2018

ارائه خدمات به سالمندان در شهر ناکا (NACKA)

واحد سالمندان

NACKA KOMMUN

اعتماد و احترام
به دانش و توانایی‌های
افراد و تمایل آن‌ها
به مسئولیت‌پذیری.

مطالب

ارائه خدمات به سالمندان در شهر ناکا 3
پرستار خانگی 3
پرستاری موقت در خانه ارائه حمایت به بستگان 4
هشدار ایمنی 5
حفاظت در برابر اجبار و تهدید در روابط نزدیک 5
تحویل غذا درب منزل شما 6
مراقبت‌های روزانه برای افراد بالای 65 سال 6
محل اسکان کوتاه‌مدت 8
حمایت از شما که از یکی از اعضای خانواده مراقبت میکنید 9
می‌توانید سایر افراد را ملاقات کنید 9
کمک هزینه پرستاری 10
خانه‌هایی امن‌تر با Tryggve 11
خانه سالمندان 12
چگونه درخواست حمایت یا کمک بدهیم 13

تصاویر: آن تافولین (ANN THAFVELIN)، برتیل نوردال (BERTIL NORDAHL)

ارائه خدمات به سالمندان در شهر ناکا (NACKA)

آیا شما بالای 65 سال هستید و نیاز به کمک‌هایی
از قبیل پرستار خانگی،
زندگی در اقامتگاه ویژهٔ سالمندان، تحویل غذا
درب منزل خود دارید؟

در این صورت می‌توانید از واحد سالمندان کمک بگیرید.
لطفا با شماره 00 80 718-08 تماس گرفته و با
مسئول کمک‌رسانی خیابان محل زندگی خود صحبت کنید.
مسئول کمک‌رسانی می‌تواند اطلاعات بیشتری در مورد
خدمات و کمک‌های قابل ارائه در اختیار شما قرار دهد.
اطلاعات مربوط به نحوه کمک گرفتن را می‌توانید در
صفحه 13 مشاهده کنید.

پرستار خانگی

پرستار خانگی می‌تواند نظافت، شستشو و خرید
را برای شما انجام دهد.
همچنین پرستار خانگی می‌تواند به شما در نوشیدن،
غذا خوردن، لباس پوشیدن و حمام کردن کمک کند.

چه کسانی می‌توانند خدمات پرستاری در خانه دریافت کنند؟
در صورتی که به دلیل بیماری یا از کار افتادگی،
برای مدیریت خود یا امور منزل به کمک نیاز داشته باشید
می‌توانید از خدمات پرستاری در خانه استفاده کنید.

شما تصمیمی دریافت خواهید کرد
شما تصمیمی دریافت خواهید کرد که نشان می‌دهد خدمات
پرستاری در خانه چه کمکی به شما ارائه خواهد کرد و استحقاق
دریافت چند ساعت خدمات پرستاری خانگی در ماه را دارید.

می‌توانید انتخاب کنید
می‌توانید انتخاب کنید که کدام شرکت، خدمات پرستار
خانگی را به شما ارائه دهد. البته باید شرکتی باشد که
مورد تایید شهرداری باشد.

هزینه آن چقدر است؟
هزینه آن چقدر است؟
هزینه خدمات پرستاری خانگی برای هشت ساعت اول در
هر ماه، ساعتی 150 کرون است. پس از این مقدار،
هزینه خدمات پرستار خانگی 90 کرون در ساعت است.
در هر ماه شما مجموعا برای پرستار خانگی،
مراقبت روزانه و هشدار ایمنی، بیش از 2044
کرون نخواهید پرداخت.

هزینه کمتری می‌پردازید
در صورتی که درآمد پایینی داشته باشید هزینه کمتری می‌پردازید باید اطمینان حاصل کنید که پس از پرداخت هزینه ها پول کافی برای زندگی شما باقی می‌ماند.

بنابراین اگر در صورت تنها بودن کمتر از 5136 کرون در ماه درآمد داشته باشید و در صورت متأهل یا همخانه بودن با شریک زندگی خود، کمتر از 4340 کرون در هر ماه درآمد داشته باشید، این هزینه کاهش پیدا می‌کند.

