

www.islington.gov.uk/carers



Οδηγός για την Αξιολόγηση Αναγκών και Υπηρεσίες φροντιστών

A Guide to Carer's Needs Assessments and Services

Είστε φροντιστής/τρια?

Αν φροντίζετε ένα συγγενή ή φίλο/η χωρίς πληρωμή, κι εκείνος/η δεν τα καταφέρνει χωρίς την βοήθειά σας τότε είστε φροντιστής/τρια.





Είστε φροντιστής/τρια;

Φροντιστής/τρια είναι κάποιος που, χωρίς πληρωμή, παρέχει βοήθεια και στήριξη σε ένα σύντροφο, παιδί, συγγενή, φίλο ή γείτονα, που δεν θα μπορούσαν να τα καταφέρουν χωρίς την βοήθειά τους. Αυτό μπορεί να οφείλεται στην ηλικία, φυσική ή ψυχική ασθένεια, εξάρτηση από τοξικές ουσίες ή αναπηρία..

Νεαρός φροντιστής είναι ένα παιδί ή νεαρό πρόσωπο κάτω της ηλικίας των 25 ετών που εκτελεί σημαντικές υπηρεσίες φροντίδας και αναλαμβάνει ένα βαθμό ευθύνης για ένα άλλο άτομο, που κανονικά θα ανελάμβανε ένας ενήλικας.

Οποιοσδήποτε μπορεί να γίνει φροντιστής/τρια· οι φροντιστές/τριες προέρχονται από κάθε τομέα της ζωής, όλες τις κουλτούρες και μπορεί να είναι οποιασδήποτε ηλικίας.

Πολλοί φροντιστές/τριες δεν θεωρούν τους εαυτούς τους ότι είναι φροντιστές, απλά φροντίζουν την μητέρα, γιό, κόρη, σύντροφο ή καλύτερο φίλο/η και συνεχίζουν να το κάνουν ό,τι θα έκανε ένας οποιοσδήποτε άλλος στην θέση τους.

Φροντιστές που κάνουν αίτηση για Επίδομα Φροντίδας (Carer's Allowance) είναι κι αυτοί «απλήρωτοι φροντιστές». Το φυλλάδιο αυτό είναι για φροντιστές ηλικίας 16 και πάνω. Αν είστε ηλικίας κάτω των 16, παρακαλούμε επικοινωνήστε με την Υπηρεσία Νεαρών Φροντιστών (Young Carer's Service) στο 020 7272 4412.



Τι κάνουν οι φροντιστές;

Μπορεί να εκτελείτε μία σειρά εργασιών για το πρόσωπο που βοηθείτε, κι οι οποίες μπορεί να περιλαμβάνουν:

- βοήθεια με το μπάνιο και το ντύσιμο
- βοήθεια να πάνε στην τουαλέτα
- βοήθεια με τα φάρμακα
- πρακτικές εργασίες όπως το καθάρισμα, πλύσιμο ή τα ψώνια
- βοήθεια με τα οικονομικά τους
- παίρνουντάς τους έξω για δραστηριότητες έξω από το σπίτι ή απλά
- να είστε μαζί τους για να αισθάνονται ασφαλείς

Τί βοήθεια μπορεί να πάρω;

Οι Κοινωνικές Υπηρεσίες μπορεί να σας βοηθήσουν απευθείας, αν το άτομο που φροντίζετε δικαιούται βοήθεια από μας.

Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα για το πώς μπορούμε να σας βοηθήσουμε, παρακαλούμε ζητήστε μια **Αξιολόγηση Αναγκών Φροντιστών (Carer's Needs Assessment)**.

Υπηρεσίες για φροντιστές

Επιπρόσθετα από τις πληροφορίες και συμβουλές που προσφέρονται, άλλες υπηρεσίες που είναι διαθέσιμες για τους φροντιστές στο Ίσλιγκτον περιλαμβάνουν:

- **Κάρτα Επείγουσας Ανάγκης Φροντιστή**

Αυτή είναι μια κόκκινη κάρτα προειδοποίησης, που λέει στις υπηρεσίες επείγουσας ανάγκης (emergency services) ότι είστε φροντιστής/τρια και κάποιος/α βασίζεται σε σας για βοήθεια. Αν κάτι συμβεί σε σας, το πρόσωπο που φροντίζετε δεν θα ξεχαστεί. Με το να εγγραφείτε για αυτή την κάρτα, μπορείτε να πάρετε επιπλέον βοήθεια δανεισμού βιβλίων και μειωμένες χρεώσεις καθυστέρησης στις βιβλιοθήκες του Ίσλιγκτον. Δεν υπάρχει χρέωση για αυτή την υπηρεσία.

