কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যান

এক্সিকিউটিভ সামারি

carersactionplan.camden.gov.uk

Camden

কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যান

এক্সিকিউটিভ সামারি

পদক্ষেপের জন্য আমাদের আহ্বান

আমরা বিশ্বাস সব পরিচর্যাকারীদের মূল্য ও সহায়তা দেওয়া প্রয়োজন। পরিচর্যাকারীদের বিস্তৃত জ্ঞান আছে এবং পরিষেবাগুলি ব্যবহার করায় এবং কথা বলায় তাদের প্রত্যক্ষ অভিজ্ঞতা আছে। তারা নিজেদের এবং যাদের তারা পরিচর্যা করেন তাদের অধিকার সম্বন্ধে প্রায়শই সচেতন থাকেন এবং সমর্থন করেন, এবং এর জন্য তাদের জটিল প্রক্রিয়ার মধ্যে দিয়ে যেতে হয়। প্রায়শ তারাই হলেন পরিষেবাগুলির মধ্যের সমন্বয়কারী এবং তারা সিস্টেমটিকে খুব ভালভাবে বোঝেন। আমরা পরিচর্যাকারীদের উপরে নির্ভর করি। কিন্তু আমাদেরকেও পরিচর্যাকারীদের সাহায্য করতে হবে,কারণ তারাও হয়তো সমস্যার সম্মুখীন হচ্ছেন। কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যান হল যাত্রার শুরু।

পরিচর্যাকারীদের পাশাপাশি, স্থানীয় ও কমিউনিটি কেয়ারার সার্ভিসেস এবং হেলথ ও সোশ্যাল কেয়ার পার্টনাররা কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যানটি প্রস্তুত করেছে। এই পরিকল্পনাটির উদ্দেশ্য হল পরিচর্যাকারীদের প্রতি সিস্টেমের সামগ্রিক দৃষ্টিভঙ্গি দেওয়া। পরিচর্যাকারীরা যে প্রায়শই পরিষেবার নেটওয়ার্ক এবং সেক্টরগুলির মধ্যের গুরুত্বপূর্ণ সংযোগ তা এই পরিকল্পনায় স্বীকার করে নেওয়া হয়েছে।

এই কর্ম পরিকল্পনাটিকে গতিশীল হতে হবে: ক্রমবর্ধমান কাজগুলি এতে প্রতিফলিত হবে। এটি এমন কোনও একটি কৌশল নয় যা সবার দৃষ্টির অগোচরে এক কোণে অবহেলায় পড়ে থাকবে। এটি কাজ করার জন্য একটি ঘোষণা, এর পাশাপাশি থাকবে অগ্রাধিকার, পদক্ষেপ, ব্যবস্থা এবং ফলাফল, যার সবগুলি পরিবর্তন আসার পরিস্থিতি তৈরি করে এবং পরিচর্যাকারীদের প্রয়োজনীয় সহায়তা দেয়।

কর্ম-পরিকল্পনার জন্য Camden-এর পরিচর্যাকারীদের সহায়ক তথ্য আছে। এই বিভাগটিতে একজন অবৈতনিক পরিচর্যাকারীর সংজ্ঞা নিয়ে আলোচনা করা হয়েছে; এতে Camden-এর পরিচর্যাকারীদের বিষয়ে কিছু ডেটা দেওয়া হয়েছে এবং পরিচর্যাকারীদের অধিকারগুলিকে নির্ধারণ করা হয়েছে। কীভাবে এবং কাদের নিয়ে এই কর্ম-পরিকল্পনাটি প্রস্তুত করা হয়েছে, কর্ম-পরিকল্পনাটির অগ্রগতি কীভাবে পরিমাপ করা হবে এবং পরিচর্যাকারীদের পার্টনারশিপ বোর্ডের পরিকল্পনার রূপরেখা এই বিভাগটিতে দেওয়া হয়েছে।

আপনি যদি একজন অবৈতনিক পরিচর্যাকারী হন, তাহলে সহায়তা পাওয়ার জন্য কীভাবে যোগাযোগ করতে হবে তা এই বিভাগের শেষে পাওয়া যাবে।

পরিচর্যাকারী কে?

