

# কেয়ারাস কর্ম পরিকল্পনা





একজন পরিচর্যািকারী (কেয়ারার) এমন একজন যিনি অন্য কাউকে সমর্থন করার জন্য বিনামূল্যে তাদের সময় দেন

- তাদের দীর্ঘমেয়াদী স্বাস্থ্যগত অবস্থা রয়েছে
- একটি অক্ষমতা
- অথবা কারণ তারা বয়স্ক হচ্ছে



পরিচর্যািকারী একজন পরিবারের সদস্য, বন্ধু বা প্রতিবেশীর মতো কেউ হতে পারে



একজন পরিচর্যািকারী সাহায্য করার জন্য অনেক কিছু করতে পারে যেমন

- রান্না



- পরিষ্কার করা



- ব্যক্তিগত যত্নে সাহায্য করা



- টাকা পয়সা পরিচালনা করতে সাহায্য করে



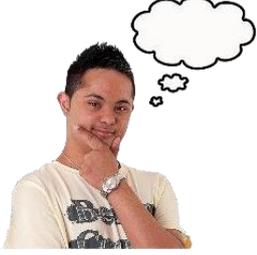
- তাদের যত্ন নেওয়া লোকেদের সম্পর্কে পরিষেবাগুলির সাথে কথা বলা।



- এবং লোকজনকে বের হতে সাহায্য করে



পরিচর্যাকারীদের অধীনে অধিকার আছে **যত্ন আইন**  
এবং অন্যান্য আইন



আপনি কোন যত্নশীল জানেন?



সমস্ত পরিচর্যাকারী আলাদা এবং তাদের নিজস্ব  
পরিচয়, চাহিদা, আশা এবং স্বপ্ন রয়েছে



**সেনসাস (আদমশুমারি)** আমাদেরকে বলে যে ক্যামডেনে  
**14,605** পরিচর্যাকারী আছে – আমাদের পরিচিত  
পরিচর্যাকারীদের সংখ্যা, এবং অন্যান্য পরিষেবা এই  
সংখ্যার চেয়ে কম



**আদমশুমারি** প্রাপ্তবয়স্কদের দ্বারা পূরণ করা একটি খুব  
বড় জরিপ যা প্রতি ১০ বছর পর পর করা হয় – এটি  
যুক্তরাজ্যের সমস্ত লোক এবং পরিবারকে গণনা করে।



এমন কেয়ারার্স আছেন যারা সমর্থন পাচ্ছেন না যা  
পাওয়ার অধিকার তাদের রয়েছে



পরিচর্যাকারীরা পরিষেবাগুলির প্রচুর টাকা পয়সা  
সাশ্রয় করে - এটি একটি দ্বিতীয় এনএইচএস  
(NHS) পরিষেবা থাকার মতো



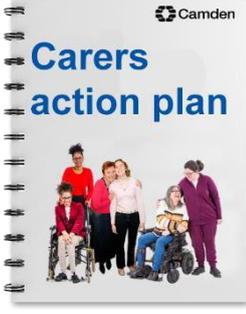
একজন কেয়ারার হওয়া কঠিন হতে পারে



অনেক যত্নশীলদেরও তাদের নিজস্ব স্বাস্থ্য সমস্যা রয়েছে  
এবং তাদের নিজেদের সাহায্যের প্রয়োজন হতে পারে



যখন যত্নকারীরা সাহায্যের জন্য জিজ্ঞাসা করেন, তখন  
অভিজ্ঞতাটি ভাল হওয়া উচিত



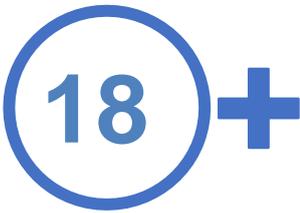
## কেয়ারার্স কর্ম পরিকল্পনা



আমরা চাই যন্ত্রকারীরা মূল্যবান এবং সমর্থিত বোধ করুক



আমরা পরিচর্যাকারীদের সাথে একটি কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করছি

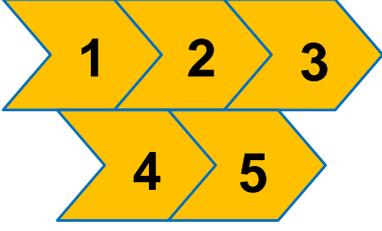


এই পরিকল্পনা হল যন্ত্রশীলদের জন্য, যারা **18** বছর উপর বয়সী এবং যারা **16** বছর উপর বয়স্ক মানুষদের সাহায্য করে



পরিকল্পনায় এমন কিছু আছে যা পরিচর্যাকারীরা বলে যে আমাদের পরিবর্তন করতে হবে

- এটি পার্থক্য করার জন্য ধারণা আছে



পরিকল্পনায় আছে 5 ক্ষেত্রগুলি, যে দেখায় পরিষেবাগুলি কীভাবে পরিচর্যাকারীদের সাথে সহায়তা করে এবং কাজ করে - এগুলোকে বলা হয় **নীতি**



