

Akrabaların bakımı

Bazı insanlara yaşlılıklarında ya da hastalıklarında aileleri ya da arkadaşları tarafından bakılır. Bu çok yardımcı olabileceği gibi stresli de olabilir. İlgili herkesin yeterince erken plan yapması ve ihtiyaçları hakkında konuşması önemlidir. Aile bakıcılarının da desteğe ve molalara ihtiyacı vardır. Yardımcı olabilecek birçok hizmet ve danışma merkezi vardır.

Bakım hizmeti alıyorsanız

Günlük yaşamda giderek daha fazla yardıma ihtiyaç duyan insanlar genellikle akrabaları veya arkadaşları tarafından desteklenir. Başlangıçta bunlar küçük görevlerdir, ancak zamanla çaba daha büyük hale gelebilir. O zaman kendinize birkaç soru sormak iyi bir fikirdir:

- Nereden ya da kimden destek ve yardım alabilirsiniz?
- Bu kişiden hangi yardım veya bakım hizmetlerini almak istersiniz? Başka birinden (örneğin Spitex veya diğer profesyoneller) hangi hizmetleri almayı tercih edersiniz
- Bakıcılar tatildeyse veya zamanları yoksa kim yardım edebilir ve kim hangi görevleri üstlenebilir?
- Bakım için birine ödeme yapılırken hangi yasal hususların dikkate alınması gerekir?

Akrabalarınızın bakımını üstlenirken

Bir akrabaya bakmak önemli bir görevdir. Ancak fiziksel ve duygusal olarak da zorlayıcı olabilir. Uzun vadeli destek sağlamak için kendinize dikkat etmeniz önemlidir. Mümkün olduğunca erken tavsiye almak faydalı olacaktır. Bu konuda tavsiye ve destek sunan çeşitli uzman merkezler bulunmaktadır.

Birçok ailedeki bakıcılar aynı zamanda çalışmaktadır. Bu durumu dengelemek genellikle zordur. Uzmanlar çözüm bulmaya yardımcı olabilir - örneğin, işverenle görüşmeler veya günlük yaşamın düzenlenmesi için. Bu şekilde, bakım ile işi bir arada yürütmek daha kolay olur.

Daha fazla bilgi (linkler, adresler, broşürler, bilgi kılavuzları)

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