অবৈতনিক পরিচর্যাকারীদের সাধারণ সংজ্ঞাগুলিতে বলা হয়েছে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের সহ যাদের দীর্ঘ মেয়াদী অসুস্থতা আছে, মানসিক স্বাস্থ্যের সমস্যা আছে, লার্নিং ডিজেবিলিটি (শিক্ষা গ্রহণে অসুবিধা হওয়া) আছে, অথবা মাদক দ্রব্যে যাদের আসক্তি আছে, যাদের নিউরোডাইভারসিটি আছে, অথবা বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে যাদের অতিরিক্ত সহায়তার প্রয়োজন হয়, অবৈতনিক পরিচর্যাকারীরা তাদের সহায়তা করেন।

পরিচর্যাকারী হিসেবে কাউকে চিহ্নিত করা কঠিন হতে পারে। পরিবারের কোনও সদস্যকে, বন্ধুকে অথবা প্রতিবেশীকে, অথবা যিনি কোনও একটি সম্পর্কে জড়িয়ে আছেন, অথবা সহায়তা না পেলে যার খুবই অসুবিধা হবে, পরিচর্যাকারীরা তাদের সহায়তা করতে পারেন। যার সেবা করা হচ্ছে সময়ের সঙ্গে সঙ্গে তার যখন আরও সহায়তার প্রয়োজন হয় তখন কোনও একজন ব্যক্তি ধীরে ধীরে তার পরিচর্যাকারী হয়ে ওঠেন। পরিচর্যাকারীরা একাধিক ব্যক্তিরও পরিচর্যা করতে পারেন, অথবা নিজে পরিচর্যা ও সহায়তা পাওয়ার পাশাপাশি অন্য আরেক জনকেও সহায়তা করতে পারেন। পরিচর্যাকারীরা যা করেন তা আশ্চর্যজনক, আমরা এর স্বীকৃতি চাই এবং তাদের জন্য আমরা গর্বিত!

এমন কয়েকটি আইনি দায়িত্ব আছে যা অবৈতনিক পরিচর্যাকারীদের নিয়ে কাজে Camden Council ও NHS-এর মতো সংবিধিবদ্ধ পরিষেবাগুলির সত্যতা প্রতিপন্ন করে। ইংল্যান্ডের জনসাধারণের স্বাধীনতা ও সুস্থ থাকার উন্নতির

জন্য প্রাপ্তবয়স্ক মানুষদের কীভাবে সামাজিক পরিচর্যা করতে হবে দ্যা কেয়ার অ্যাক্ট 2014। তা নির্ধারণ করে। কেয়ার অ্যাক্ট মেনে নেয় যে পরিচর্যাকারীদের সহায়তা করা তারা যাদের যত্ন নেন তার অনুরূপ গুরুত্বপূর্ণ। কেয়ার অ্যাক্টের সংজ্ঞা অনুযায়ী একজন পরিচর্যাকারী হলেন, "একজন প্রাপ্তবয়স্ক মানুষ, যিনি অন্য আরেকজন প্রাপ্তবয়স্ক মানুষের পরিচর্যা করছেন অথবা করতে আগ্রহী আছেন।"

কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যানের উদ্দেশ্য হল অবৈতনিক অথবা অনানুষ্ঠানিক পরিচর্যাকারীদের সঙ্গে সম্পর্কিত অগ্রাধিকার এবং পদক্ষেপগুলির প্রতি দৃষ্টি দেওয়া। এই পরিচর্যাকারীদের বয়স 18 বছর অথবা তার বেশি। তারা 16 বছর অথবা তার বেশি বয়সী ব্যক্তিদের পরিচর্যা করেন। তাদের পরিচর্যাকারী ভূমিকার জন্য Health & Social Care Services, অথবা তারা যাদের পরিচর্যা করেন সেই ব্যক্তিরা তাদের কোনও অর্থ দেন না।

বিশ্লেষণ থেকে আমরা যা জানতে পারি

সর্বশেষ আদমশুমারিতে জানা গিয়েছে যে Camden-এ 14,605 জন পরিচর্যাকারী আছেন। আমরা জানি যে Health & Social Care-এর কাছে যে সংখ্যা আছে তা এর চেয়ে কম। 2023 সালে Adult Social Care শুধু 1,165 জন্য অবৈতনিক পরিচর্যাকারীকে চিহ্নিত করতে পেরেছে। আমরা চাই যে আরও পরিচর্যাকারীদের পরিচর্যাকারী হিসাবে স্বীকৃতি দেওয়া হোক, এবং তারা একা নন এবং তারাও সহায়তা পাওয়ার অধিকারী। গুরুত্বপূর্ণ হল, Carers UK-এর গবেষণা থেকে জানা গিয়েছে যে ইংল্যান্ড এবং ওয়েলসের অবৈতনিক পরিচর্যাকারীরা অর্থনীতিতে প্রতিদিন £445 মিলিয়ন অবদান রাখছেন, অর্থাৎ এর বার্ষিক পরিমাণ হল £162 বিলিয়ন। অবৈতনিক পরিচর্যার মূল্য ইংল্যান্ড এবং ওয়েলসে দ্বিতীয় আরেকটি NHS-র সমতুল্য!