پرستاری موقت در خانه ارائه حمایت به بستگان

منظور از پرستاری موقت این است که فردی به عنوان پرستار برای چند ساعت در خانه کمک می‌کند تا در این فاصله فردی که از یکی از اعضای خانواده پرستاری می‌کند، بتواند استراحت کند یا کارهای خودش را انجام دهد.

چه کسانی می‌توانند از خدمات پرستاری موقت بهره مند شوند؟
اگر در خانه از فردی مراقبت می کنید که به دلیل بیماری طولانی مدت یا از کار افتادگی نیاز به کمک زیادی دارد، می‌توانید از خدمات پرستاری موقت بهره مند شوید.

در این زمینه بستگان دریافت خواهید کرد
شما تصمیمی دریافت خواهید کرد که در آن قید شده است که چند ساعت در ماه استحقاق استفاده از پرستار موقت را دارید.

می‌توانید انتخاب کنید
می‌توانید انتخاب کنید که کدام شرکت، خدمات پرستار موقت را برای شما فراهم کند. البته باید آن شرکت مورد تایید شهرداری باشد.

هزینه آن چقدر است؟
برای پرستار موقت و مراقبت از سالمندان هزینه‌ای اخذ نمی‌شود.

اطلاعات بیشتر
اطلاعات بیشتر را می‌توانید از طریق مشاور خانواده به شماره 08 89 718-08 و پرستار زوال عقل به شماره 01 80 718-08 کسب کنید.

هشدار ایمنی

در صورتی که برای شما اتفاقی بیفتد،
مثلاً در صورتی که زمین بخورید
با استفاده از هشدار ایمنی می‌توانید
درخواست کمک کنید.
در صورت وقوع چنین حادثه‌ای از دکمه
هشداری روی بازو یا گردن خود استفاده کنید.
شما دکمه هشدار را فشار می‌دهید و
می‌توانید با مرکز نظارت صحبت کنید،
بنابراین نیازی نیست خودتان تماس بگیرید.

اگر دکمه هشدار را فشار دهید، در صورتی که لازم باشد،
مرکز نظارت یک گشت هشدار را به خانه شما می فرستد.

شما همچنین می‌توانید یک هشدار ایمنی سیار دریافت نمایید
که می‌توانید از آن بیرون از منزل خود استفاده نمایید. در
اینصورت گشت هشدار می‌تواند حتی زمانی که در مکان
دیگری در ناکا هستید هم به کمک شما بیاید.

چه کسانی می‌توانند از هشدار ایمنی استفاده کنند؟
افرادی که سریعاً نیاز به کمک دارند می‌توانند هشدار
ایمنی دریافت کنند. این افراد می‌توانند
کسانی باشند که ممکن است زمین بخورند و یا نگرانند زمین بخورند.

هزینه آن چقدر است؟
هزینه هشدار ایمنی و هشدار ایمنی سیار، هرکدام 210 کرون
در ماه می‌باشد. اگر به هردوی این خدمات نیازمند باشید، هزینه
آن 420 کرون در ماه خواهد بود. ارسال گشت هشدار هزینه‌ای
در بر ندارد. شما مجموعاً برای پرستار خانگی، مراقبت روزانه،
هشدار ایمنی و هشدار ایمنی سیار بیش از 2044 کرون در ماه
پرداخت نخواهید کرد.

حفاظت در برابر اجبار و تهدید در روابط نزدیک

اجبار، تهدید یا خشونت از جانب فردی که می‌شناسید یا با او زندگی می‌کنید
بیش از آنچه که بسیاری از مردم فکر می‌کنند، رایج است.
این امر می‌تواند برای هر کسی پیش بیاید.

ممکن است فردی
- از تماس شما با دیگران جلوگیری کند
- شما را با القاب زننده صدا بزند
- در مورد مسائل مالی شما تصمیماتی بگیرد که نمی‌خواهید
- جلوی مسائل روزمره زندگی شما را بگیرد، مثلاً گشت و گذار در خانه یا مصرف داروهایتان.

می‌توانید با:

- **مسئول کمک‌رسانی** خود تماس بگیرید: 00 80 718-08 (تلفنخانه مرکزی)

- **پاسخگویی به تماس:** 72 95 601-08
  - یک مرکز پاسخگویی آزاد و رایگان.
  می‌توانید بدون گفتن نام خود تماس بگیرید.