- **Απευθείας Πληρωμές**

Μια απευθείας πληρωμή είναι μετρητά που σας δίνονται αντί μιας υπηρεσίας από τις κοινωνικές υπηρεσίες.

Για παράδειγμα, αν η αξιολόγηση σας σαν φροντιστή δείξει ότι χρειάζεστε τακτικά διαλείμματα αλλά δεν θέλετε να χρησιμοποιήσετε τις υπηρεσίες, μπορείτε να έχετε το κόστος της υπηρεσίας αυτής να πληρωθεί απευθείας σε σας.

Μπορείτε να ξοδέψετε αυτή την απευθείας πληρωμή για την κάλυψη των αναγκών σας, για παράδειγμα για μαθήματα οδήγησης, οικιακή εργασία και κηπουρική, απογευματινά μαθήματα, εγγραφή σε γυμναστήριο και βοήθεια με τα έξοδα διακίνησης. Δεν υπάρχει χρέωση για αυτή την υπηρεσία.

- **Ημερήσια φροντίδα**

Μπορούμε να κανονίσουμε για το πρόσωπο που φροντίζετε να λάβει μέρος σε κοινωνικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες που προσφέρονται σε ένα από τα ημερήσια κέντρα στον δήμο. Μπορεί να υπάρχει κάποια χρέωση για την υπηρεσία αυτή.

- **Στεγαστική/νοσηλευτική φροντίδα**

Το πρόσωπο το οποίο φροντίζετε μπορεί να μείνει για ορισμένα ημερονύκτια σε ένα σπίτι στεγαστικής φροντίδας για να έχετε ένα διάλειμμα από την φροντίδα. Μπορεί να υπάρξει κάποια μικρή χρέωση για την υπηρεσία αυτή.

- **Κατ' οίκον φροντίδα**

Κάποιος μπορεί να βοηθήσει το πρόσωπο που φροντίζετε στο σπίτι του ή σπίτι της για να σας επιτρέψει να έχετε κάποιο διάλειμμα. Μπορεί να υπάρξει κάποια μικρή χρέωση για την υπηρεσία αυτή.



- **Πρόγραμμα τηλεφροντίδας (Telecare scheme)**

Η «Τηλεφροντίδα» περιγράφει μία σειρά τεχνικών λύσεων που μπορούν να κάνουν το πρόσωπο που φροντίζετε πιο ασφαλές στο δικό του σπίτι.

Για παράδειγμα, ένας ανιχνευτήρας θύρας (door sensor) μπορεί να τοποθετηθεί ώστε να σημαίνει συναγερμός αν η πόρτα έχει μείνει ανοικτή στη μέση της νύχτας, ή ένας ανιχνευτήρας γκαζιού (gas sensor) μπορεί να τοποθετηθεί για να ανιχνεύει διαρροή γκαζιού. Οι ανιχνευτήρες είναι συνδεδεμένοι με ένα κεντρικό θάλαμο ελέγχου που μπορεί είτε να στείλει ένα φύλακα να διερευνήσει είτε να επικοινωνήσει με σας τον φροντιστή.

Αν κάποιος έχει ανάγκη τηλεφροντίδας, είτε ο κοινωνικός λειτουργός, ο εργοθεραπευτής ή η νοσοκόμος μπορεί να συμπληρώσει τη φόρμα αξιολόγησης. Υπεύθυνος του Προγράμματος Τηλεφροντίδας επισκεπτεται τότε για να συζητήσει τις διαθέσιμες επιλογές. Για περισσότερες πληροφορίες καλέστε τον Υπεύθυνο Προγράμματος στο 020 7527 5212. Υπάρχει κάποια μικρή χρέωση για τις υπηρεσίες Τηλεφροντίδας.

- **Συμβουλές επιδομάτων**

Μετά την αξιολόγηση αναγκών για τον φροντιστή η ομάδα μας που ειδικεύεται σε κοινωνικά επιδόματα (welfare benefits) θα εξασφαλίσει ότι παίρνετε όλα τα σωστά επιδόματα, όπως το Επίδομα Φροντιστή (**Carer's Allowance**).