ডেটা থেকে অনুমান করা যায় যে Camden-এ যারা নিজেদেরকে পরিচর্যাকারী হিসাবে পরিচয় দেন, তাদের মধ্যে এক তৃতীয়াংশেরও বেশি মানুষ পূর্ণ সময়ের চাকরির সমতুল্য কাজ করছেন। তারা যাদের পরিচর্যা করছেন তাদের সহায়তা করছেন। এদের মধ্যে 53% ব্যক্তি পরিচর্যার কাজ করার পাশাপাশি তাদের নিজস্ব কর্মসংস্থানের ব্যবস্থাপনাও করছেন। আমরা জানি যে পরিচর্যার কাজ মানসিক, শারীরিক ও আর্থিক চাপ সৃষ্টি করতে পারে। পরিচর্যার কাজে শারীরিক ও মানসিক অবসন্নতা (বার্ন-আউট) আসতে পারে। পরিচর্যাকারীদের নিজেদেরই মাঝে মাঝে পরিচর্যা পাওয়ার প্রয়োজন হয়, অথবা তারা যাদের পরিচর্যা করেন তাদের উপরেই নির্ভর করতে হয়।

Camden-এ আমরা স্বীকার করি যে পরিচর্যাকারীদের ভূমিকা বিচ্ছিন্নভাবে বিবেচনা করা যায় না; এটি অন্যান্য বিভিন্ন কারণের সঙ্গে যুক্ত, যেমন কারোর নিজের পরিচয়, নিজের স্বাস্থ্য ও সামাজিক যত্নের প্রয়োজনীয়তার সঙ্গে এটি সংযুক্ত। আমাদের বরোতে নিরাপদ ও সুরক্ষিত আবাসন পাওয়া, খুব বেশি একাকীত্ব এবং অসমতা এই বরোর আবাসিকদের সুস্থ থাকার উপরে প্রভাব ফেলছে। এখানকার পরিচর্যাকারীদের মধ্যের এক চতুর্থাংশেরও বেশি জানাচ্ছেন যে তাদের নিজেদের স্বাস্থ্যও ভাল নেই। এই সবগুলি থেকে বোঝা যায় যে একজন পরিচর্যাকারী যখন পরিষেবা দেওয়ার জন্য পৌঁছাচ্ছেন, তখন আমাদের নিশ্চিত করতে হবে যে তার অভিজ্ঞতা যাতে ভাল হয় এবং প্রাথমিক সনাক্তকরণ এবং সহায়তাই হল মূল বিষয়।

কেয়ারার্স অ্যাকশন প্ল্যান

এক্সিকিউটিভ সামারি

Carers Action Plan কীভাবে নির্ধারণ করা হয়

Carers Action Plan দু'টি বিভাগে নির্ধারণ করা হয়। প্রথম বিভাগটিতে আছে **Action Plan** (নিচে দ্রষ্টব্য)। দ্বিতীয় বিভাগে আছে এই বিষয়ে একটি প্রতিবেদন **Camden-এর পরিচর্যাকারীরা**, এবং এতে আছে Carers Action Plan-এর প্রেক্ষাপটের তথ্য এবং যুক্তিসহ ব্যাখ্যা দ্বিতীয় বিভাগটিতে একজন অবৈতনিক পরিচর্যাকারীর সংজ্ঞা নিয়ে আলোচনা করা হয়েছে; এতে Camden-এর পরিচর্যাকারীদের সম্বন্ধে ডেটা দেওয়া হয়েছে এবং পরিচর্যাকারীদের অধিকার নির্ধারণ করা হয়েছে। কীভাবে এবং কাদের নিয়ে এই কর্ম-পরিকল্পনাটি প্রস্তুত করা হয়েছে, কর্ম-পরিকল্পনাটির অগ্রগতি কীভাবে পরিমাপ করা হবে এবং একটি Borough Carers Partnership Board-এর পরিকল্পনার রূপরেখা এই বিভাগটিতে দেওয়া হয়েছে।

