

உறவினர்களைப் பராமரித்தல்

சிலர் வயதான காலத்தில் அல்லது நோயின் போது குடும்பத்தினர் அல்லது நண்பர்களால் பராமரிக்கப்படுகிறார்கள். இது மிகவும் உதவியாக இருக்கும், ஆனால் மன அழுத்தத்தையும் ஏற்படுத்தும். சம்பந்தப்பட்ட ஒவ்வொருவரும் முன்கூட்டியே திட்டமிட்டு அவர்களின் தேவைகளைப் பற்றி பேசுவது முக்கியம். குடும்ப பராமரிப்பாளர்களுக்கும் ஆதரவும் ஓய்வும் தேவை. உதவ பல சேவைகள் மற்றும் ஆலோசனை மையங்கள் உள்ளன.

ஒருவர் தன்னைத்தானே கவனித்துக் கொள்ளும்போது

அன்றாட வாழ்வில் அதிக அளவில் உதவி தேவைப்படுபவர்களுக்கு பெரும்பாலும் குடும்பத்தினர் அல்லது நண்பர்கள் ஆதரவளிக்கிறார்கள். ஆரம்பத்தில், இவை சிறிய வேலைகளாக இருக்கும், ஆனால் காலப்போக்கில், இந்த வேலைகள் அதிகமாகலாம். எனில் சில கேள்விகளை நீங்களே கேட்டுக்கொள்வது நல்லது:

- எங்கிருந்து அல்லது யாரிடமிருந்து நீங்கள் ஆதரவையும் உதவியையும் பெற முடியும்?
- இந்த நபரிடமிருந்து நீங்கள் எந்த வகையான உதவி அல்லது பராமரிப்பைப் பெற விரும்புகிறீர்கள்? வேறு ஒருவரிடமிருந்து (எ.கா., வீட்டில் பராமரிப்பு அல்லது பிற நிபுணர்கள்) எந்த சேவைகளைப் பெற விரும்புகிறீர்கள்?
- பராமரிப்பாளர்கள் விடுமுறையில் இருந்தாலும் அல்லது அவர்களுக்கு நேரம் கிடைக்காவிட்டால் யார் உதவ முடியும்? எப்போது யார் எந்த பணிகளை மேற்கொள்ள முடியும்?
- பராமரிப்பு வழங்க ஒருவருக்கு பணம் செலுத்தும்போது என்ன சட்டப்பூர்வ பரிசீலனைகள் கணக்கில் எடுத்துக்கொள்ளப்பட வேண்டும்?

ஒருவர் உறவினரை கவனித்துக்கொள்ளும் பொழுது

உறவினரைப் பராமரிப்பது ஒரு முக்கியமான பணி. ஆனால் அது உடல் ரீதியாகவும் மன ரீதியாகவும் கடினமானதாக இருக்கலாம். நீண்டகால ஆதரவை வழங்க, தங்களைத் தாங்களே கவனித்துக் கொள்வதும் முக்கியம். சீக்கிரம் ஆலோசனை பெறுவது உதவியாக இருக்கும். ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவை வழங்கும் பல்வேறு சிறப்பு நிறுவனங்கள் உள்ளன. பல குடும்ப பராமரிப்பாளர்களும் வேலை செய்கிறார்கள். இதை சமநிலைப்படுத்துவது பெரும்பாலும் கடினம். நிபுணர்கள் தீர்வுகளைக் கண்டறிய உதவுகிறார்கள் - எடுத்துக்காட்டாக, முதலாளிகளுடன் கலந்துரையாடல்கள் அல்லது தினசரி வழக்கங்களை ஒழுங்கமைத்தல் போன்றவை. இது பராமரிப்பையும் வேலையையும் இணைப்பதை எளிதாக்குகிறது.

மேலதிகத் தகவல்கள் (இணைப்புகள், விலாசம், பிரசுரம், அறிவித்தல்)

www.hallo-aargau.ch/ta/alter-und-migration/angehoerige-pflegen-und-betreuen