- **Kvinnofridslinjen:** سازمان آسایش بانوان 50 50 50-020 می‌توانید در تمام ساعات به طور رایگان تماس بگیرید.
  می‌توانید بدون گفتن نام خود تماس بگیرید.

- **خدمات اجتماعی اورژانس در ناکا:** 65 31 564-010 و 40 76 718-08
  شماره تلفن‌های خدمات اجتماعی اورژانس هستند که بعد از ساعات اداری هم کار می‌کنند.

- **پلیس:** 112 یا 114 14

تحویل غذا درب منزل شما

می‌توانید غذای بیرون بر سفارش دهید تا درب منزل شما تحویل داده شود.
چند نوع غذای مختلف وجود دارد که می‌توانید از میان آن‌ها انتخاب کنید.
هزینه غذا را خودتان می‌پردازید.

چه کسانی می‌توانند از خدمات تحویل غذا درب منزل استفاده کنند؟
کسانی که برای آشپزی مشکل دارند، می‌توانند غذای بیرون بر را در منزل خود تحویل بگیرند.

هزینه آن چقدر است؟
قیمت هر پرس غذا 51 کرون است.
پرستار خانگی می‌تواند غذا را گرم کند و در خوردن آن به شما کمک کند.

این کار چگونه انجام می‌شود؟
شما در روز مورد نظر از هفته غذا را درب منزل خود تحویل می‌گیرید.
شما یا فرد دیگری باید در خانه حضور داشته باشید تا غذا را تحویل بگیرید.

مراقبت روزانه برای افراد بالای 65 سال

فعالیت‌های مراکز مراقبت روزانه
در مرکز مراقبت‌های روزانه، در روزهای خاصی می‌توانید به همراه دیگران کارهایی انجام دهید که می‌تواند سرگرم کننده باشد.

می‌توانید کمک‌ها و مراقبت‌هایی را که در
طول روز نیاز دارید، دریافت کنید.
می‌توانید به صورت فردی یا با دیگران
به شکل گروهی ورزش کنید.

درصورتی که به مرکز مراقبت‌های روزانه رفت و آمد دارید،
در صورت نیاز می‌توانید برای رفت و آمد خود، سرویس بگیرید.
هزینه سفر نیز به شما پرداخت خواهد شد.

مرکز مراقبت‌های روزانه، در روزهای کاری هفته باز است.
می‌توانید در روزهای خاصی به آنجا بروید.

برای افرادی که دچار بیماری زوال عقل هستند، مراکز مراقبت‌های روزانه
خاصی وجود دارد.

چگونه خدمات مراقبت‌های روزانه را دریافت و شرکت ارائه دهنده را انتخاب کنم
شما از یک یا چند مرکز مراقبت روزانه که مورد تایید شهرداری
ناکا است بازدید کرده و با آن‌ها صحبت می‌کنید.

مأموران کمک‌رسانی می‌توانند در مورد مراکز مراقبت‌های روزانه که
در دسترس شماست به شما اطلاعات بدهند، همچنین می‌توانند در زمینه
صحبت با کسانی که در مراکز مراقبت‌های روزانه کار می‌کنند، شما را
راهنمایی کنند.

هزینه آن چقدر است؟
هزینه‌ای که شما می‌پردازید، برابر با یک ساعت هزینه خدمات
پرستاری خانگی است. هزینه غذا را خودتان می‌پردازید.
هزینه مراقبت روزانه برای هشت بازدید اول در هر ماه،
150 کرون در روز است.
پس از آن هر بازدید از مرکز روزانه 90 کرون هزینه دارد.
این هزینه به همراه هزینه خدمات پرستاری خانگی محاسبه می‌شود.
شما مجموعا برای خدمات پرستاری خانگی،
مراقبت روزانه و هشدار ایمنی، در هر ماه بیش
از 2044 کرون نخواهید پرداخت.

هزینه کمتری می‌پردازید
در صورتی که درآمد پایینی داشته باشید،
هزینه کمتری می‌پردازید.
باید اطمینان حاصل کنید که پس از
پرداخت هزینه ها، پول کافی برای
زندگی شما باقی می‌ماند.