Action Plan-টিতে এমন বিষয়বস্তু আছে যেগুলিকে পরিচর্যাকারীরা গুরুত্বপূর্ণ বলে চিহ্নিত করেছেন। এইগুলিকে পাঁচটি মূল নীতিতে বিকাশ করা হয়েছে, যেগুলির ভিত্তি হল পরিচর্যাকারীদের সহায়তা করা এবং কোন কোন ক্ষেত্রগুলিতে পদক্ষেপ গ্রহণ করা হবে তার অগ্রাধিকার নির্ধারণ করা। সমগ্র Carers Action Plan ব্যাপী পরিচর্যাকারীদের উদ্ধৃতিগুলি সরাসরি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। Camden-এ পরিচর্যাকারীদের অগ্রাধিকার দেওয়ার জন্য আমরা মিলিতভাবে অগ্রসর হওয়ার সঙ্গে সঙ্গে এই Carers Action Plan-টির পরিবর্তন হতে থাকবে।

কর্ম পরিকল্পনার 1ম অংশে পরিচর্যাকারীদের সহায়তা করার নীতিগুলির রূপরেখা **দেওয়া হয়েছে**। পরিচর্যাকারীদের সঙ্গে সম্পর্কে এবং তাদের সহায়তার করার জন্য এইগুলি হল মূল ভিত্তি। মনে করা হয় যে এইগুলির কোনও পরিবর্তন হবে না। এই নীতিগুলি হল:

- **সহায়তা পাওয়ার জন্য একজন পরিচর্যাকারী হিসাবে চিহ্নিত হওয়া একটি অপরিহার্য পদক্ষেপ।**
- **পরিচর্যা করা একটি সম্পর্কের সঙ্গে অন্তর্নিহিতভাবে যুক্ত থাকে।**
- **একজন পরিচর্যাকারী হলেন এমন একজন ব্যক্তি যার নিজেরও চাহিদা এবং প্রসঙ্গ থাকে।**
- **পরিচর্যার দায়িত্ব গ্রহণের জন্য সময় ও শক্তির প্রয়োজন হয়।**
- **সংযুক্ত থাকা পরিষেবাগুলি পরিচর্যাকারীদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ।**

Action Plan-এর পার্ট II-তে বিবৃত পরিচর্যাকারীদের অগ্রাধিকারের ক্ষেত্রগুলির প্রতি আমাদের দৃষ্টি দেওয়া উচিত। যত তথ্য পাওয়া যেতে থাকবে এবং পরিচর্যাকারীদের নিয়ে Action Plan-টির বাস্তবায়নের কাজ চলতে থাকবে, তখন যতজন সম্ভব পরিচর্যাকারীর মতামত ও অভিজ্ঞতার প্রতিফলন ঘটানোর জন্য পার্ট II আপডেট করা হতে থাকবে। অগ্রাধিকারগুলি হল:

- **যোগাযোগ**
- **তথ্য এবং পরামর্শ**
- **মানসিক স্বাস্থ্যে সহায়তা**
- **Carer Conversations (মূল্যায়ন)**
- **জরুরি / ভবিষ্যতের পরিকল্পনা করা**
- **স্বাস্থ্য ও হাসপাতাল থেকে ডিসচার্জ করা**
- **Young Adult Carers (YAC) Support**
- **পরিচর্যাকারীদের বিরতি**
- **প্রাপ্যতা**
- **আর্থিক ও আইনি সহায়তা**
- **কর্মসংস্থান, শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ**

পার্ট III -তে দ্যা অ্যাকশন ট্র্যাকার পদক্ষেপের প্রতিটি এলাকা অর্জনের জন্য ধাপগুলি বিস্তারিতভাবে জানাবে। কার্যকর সমাধান পাওয়ার জন্য আমরা যখন পরিচর্যাকারী, স্বাস্থ্য, সোশ্যাল কেয়ার এবং কমিউনিটি সংগঠনগুলির সঙ্গে কাজ করতে থাকবে তখন এটি বিকশিত হবে। অগ্রসর হওয়ার সম্ভাব্য পথগুলি যখন জানা যাবে, তখন প্রত্যেকটি পদক্ষেপ সম্পন্ন করার জন্য সময়সীমা ধার্য করা যাবে। অগ্রগতির জন্য ট্র্যাকারেরও একটি বিভাগ আছে, যা প্রতিটি অগ্রাধিকারের বিপরীতে করা হয়েছে।

