

Не быть с бедой наедине

...На этой работе нет премий и бенефитов, почетных грамот и «тринадцатой» зарплаты. Она тяжела и зачастую неблагодарна. Она требует профессиональных знаний и навыков, но занимаются ею, в основном, дилетанты. И никто никогда ее себе не планирует. Просто так складывается жизнь, что возраст и болезни близких людей заставляют кого-то приносить себя в жертву.

А кто-то — это жены, мужья, дети. Им бывает порой ничуть не легче, а то и тяжелее (ведь все повседневные заботы о семье и доме по-прежнему остались на их плечах), но об их самочувствии знакомые спрашивают гораздо реже: логичнее интересоваться здоровьем «официальных» больных, не правда ли?

Есть ли возможность помочь им, есть ли шанс, что они не будут оставаться один на один со своими проблемами? Такой шанс дает программа поддержки людей, ухаживающих за членами семьи — Family Caregiver Connections, второй год действующая в Торонто.

Мы беседуем с координатором программы Натальей Заболотской.

- Наталья, само название говорит за себя, но что конкретно вы делаете для попавших в тяжелейшее положение людей, судьба которых распорядилась стать сиделками при родных?

- Что говорить, их ситуация действительно незавидная. Беда всегда приходит не вовремя, а значит, рушатся все планы, само привычное течение жизни. Да, в Канаде существует немало государственных учреждений, по роду своей деятельности занимающихся опекой больных, беспомощных людей. Но ни одно из них не способно заменить домашнего уюта, тепла и участия близких. От тех, кому приходится ухаживать за немощными людьми, требуется настоящее самопожертвование. Они нередко теряют работу, во многом лишаются общения с «внешним» миром, их нервы напряжены до предела, что в итоге приводит уже к потере собственного здоровья, сильнейшим стрессам, а следовательно, сведению к нулю их усилий по опеке близких.

Созданная правительством Онтарио Центральная сеть интеграции здоровья (Central LHIN) стала инициатором новой стратегии под названием «Старею дома» (Aging at Home). В рамках этой стратегии создаются новые программы и сервисы, целью которых является предоставление необходимой помощи тем, кто хочет дать возможность своим больным и престарелым родственникам как можно дольше оставаться дома.

Программа Family Caregiver Connections является одной из таких программ и призвана помочь тем, кто ухаживает за своими близкими в домашних условиях. Она создана в партнерстве с такими организациями как Baycrest, Circle of Care, Bernard Betel Centre, Chai Tikvah Foundation, Jewish Family and Child, IAS Toronto, Reena и при финансовой поддержке Центральной сети интеграции здоровья (Central LHIN). Каждая из этих организаций предоставляет услуги тем, кто ухаживает за членами семьи.

В рамках программы Family Caregiver Connections они объединили существующие ресурсы для того, чтобы предоставляемая помощь была доступной и эффектив-

ной. Со времени рождения программы, июля 2008 года, прошло не так много времени, но она получила уже широкую известность, а главное — более ста двадцати семей сумели воспользоваться ее услугами. А они очень разнообразны:

Это справочно-информационная служба по телефону, консультации и поддержка по вопросам ухода за близкими, временная замена по уходу за нетрудоспособными членами семьи (Respite Care). Это транспортные услуги, доставка кошерных обедов на дом, информационные семинары и группы поддержки...

- Основное время с больными проводят их далекие от медицины и сферы социальных услуг родные. Как им овладеть необходимыми навыками?

- Мы не просто призываем их овладевать знаниями по уходу, умением правильно распределять свои силы, но и реально помогаем в этом.

Одним из видов такой помощи стали постоянные информационные семинары и на английском, и на русском языках. На них приглашаются интересные люди, имеющие большой опыт в подобной опеке, специалисты, социальные работники, представители общественных организаций. Так, например, один из семинаров на русском языке был организован совместно с IAS Toronto, другой — с Центром доступа к услугам по уходу (CCAC). На них присутствующие узнали о новых программах, услугах для тех, кто ухаживает за близкими людьми, смогли задать интересующие их вопросы и получить исчерпывающие ответы и рекомендации.

Еще одна форма нашей работы — организация встреч групп взаимной поддержки. Люди, которых объединила похожая жизненная ситуация, получили здесь место и время для того, чтобы поделиться своими проблемами, излить, как говорится, душу, найти друг в друге моральную помощь. В ходе самой первой такой встречи родилась интересная идея, воплощенная впоследствии в реальность. Дело в том, что людям, ухаживающим за близкими, и, в частности, больными рассеянным склерозом, как оказалось, остро не хватает специальной литературы на русском языке, посвященной этой проблеме.