اسکان کوتاه‌مدت

می‌توانید مدت کوتاهی را در یک اقامتگاه کوتاه‌مدت زندگی کنید، که مراقبت‌هایی را نیز در آنجا دریافت خواهید کرد.
کارکنان و پرستاران این مراکز برای نگهداری از شما آمادگی دارند.
شهرداری ناکا هزینه رفت و آمد به این مراکز را به شما پرداخت می‌کند.

این اسکان کوتاه‌مدت مختص افراد و شرایط زیر است:

- فردی که از یکی از بستگان مراقبت می‌کند، هنگامی که فرد تحت مراقبتش به اقامت گاه کوتاه‌مدت می رود، می‌تواند استراحت کند.

- می‌توانید تا زمانی که شهرداری در حال بررسی امکان بازگشت شما به خانه پس از حضور در بیمارستان است، در اقامتگاه کوتاه‌مدت بمانید.

- می‌توانید تا زمانی که شهرداری در حال بررسی نیاز به ماندن شما در مراکز ویژه سالمندان است، در اقامتگاه کوتاه‌مدت بمانید.

- در صورتی که نمی‌توانید در خانه صبر کنید، می‌توانید تا زمانی که منتظر تعیین مکانی در یک اقامت گاه ویژه سالمندان هستید، در اقامتگاه کوتاه‌مدت بمانید.

چه کسانی می‌توانند از مراکز اسکان کوتاه‌مدت استفاده کنند؟
در صورتی که در طول روز، عصر، آخر هفته و شب به کمک زیادی نیاز دارید و زمانی که خدمات پرستاری در منزل کافی نیست، می‌توانید به اقامتگاه کوتاه‌مدت بروید.

هزینه آن چقدر است؟
شما 70 کرون برای هر روز می‌پردازید به اضافه 120 کرون در روز برای غذا.

حمایت از شما که از یکی از اعضای خانواده مراقبت می‌کنید

شما که مایل و قادر به مراقبت از فردی در خانواده هستید،
کار بزرگی انجام می‌دهید.
اما به دلایل مختلف، این کار می‌تواند سخت باشد.

فهرستی از حمایت‌هایی که می‌توانید برای مراقبت از
یک فرد در خانه دریافت کنید، در ادامه ارائه شده است.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد این حمایت‌ها،
می‌توانید ذیل این عناوین را بخوانید.

- پرستار موقت در خانه
- مراقبت‌های روزانه
- خدمات پرستاری خانگی
- اسکان کوتاه‌مدت
- کمک هزینه پرستاری
- هشدار ایمنی

می‌توانید با سایر افراد ملاقات کنید

شهرداری ناکا، صلیب سرخ، خدمات دوستان
و انجمن بستگان در برقراری ارتباط با دیگران
به شما کمک می‌کنند.
اطلاعات بیشتر را می‌توانید از طریق
مشاور بستگان شماره تلفن،
به 08 89 718-08 و
پرستار زوال عقل به شماره
01 80 718-08 کسب کنید و همچنین:

صلیب سرخ به شماره 633 633-0723، 45 49 715-08
صلیب سرخ می‌تواند به شما کمک
کند تا دیگران را ملاقات کنید
تا بتوانید از پس مراقبت در خانه بر بیایید.

خدمات دوستان به شماره 06 08 718-08
خدمات دوستان به سالمندان کمک می‌کند،
با آن‌ها تماس گرفته و صحبت می‌کند و آن‌ها
را تا بیمارستان همراهی می‌کند.

انجمن بستگان به شماره 60 70 155-010
انجمن بستگان، AHR، از کسانی که فردی در خانواده دارند که در خانه یا خانه سالمندان تحت مراقبت است، حمایت می‌کند. شماره تلفن انجمن بستگان ناکا 22 21 715-08 است.

کمک هزینه پرستاری

شمایی که نیاز به دریافت کمک زیادی از یک نفر در خانواده دارید، می‌توانید برای اموری که معمولاً توسط پرستار خانگی انجام می‌پذیرد، کمک هزینه پرستاری دریافت نمایید.