Το Επίδομα Φροντιστή πληρώνεται από το Υπουργείο Εργασίας και Συντάξεων, και μπορεί να επηρεάσει τα επιδόματα άλλων μελών στο νοικοκυριό σας. Η ομάδα θα μπορέσει να σας βοηθήσει με αυτό. Δεν υπάρχει χρέωση για αυτή την υπηρεσία.



Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα για το πώς μπορούμε να σας βοηθήσουμε, παρακαλούμε ζητήστε μια Αξιολόγηση Αναγκών Φροντιστή. (**Carer's Needs Assessment**).

Αυτό θα σας δώσει την ευκαιρία να μας πείτε πώς το γεγονός ότι είστε φρονιστής/τρια επηρεάζει την ζωή σας. Μπορεί να βρείτε ότι έχετε λίγο χρόνο για τον εαυτό σας, ότι έχετε δυσκολίες να κοιμηθείτε ή άλλα προβλήματα υγείας που σχετίζονται με την παροχή φροντίδας, ή ότι έχετε προβλήματα να μείνετε σε μια δουλειά ή να βρείτε πληρωμένη εργασία.

Η αξιολόγηση συνήθως διενεργείται από ένα διευθυντή φροντίδας (care manager) ή κοινωνικό λειτουργό. Σε μερικές περιπτώσεις μία υπάλληλος από το Κέντρο Φροντιστών του Ίσλιγκτον (Islington Carers Centre), το Κέντρο 404 (Centre 404) ή κάποια άλλη εθελοντική οργάνωση μπορεί να διενεργήσει την αξιολόγηση για σας. Κάθε αξιολόγηση περιλαμβάνει:

- Τί κάνετε για το πρόσωπο που φροντίζετε και τί συνέπειες έχει αυτό για σας.
- Τί βοήθεια χρειάζεται το πρόσωπο που φροντίζεται και
- τις υπηρεσίες που θα μπορούσαν να σας βοηθήσουν.

Σημειώσεις από την συζήτηση κρατούνται σε μια φόρμα και αντίγραφο στέλνεται σε σας.

Μπορείτε να ζητήσετε ένα λευκό αντίγραφο της φόρμας πριν την αξιολόγηση, ώστε να μπορέσετε να δώσετε μια καθαρή και ακριβή απάντηση σε κάθε ερώτηση. Μπορείτε να βρείτε τη φόρμα στην ιστοσελίδα

www.islington.gov.uk/carers.

Για να ζητήσετε μια αξιολόγηση αναγκών φροντιστή/τριας, είτε:

- συμπληρώστε την φόρμα στο πίσω μέρος της σελίδας και στείλτε την ή
- επικοινωνήστε με την Ομάδα Πληροφοριών και Πρόσβασης (Information and Access Team) στο **020 7527 2299** ή
- στείλτε την ηλεκτρονικά (email) στο information.accessteam@islington.gov.uk.

Περισσότερη Βοήθεια

Islington Carers Centre (Κέντρο Φροντιστών του Ίσλιγκτον)

Για όλους τους φροντιστές που βοηθούν κάποιον στο Ίσλιγκτον
W www.islingtoncarerscentre.org
T 020 7263 9080
E islingtoncarers@btconnect.com
Πληροφορίες και περίπτερο συμβουλών – πρώτη Τρίτη του μηνός στην Κεντρική Βιβλιοθήκη, 2 Fieldway Crescent.

Centre 404 Family Support (Κέντρο Οικογενειακής Φροντίδας)

Για φροντιστές στην οικογένεια παιδιών κάτω των 16 με αναπηρίες και οικογενειακούς φροντιστές νεαρού παιδιού άνω των 16+ κι ενός ενήλικα με κάποιες μαθησιακές δυσκολίες.
W www.centre404.org.uk
T 020 7697 1336 (16+ ve yetişkinler)
T 020 7697 1325 (çocuklar için)
E family@centre404.org.uk

Age Concern Islington (Φροντίδα Ηλικιωμένων στο Ίσλιγκτον)

W www.acislington.org.uk
T 020 7837 8723
E admin@acislington.org.uk

Age Concern Islington
(Φροντίδα Ηλικιωμένων Ίσλιγκτον)
λειτουργεί επίσης δύο ομάδες φροντιστών στις ακόλουθες διευθύνσεις:

Drovers Centre
(Κέντρο Ντρόβερς)
λειτουργεί την πρώτη Τετάρτη κάθε μηνός, 2:30 – 4:30μμ.
T 020 7607 7701
E drovers@acislington.gov.uk