দায়িত্ব এবং ফলাফল

সমগ্র সংগঠন ব্যাপী Carers Action Plan-এর দায়িত্ব যাতে ভাগ করে নেওয়া হয় তা নিশ্চিত করার জন্য 2024 সালের শেষ দিকে একটি Borough Partnership Carers Board স্থাপন করা হবে। এই বোর্ডটিতে থাকবেন পরিচর্যাকারীরা, কাউন্সিলাররা এবং সমগ্র Camden Borough Partnership-এর বরিষ্ঠ প্রতিনিধিরা। পদক্ষেপগুলি নিয়ে যাতে সর্বোচ্চ পর্যায়ে সম্মত হওয়া যায় এবং অগ্রাধিকার দেওয়া যায় তা নিশ্চিত করতে Health and Wellbeing Board এবং Health and Adult Social Care Scrutiny Committee-এর মতো সিদ্ধান্ত গ্রহণকারী অন্যান্য গ্রুপগুলির সঙ্গে বোর্ডটি যুক্ত থাকবে।

Camden Adult Social Care-এর মধ্যে তিনটি নতুন পোস্ট, যাদের নজর থাকবে Action Plan-টির বাস্তবায়নের প্রতি, এবং বিদ্যমান একটি অভিজ্ঞ মাল্টি-ডিসিপ্লিনারি ও বিশেষজ্ঞ ওয়ার্কিং গ্রুপের দায়িত্ব থাকবে Action Plan-টির দৈনিক অগ্রাধিকারগুলি প্রদান করা, ওয়ার্কস্ট্রিমগুলির (নির্দিষ্ট পদক্ষেপের জন্য গঠিত সাব-গ্রুপ) নিরীক্ষণ করা এবং প্ল্যানের তত্ত্বাবধান করা। এই ওয়ার্কিং গ্রুপটি বোর্ডের কাছে দায়বদ্ধ থাকবে।

সাফল্যের পরিমাপ করার জন্য Camden-এর পরিচর্যাকারীদের জন্য একটি ফরমাশি ফলাফলের ফ্রেমওয়ার্ক গঠন করার পরিবর্তে Borough Partnership ব্যাপী বিদ্যমান ফলাফলের ফ্রেমওয়ার্কের প্রতি একটি হাইব্রিড অ্যাপ্রোচ গ্রহণ করা হবে।
 এইভাবে ব্যবস্থাগুলির প্রভাব বিস্তার লাভ করতে পারে। উদ্দেশ্য হল প্রাপ্তবয়স্ক পরিচর্যাকারীদের (NG150) সহায়তা করার জন্য NICE বেসলাইন মূল্যায়ন ব্যবহার করে একটি বেঞ্চমার্কিং অনুশীলনের পুনর্বিবেচনা করা হবে, এবং এটিকে অগ্রগতির পরিমাপ হিসাবে ব্যবহার করা হবে। এর পাশাপাশি, অগ্রগতির পরিমাপ করতে এবং পরিচর্যাকারীদের যাতে মূল্যবান মনে করা হয় এবং তারা যাতে সহায়তা পান সেই উচ্চাকাঙ্ক্ষাগুলি নিশ্চিত করতে NICE quality standards (QS200) এবং Good Life Camden framework ব্যবহার করা হবে। এইগুলির অগ্রগতি সম্বন্ধে Borough Partnership Carers Board-কে জানানো হবে।

যোগাযোগ করুন

সম্পূর্ণ Carers Action Plan-এ পরিচর্যাকারীদের বক্তব্য, তাদের অভিজ্ঞতা ও জ্ঞান প্রতিফলিত করে। এই সবকিছুর নেতৃত্বে থাকবেন অবৈতনিক পরিচর্যাকারীরা। আমরা যা কিছু করতে থাকবে তার মূল লক্ষ্য হবে আরও বেশি সংখ্যক পরিচর্যাকারীদের সঙ্গে যোগাযোগ করে তাদের সহায়তা করা।

আপনি যদি এই Action Plan-এর অনলাইন সংস্করণ দেখতে চান। Carers Action Plan-এর জন্য একটি ওয়েবসাইট আছে: **https://carersactionplan.camden.gov.uk**

সাপোর্টের সঙ্গে কীভাবে যোগাযোগ করতে হবে, তা এখানে পাওয়া যাবে **https://camdencarechoices.camden.gov.uk/support-and-advice-for-carers/**

Carers Action Plan নিয়ে আপনার কোনও জিজ্ঞাস্য অথবা মতামত থাকলে, অনুগ্রহ করে এখানে যোগাযোগ করবেন:
CamdenCareChoices@camden.gov.uk

carersactionplan.camden.gov.uk

Camden