও পরামর্শ দিতে পারে, যাদের সঙ্গে আপনি সরাসরি যোগাযোগ করতে পারেন :

হ্যারিংগ্যে কেয়ারারস্ সেন্টার (Haringey Carers Centre)
টেলিফোন : 020 8489 8980
কেয়ারার বা যত্নগ্রহণকারীদের জন্য তথ্য, পরামর্শ ও সহায়তা।

ব্ল্যাক্ অ্যান্ড মাইনরিটী এথনিক কেয়ারারস্ সাপোর্ট সার্ভিস্ (Black and Minority Ethnic Carers Support Service)
টেলিফোন : 020 8808 5510
হ্যারিংগ্যে এলাকার কৃষ্ণাঙ্গ ও জাতিগত সংখ্যালঘু সম্প্রদায়গুলির বিভিন্ন চাহিদা পূরণের জন্য একটা সহায়তাদান সেবা সরবরাহ করে।

মেন্টাল হেলথ্ কেয়ারারস্ সাপোর্ট অ্যাসোসিয়েশন (Mental Health Carers Support Association)
টেলিফোন : 020 8885 2006
মানসিকভাবে অসুস্থ লোকজনের যত্নগ্রহণকারীদের জন্য সহায়তা।

অ্যাডমিরাল নার্সেস্ Admiral Nurses)
টেলিফোন : 020 8442 6149
ডিমেনশিয়া বা স্মৃতিভ্রংশ রোগে আক্রান্ত লোকজনের যত্নগ্রহণকারীদের জন্য সহায়তা।

অ্যালঝাইমার’স্ সোসাইটী (Alzheimer’s Society)
টেলিফোন : 020 8442 6149
অ্যালঝাইমার’স্ / ডিমেনশিয়া রোগে আক্রান্ত লোকজনের যত্নগ্রহণকারীদের জন্য সহায়তা।

এশিয়ান কেয়ারারস্ সাপোর্ট গ্রুপ (Asian Carers Support Group)
টেলিফোন : 020 8365 7708
জন্মসূত্রে এশিয়ান এমন সমস্ত গোষ্ঠির লোকজনের যত্নগ্রহণকারীদের জন্য সহায়তা।

স্টেপিং আউট, মেনক্যাপ্ (Stepping Out, Mencap)
টেলিফোন : 020 8365 0251
শিক্ষাগত প্রতিবন্ধকতাসম্পন্ন লোকজনের যত্নগ্রহণকারীদের জন্য সহায়তা।

হারিংগ্যে ইয়াং কেয়ারারস্ প্রজেক্ট (Haringey Young Carers Project)
টেলিফোন : 020 8348 4660
১৮ বছরের কম বয়সী যত্নগ্রহণকারীদের এবং তাদের পরিবারবর্গের জন্য সহায়তা।

এই প্রচারপত্রের কপি যদি আপনি নিচের সংস্করণগুলির যে কোনোটায় পেতে চান তাহলে আমাদের জানান, এবং এই ফর্ম পূরণ করে নিচে দেওয়া ফ্রীপোস্ট বা বিনা ডাকখরচের ঠিকানায় পাঠিয়ে দিন।

☐ বড় হরফে ছাপা ☐ ডিস্ক-এ ভরা ☐ কানে শোনার টেপ-এ ☐ ব্রেইল বা অন্ধলিপিতে

নাম :

ঠিকানা :

অনুগ্রহ করে’ এখানে ফেরত পাঠান : **Haringey Council, Translation and Interpreting Services**
FREEPOST LON18649, London N22 8BR