Для того чтобы обеспечить участников очередной группы поддержки необходимым материалом, мы сумели перевести с английского очень полезную брошюру, изданную в гериатрическом центре Baycrest. Это учебное руководство для людей, ухаживающих за больными, страдающими прогрессирующей формой склероза. Что представляют собой это и похожие заболевания, как строить с их учетом повседневный быт, как сократить риск падений, обеспечить безопасность в доме, как правильно применять лекарственные препараты, какие юридические вопросы могут возникать в связи с болезнью и опекой — все это подобно освещается в брошюре. На каждую из семи встреч этой группы были приглашены специалисты из Baycrest, Circle of Care, Bernard Betel Centre и других организаций.

На таких встречах люди находят новых друзей, обмениваются личным опытом, налаживают связи между собой и не хотят их терять. Поэтому программа Family Caregiver Connections будет продолжать организацию таких групп и в дальнейшем.



Подпись под фото!

чается в брошюре. На каждую из семи встреч этой группы были приглашены специалисты из Baycrest, Circle of Care, Bernard Betel Centre и других организаций.

На таких встречах люди находят новых друзей, обмениваются личным опытом, налаживают связи между собой и не хотят их терять. Поэтому программа Family Caregiver Connections будет продолжать организацию таких групп и в дальнейшем.

- Кто приходит на эти встречи, каков возраст их участников?

- Это жены и мужья больных и престарелых людей, их дети, потому и возраст присутствующих очень разный — от двадцати пяти до восьмидесяти пяти и старше. Казалось бы, мало чего общего у этих людей, кроме объединяющей проблемы, но надо видеть, какая непринужденная атмосфера царит на встречах, как тянутся они друг к другу! Важно что здесь они чувствуют себя спокойно, не торопятся вернуться домой: их «пост» на это время занимают опытные сиделки, близкие не остаются в одиночестве. Для тех, кто не может сам прийти на встречу, мы организуем транспорт. Помимо группы для тех, кто ухаживает за близкими, страдающими деменцией, были созданы группы для людей, опекающих членов семьи с психическими заболеваниями (совместно с организацией Chai Tikvah), для супружеских пар, страдающих деменцией (совместно с Baycrest) и для взрослых детей, ухаживающих за пожилыми родителями (совместно с Circle of Care).

- Очень часто приходится убеждаться, что главный дефицит канадской жизни это информация. Порой неожиданно и с удивлением узнаешь о существовании каких-то организаций, какого-то сервиса. А попробуй найти нужный тебе

в конкретный момент жизни, так никакие справочники не помогут. Как быть «начинающим», тем, кто только что столкнулся с проблемой ухода за близкими, и не успевшим узнать, что, где, когда?

- Для этого сегодня достаточно иметь один телефон программы Family Caregiver Connections: 416-373-4093 или для информации на русском языке 416-635-2900 (доб. 498).

Мы поддержим человека, свяжем его со всеми нужными ему организациями, поможем не остаться наедине с бедой.

В прошлом году мы организовали профессиональный социологический опрос тех, кто вос-

пользовался нашими услугами. Подавляющее большинство с благодарностью отозвались о деятельности программы, которая помогла им не оторваться от жизни, встретиться с равнодушными к их проблемам людьми.

Считаю очень важным то, что у нас появилось больше возможностей для поддержки русскоязычной общины, прямо скажем, не избалованной вниманием государственных и общественных организаций. В ближайших планах — новые встречи, новые семинары на русском языке...

Беседу вел
Михаил Берман



? Вы ухаживаете за членом семьи, страдающим физическими, психическими или физиологическими расстройствами?

? Вы ухаживаете за своим престарелым родителем, бабушкой и дедушкой?

? Вы испытываете стресс и не знаете к кому обратиться за помощью, информацией и

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ЛИЦ, УХАЖИВАЮЩИХ ЗА ЧЛЕНАМИ СЕМЬИ (FAMILY CAREGIVER CONNECTIONS) ГОТОВА ВАМ В ЭТОМ ПОМОЧЬ!

| | |
|---|--|
| <p>Наши Партнеры</p> <ul style="list-style-type: none"> Circle of Care Baycrest Bernard Betel Centre Chai Tikvah Foundation Jewish Family and Child IAS Toronto Reena | <p>Услуги</p> <ul style="list-style-type: none"> Информационная служба Дневные социальные программы Транспортные услуги Временная замена по уходу (Respite Care) Информационные семинары Группы поддержки Доставка обедов на дом |
|---|--|

Для информации: 416-635-2900 (ext. 498)
care@supportingfamilycare.com
www.supportingfamilycare.com