Sotheby Mews Centre
(Κέντρο Σόθμπι Μιους)
λειτουργεί την τρίτη(3^η) Τρίτη κάθε μηνός,, 1:30 – 3:00pm.
T 020 7226 1421
E sothebymews@acislington.gov.uk

Alzheimer's Society Islington
(Εταιρεία Αλτςχάιμερ Ίσλιγκτον)
W [www.alzheimers.org.uk/
BranchWebsites/islington](http://www.alzheimers.org.uk/BranchWebsites/islington)
T 020 7837 8723
E alzheimers-isl@freeuk.com

CASA Family and Friends Group (Ομάδα Οικογενειών και Φίλων CASA)

Για φροντιστές και άτομα με καταχρήσεις ναρκωτικών και αλκοόλ
T 020 7428 5954

Family Action Islington: **Young Carers Service** (Δράση Οικογενειών Ίσλιγκτον: Υπηρεσία Νεαρών Φροντιστών)

W www.family-action.org.uk
T 020 7272 4412
E islington.youngcarers@family

Housing Advice (Συμβουλές Στέγασης)

W www.islington.gov.uk/housing
T 020 7527 4140 ή αν άστεγοι
020 7527 2000
E housing@islington.gov.uk

Islington MIND (Ίσλιγκτον Μάιντ)
W www.islingtonmind.org.uk
T 020 7561 5289

Islington PCT (Primary Care Trust) (Ίδρυμα Υγειονομικής Φροντίδας Ίσλιγκτον)

Παρέχει υπηρεσίες υγείας στο Ίσλιγκτον.
W www.islingtonpct.nhs.uk
T 020 7527 1000

Lambo Carers Group (Ομάδα Φροντιστών Λάμπο)

Για φροντιστές μαύρων και μελών εθνικών μειονοτήτων με προβλήματα ψυχικής υγείας.
T 020 7263 3046

Manor Gardens Befriending and Respite scheme (Πρόγραμμα φιλίας και Ανάπαυλας Μάνορ Γκάρντενς)

W www.manorgardenscentre.org
T 020 7561 5268

Θα ήθελα μια Αξιολόγηση Αναγκών Φροντιστή I would like a Carer's Needs Assessment

Όνομα _____

Διεύθυνση _____

_____ Ταχ. Κωδ _____

Αριθμός Τηλεφώνου _____

Όνομα του ατόμου που φροντίζετε _____

Η διεύθυνσή του _____

_____ Ταχ. Κωδ _____

Ασθένεια/.Αναπηρία του προσώπου που φροντίζετε _____

Είστε εσείς ή το πρόσωπο που φροντίζετε ήδη σε επαφή με τις κοινωνικές υπηρεσίες;

Ναι Όχι

Παρακαλούμε πείτε μας συνοπτικά για τον φροντιστικό σας ρόλο (τί κάνετε, πώς αυτό επηρεάζει την ζωή σας, την εργασία σας και τις ευκαιρίεςσχόλησας).

Παρακαλούμε πείτε μας για τις υπηρεσίες που σας ενδιαφέρουν:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Κάρτα Επείγουσας Ανάγκης | <input type="checkbox"/> Φροντίδα σε σπίτι |
| <input type="checkbox"/> Ημερήσια φροντίδα | <input type="checkbox"/> Άμεσες Πληρωμές |
| <input type="checkbox"/> Πληροφορίες τηλεφροντίδας | <input type="checkbox"/> Συμβουλές Επιδομάτων |
| <input type="checkbox"/> Στεγαστική/Νοσηλευτική φροντίδα | |
- για μικρό διάλειμμα



Παρακαλούμε επιστρέψτε την φόρμα αυτή στο:
Information and Access Team
Calshot Community Care Centre, 57 Calshot Street. N1 9XH



Αν θέλετε το έγγραφο αυτό σε μεγαλογράμματη γραφή ή σε ανάγλυφη γραφή Μπράιγ για τυφλούς, σε ηχο-κασέτα, ή σε άλλη γλώσσα, παρακαλούμε επικοινωνήστε με το 020 7527 8154.

Για να μάθετε περισσότερα για το πρόγραμμα αυτό και πώς να συμμετάσχετε, παρακαλούμε επικοινωνήστε με

Carers Officer

The Partnerships Team

338-346 Goswell Road

London EC1V 7LQ

E carers@islington.gov.uk

T 020 7527 8154

F 020 7527 8362

W www.islington.gov.uk/carers