کمک هزینه مراقبت 2225 یا 1138 کرون در ماه است.
این مبلغ بستگی به میزان کمکی دارد که از بستگان خود دریافت می‌کنید.
به این کمک هزینه مالیات تعلق نمی‌گیرد.
در صورتی که کمک هزینه پرستاری را دریافت می‌کنید، می‌توانید از پرستار خانگی بهره‌مند شوید و از خدمات پرستار و مراقب نیز استفاده کنید.
هنگامی که در اقامتگاه کوتاه‌مدت هستید، کمک هزینه به شما تعلق نمی‌گیرد.

چه کسانی می‌توانند کمک هزینه پرستاری دریافت کنند؟

- شما باید 65 ساله یا بیشتر باشید.
- باید در ناکا ثبت نام شده و اقامت داشته باشید.
- باید به مراقبت زیادی نیاز داشته باشید.
- فرد مراقب، باید در مکانی زندگی کند که شما زندگی می‌کنید.
- فرد مراقب نباید استخدام شده باشد یا دستیار شخصی باشد یا برای مراقبت از اقوام نزدیک یا بستگان مزایایی از صندوق بیمه دریافت کند.

در صورتی که برای موارد زیر به کمک نیاز داشته باشید، می‌توانید کمک هزینه پرستاری دریافت کنید:

- پوشیدن و درآوردن لباس
- حمام کردن و به توالت رفتن
- در صورتی که دچار بیماری زوال عقل باشید و فردی به طور شبانه‌روزی از شما مراقبت کند

شما نمی‌توانید برای فردی که خرید،

آشپزی و نظافت را برای شما انجام می‌دهد،
کمک هزینه دریافت کنید.
در صورتی که برای مصرف داروها،
تزریق سرنگ یا مراقبت از زخم ها به کمک
نیاز داشته باشید، نمی‌توانید کمک هزینه دریافت کنید.
این کار، وظیفه مراکز خدمات بهداشت و درمان است.

خانه‌هایی امن‌تر با TRYGGVE

آیا برای ایمن و مطمئن ساختن خانه خود به کمک نیاز دارید؟
در این صورت می‌توانید از خدمات Tryggve کمک بگیرید.
سازمان امداد و نجات این خدمات را به هر کسی در جامعه
که بالای 70 سال سن دارد، ارائه می‌دهد.

هزینه آن چقدر است؟
Tryggve رایگان است و خانه شما را ایمن خواهد
ساخت تا زمین نخورید و به خودتان آسیب نزنید.
Tryggve به شما در مورد کارهایی که انجام آن‌ها
می‌تواند برای بسیاری از سالمندان خطرناک باشد،
کمک می‌کند.

این خدمات می‌تواند به شما در
بلند کردن اجسام سنگین، بالا رفتن از نردبان و موارد مشابه کمک کند.

در اینجا چند نمونه از کارهایی که Tryggve می‌تواند در انجام آن به شما کمک کند، آمده است:

- نصب حسگرهای دود
- تعویض لامپ‌ها و دوشاخه و پریزها
- نصب یا باز کردن پرده‌ها
- درست کردن سیم های شل و رها شده
- اطمینان از اینکه روی فرش‌ها سر نمی‌خورید

Tryggve به خانه شما می‌آید و بر اساس
فهرست استاندارد سازمان خدمات ایمنی سوئد
در زمینه ایمنی در زندگی روزمره،
محل اقامت شما را بررسی می‌کند.

Tryggve مانند سایر شرکت‌ها خدمات تعمیراتی انجام نمی‌دهد.
خدماتی که Tryggve انجام می‌دهد با خدماتی که سایر

شرکت‌های خدمات خانگی انجام می‌دهند تفاوت دارد.

در اینجا شیوه کمک گرفتن از Tryggve ذکر شده است
با شماره 00 80 718-08 تماس بگیرید و کاری را که برای انجام آن به کمک احتیاج دارید، به آن‌ها بگویید.
Tryggve در اسرع وقت، با شما تماس خواهد گرفت.

خانه سالمندان

اقامتگاه های ویژه (سالمندان)، خانه‌ای است که خدمات و مراقبت‌های شبانه‌روزی ارائه می‌کند.
در این مکان‌ها تمام کمک‌هایی که ممکن است در زندگی روزمره خود به آن نیاز داشته باشید، دریافت می‌کنید.
کارکنان و پرستاران، مراقبت‌های پزشکی را برای شما انجام می‌دهند.
باید بتوانید در خانه سالمندان به صورت مستمر زندگی کنید.