1

আমরা আরও যত্নশীলদের বুঝতে চাই যে তারা যত্নশীল



2

যে পরিবর্তন কেয়ারারের এবং যে ব্যক্তিকে যত্ন করা হচ্ছে তাকে প্রভাবিত করে



3

পরিচর্যাকারীদের নিজস্ব পরিচয় আছে - একজন কেয়ারারের সাথে কাজ করার সময় এটি সম্পর্কে চিন্তা করা উচিত



4

যত্ন নিতে সময় লাগে এবং শক্তি লাগে



5

সেবা একসাথে কাজ করা উচিত

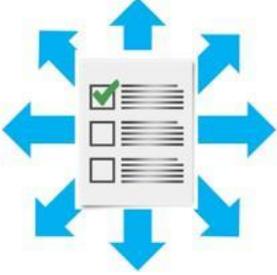


প্ল্যানে এমন কিছু এলাকা রয়েছে যা পরিচর্যাকারীরা আমাদের দেখতে বলেছে – এগুলো বলা হয় **অগ্রাধিকার**



**অগ্রাধিকার** হল আমরা কিভাবে

- কথা বলি এবং যত্নশীল খুঁজি



- তথ্য এবং পরামর্শ দিন



- তাদের মানসিক স্বাস্থ্যের সাথে যত্নশীলদের সমর্থন করুন



- নিশ্চিত করুন যে আরও যত্নশীলরা তাদের আইনি অধিকার জানেন এবং কীভাবে তারা সমর্থন পেতে পারেন



- পরিচর্যাকারীরা আরও বিরতি পান তা নিশ্চিত করুন



- যন্ত্রকে আরও অ্যাক্সেসযোগ্য করে তুলুন - উদাহরণস্বরূপ সরঞ্জাম এবং পরিবহনে আরও ভাল অ্যাক্সেস



- পরিচর্যাকারীদের টাকা পয়সা এবং উপলব্ধ আইনি সহায়তা বুঝতে সাহায্য করুন



- কেয়ারার্স কাজ খুঁজে পেতে এবং শেখার এবং প্রশিক্ষণে অ্যাক্সেস পেতে সহায়তা করুন



- এর মধ্যে বয়সী কেয়ারার্স এর জন্য আরও সহায়তা প্রদান করে **16** এবং **30** বছরের - এগুলো বলা হয়

### তরুণ প্রাপ্তবয়স্ক পরিচর্যাকারী



- এবং জরুরী অবস্থায় বা যখন কেউ হাসপাতালে থাকবে তখন কি হবে

কেয়ারার্স আমাদের বলছেন যে এই ক্ষেত্রগুলিকে আরও



ভাল করার জন্য আমরা সবাই করতে পারি।



আমরা পরিচর্যাকারীদের সাথে এই জিনিসগুলি করার তারিখগুলি সম্মত করব।



এইগুলি সময়ের সাথে সাথে পরিবর্তিত হবে যখন কাজ শেষ হবে এবং আরও যত্নশীলরা পরিকল্পনার সাথে জড়িত হবে



আমরা তাদের ধারণা শুনতে কর্ম পরিকল্পনা সম্পর্কে আরও যত্নশীলদের সাথে কথা বলতে চাই



শীতকালে আমরা সভা নামক শুরু হবে **কেয়ারার্স পার্টনারশিপ বোর্ড** - এই মিটিং পরিকল্পনা আপডেট রাখার জন্য



বোর্ডে কেয়ারার্স এবং তত্ত্বাবধায়কদের সাথে কাজ করে এমন পরিষেবার সিনিয়র স্টাফদের অন্তর্ভুক্ত করা হবে



বোর্ড তাদের কাজগুলির অগ্রগতি কীভাবে পরিমাপ করবে তাও সিদ্ধান্ত নেবে



আমরা কর্ম পরিকল্পনার জন্য একটি ওয়েবসাইট তৈরি করছি - নীচের লিঙ্কে ক্লিক করুন

[কেয়ারার্স কর্ম পরিকল্পনা](https://carersactionplan.camden.gov.uk)

<https://carersactionplan.camden.gov.uk>



কর্ম পরিকল্পনার কাগজের কপিও রয়েছে



আপনি ক্যামডেন কেয়ার চয়েস ওয়েবসাইটে কেয়ারারদের জন্য সহায়তা সম্পর্কে জানতে পারেন - নীচের লিঙ্কে ক্লিক করুন

[ক্যামডেন কেয়ার চয়েস](https://camdencarechoices.camden.gov.uk/support)

<https://camdencarechoices.camden.gov.uk/support>  
- এবং-পরিচর্যাকারীদের জন্য-পরামর্শ/



ওয়েবসাইটে তথ্য সহজে পড়া হয় না



কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যান সম্পর্কে আপনার কোন প্রশ্ন থাকলে আপনি আমাদের ইমেল করতে পারেন

[CamdenCareChoices@camden.gov.uk](mailto:CamdenCareChoices@camden.gov.uk)