چه کسانی می‌توانند در این اقامت گاه های ویژه زندگی کنند؟
در صورتی که به مراقبت زیادی نیاز داشته باشید که پرستار خانگی نتواند آن را فراهم کند، می‌توانید به خانه سالمندان بروید.
این مرکز می‌تواند در روز، عصر، آخر هفته و شب به شما کمک کند. همچنین در صورتی که وضعیت روحی شما نابسامان باشد، می‌توانید کمک بگیرید.

می‌توانید انتخاب کنید
در صورتی که تاییدیه‌ای برای زندگی در خانه سالمندان دریافت کرده‌اید، می‌توانید از میان اقامت گاه های تأیید شده شهرداری، محل مورد نظر خود را انتخاب کنید.

هزینه آن چقدر است؟
شما در هر ماه 2044 کرون هزینه مراقبت می‌پردازید.
شما هزینه اجاره و غذا را پرداخت می‌کنید.
هزینه ها از اقامتگاهی به اقامتگاه دیگر، متفاوت است. از واحد سالمندان در مورد قیمت‌ها سؤال کنید.
در صورتی که درآمد پایینی داشته باشید، هزینه کمتری می‌پردازید.

چگونه درخواست حمایت یا کمک بدهیم

درخواست حمایت را باید به واحد سالمندان ارائه دهید.
لطفا با شماره 00 80 718-08 تماس گرفته و با مسئول کمک‌رسانی خود که مسئول خیابان محل زندگی شماست، صحبت کنید.

همچنین می‌تواند به این آدرس نامه بنویسید:
Äldreenheten
Nacka kommun
131 81 Nacka

بررسی
مسئول کمک‌رسانی به صورت تلفنی با شما صحبت خواهد کرد یا از خانه شما بازدید خواهد کرد و بررسی خواهد کرد که به چه کمک‌هایی نیاز دارید.

در صورتی که بستری هستید، او با شما، خانواده تان، بستگانتان در صورتی که بخواهید، همراه با مدیران مراقبت و کارکنان مراقبت‌های بهداشتی، دیدار خواهد کرد و در مورد کمک‌هایی که نیاز دارید، صحبت خواهد کرد.

تصمیمات اتخاذ شده برای کمک
تایید درخواست دریافت کمک به چه معناست؟
تایید درخواست دریافت کمک به این معناست که مسئول کمک‌رسانی در مورد اینکه استحقاق دریافت چه نوع کمکی را دارید و میزان این کمک، مثلاً چند ساعت در هفته می‌توانید خدمات پرستاری در خانه دریافت کنید، تصمیم مثبت گرفته است.
جزئیات تصمیم اتخاذ شده را به صورت نامه به آدرس منزلتان ارسال خواهیم کرد.

عدم پذیرش درخواست دریافت کمک به چه معناست؟
عدم پذیرش به معنای این است که شما استحقاق دریافت کمکی را که درخواست داده اید، ندارید.
ما تصمیم اتخاذ شده در مورد عدم پذیرش درخواست شما را به آدرس منزلتان ارسال خواهیم کرد.

می‌توانید در مورد این تصمیم، درخواست تجدید نظر کنید
در صورتی که از این تصمیم رضایت ندارید،
می‌توانید درخواست تجدید نظر را به دادگاه اداری ارائه کنید.

تصمیم به واقعیت می‌پیوندد
هنگامی که در مورد اعطای کمک تصمیمی دریافت کردید
مثلاً خدمات پرستاری خانگی، اسکان کوتاه‌مدت یا خانه سالمندان،
می‌توانید شروع به دریافت کمک کنید.

گاهی اوقات می‌توانید انتخاب کنید که چه کسی به شما کمک کند.
مسئول کمک‌رسانی می‌تواند به شما بگوید که از میان چه کسانی می‌توانید انتخاب کنید و همچنین برای صحبت با آن‌ها به شما کمک می‌کند.

نشانی واحد سالمندان
ناکا 13181:
Nacka stadshus, Granitvägen 15
تلفن: 08-718 80 00
پست الکترونیک: info@nacka.se
پیامک: 716 80
www.nacka.se
www.facebook.com/nackakommun

NACKA KOMMUN