

2011年8月

福利權益現正開始再次接受轉介

我們非常高興向你們宣布，我們的福利權益小組現正擴展，同時我們已經開始接受轉介。

周年大會

我們歡迎你參加我們於今年九月二十九日舉行的周年大會，主講嘉賓稍後公佈。

夢想有一個白色聖誕節嗎？

在陽光普照下你可能不會聯想到聖誕節，但如果你想參加今年的照護者聖誕午餐會，你現在就應開始安排。

照護者周 2011

今年的照護者周是最成功的一年！可能我們會被指說每年都是說同一樣的東西，今年我們於6月15日舉辦的嬌寵日當天有130照護者參加！超過40位的治療師拿出時間替照護者提供各種不同的服務，從反射療法和化妝到大笑工作坊和碗敲擊樂等。

每個照護者都接受兩至叁個療法，享用美好的食物和一系列的活動，例如首飾制造，電腦運動，裝飾紙包小蛋糕。還有裝滿小禮物的禮物袋和在喝咖啡時（和紙包小蛋糕）有機會跟其他照護者聊天。

“我每周七天，每天二十四小時照顧我丈夫和享受到自由和接受幾個聊療法”

“我真正享受被寵的感覺，同時知道很多人的情況也跟我一樣”

“我想所有照護者都應該參加嬌寵日，讓自己有一些空間和時間這是一件美好的事情”



請把以下的日子登記在日記裏

9月29日-中心周年大會

請向方政小姐報名，聯絡電話 200422.

愛丁堡 McArthurGlen 購物日 詢眾要求，再次舉辦！

11月24日星期四

每位£5.00

所有照護者及被照護者都一律歡迎。

巴士於上午 9.30 在亞街魯大樓丹地照護者中心出發，5.30pm 回程到亞街魯大樓。

聖誕午餐於 12月20日星期二設於 The Invercarse 大酒店。

所有照護者，被照護者及傷殘人士都一律歡迎。

午餐於中午 12:15 恭候，12:30 入席

下午 3.30 散席

費用每位£14.00

小組活動

10月5日星期三 – 開開心心做運動由 Denise 安排，地點浸信會由上午 10:30 – 中午 12:30。

11月4日星期五 – 制造節日味（另行通知）

12月9日星期五 – 氣功，Shirley Brennan。

（請向方政小姐報名，聯絡電話 200422）

British Red Cross 英國紅十字會 治療性照護服務

這項服務是透過普通的手部護理，治療性的手部和臂部按摩及頸部和肩部輕柔按摩使照護者能提升身心健康和鬆弛神經。接受按摩時請穿上寬鬆的衣服。這項服務是紅十字會每個月的第二及第四個星期五為照護者提供的免費服務。名額有限請早向方政小姐報名，聯絡電話 200422。

照護者的故事

本中心現正為丹地的專業人士提供培訓，其中一部份是蒐集照護者的故事並與他們分享。目的是使專業人士能聽取照護者們的經歷使他們更了解照護者的需求。直此能改善服務提高服務水平。

我們有一些照護者能站在眾人面前講述他們的故事同時用攝像機把過程攝錄下來。如果你同樣有興趣的話，請聯絡我們。我們可以安排工作坊令你提高自信心去講述你的故事。請聯絡 Gill 電話 200422 報名。下一次的安排是：

9月30日星期五

下午1時至2時（提供午餐）

亞街魯大樓丹地照護者中心

照護者的真面目

照護者周不是剛是有關嬌寵日。今年的活動主題是照護者的真面目，為了提高市民對照護者問題的意識。我們得到一班志愿者的幫忙，我們湧向城市廣場宣傳這個主題，但整個過程未有足夠的照護者同一時間穿起T恤。

很多人都停下來與其他人傾談和索取有關中心的資料。我們同時宣傳和支持 **JustGiving**- 這是一個慈善的網站，市民可以使用這個網站捐款到他們所支持的慈善機構。如果你們希望捐款（或你有一個富有的伯伯他剛剛中了六合彩！）可覽 www.JustGiving.com 網站你可以從這個快速和安全的網站捐款。

團隊概況

丹地照護者中心包括有很多其他不同的服務，可能你也不大在意他們的服務種類。其實我們有不同的小組應付不同的問題。

年青照護者計劃

我們是年青照護者計劃，我們是丹地照護者中心的一份子。首先我要告訴你，我們簡稱自己為 YCP。這比較順口，年青人和我們都喜欢這個稱呼☺

甚麼是年青照護者？

我們把年青照護者定議為：

“年青人年齡由 5 歲至 21 歲與患有長期身體或精神病患者，學習或感官障礙者，吸毒或酗酒者同住”
（丹地年青照護者計劃）

我們這個計劃是包括整個丹地市的青少年，只要他們合乎以上的定議。我們的團隊包括七位工作人員，分布於三個範圍，當我們聚集一起工作時就好象一幅幻彩的 YCP 拼圖

我聽到你問，我怎樣能使用服務把問題轉介？

這是很易 – 你可以在我們的網頁 (<http://www.youngcarers.co.uk/Downloads>) 下載轉介表格或到我們的辦工室直接索取。你也可以打電話到辦工室，我們可以郵寄或電郵一份表格給你。轉介可由家庭成員，學校老師，醫生，青少年工作者，社工，醫務人員和其他專業人士作轉介人。我們的團隊基本上接受任何人士的轉介。

收到轉介信或表格怎樣處理？

我們會安排工作人員探訪這位年青人和他的家人，提供一些有關我們計劃的資料使他們知道他們能得到甚麼支援和幫助。如果年青人和他的家人覺得 YCP 未能提供他們所需的要求和幫助，我們為他們

找尋其他合適的服務。如果這位年青人接受我們的服務，我們會把他的名字排在輪候名單裏（通常不會很長）然後分配一位工作人員給他提供單對單的支援及幫助。

當分配到工作人員之後，下一部是甚麼呢？

當年青人接受單對單的支援時，工作人員會視乎他們護理角色是甚麼而提供不同的支援及幫助。

YCP 還能為年青人提供甚麼其他的服務呢？

年青人可參與分為兩個不同年齡的 YCP ‘紅蘿卜’小組，這小組可為年青人提供不同的新機會，認識新朋友和重要的是為你帶來很多的歡樂。你亦可以參加我們舉辦的宿營計劃，旅遊計劃和獎勵計劃如年青人成就獎。

請電 YCP 200 422 或瀏覽 www.youngcarers.co.uk

請積極參與

照護者心聲小組於每月的第二個星期一下午一時三十分於照護中心開會。我們將會研討不同的項目和參與活動，部分目的是收集照護者的心聲希望能夠影響丹地照護者的新政策，請留意動向並積極參與，你的意見對於本地照護者討論議程是有極大的影響力，我們盡量簡化程序不同的形式令你可以表達你的意見和心聲。

歡迎參加會議或來電聯絡 Tim 電話 200 422。你可在 Facebook 裏找到找護者心聲，他是與中心網頁相連的。

照護者中心的新職員

丹地照護者中心很高興歡迎我們兩位新加入員工。一位是提供理財服務的 Tanya Harkins，她是從威爾斯來的，另一位是福利權益助理 Jim Millward。

Jim 的自我介紹

大家好！我的名字叫 Jim Millward 我剛剛加入照護者中心為福利權益助理。我會為大家解答一些有關福利金的問題和幫助大家填寫表格。我的工作時間是星期一至星期四。我對於諮詢福利權益/福利金方面的工作有超過十年的經驗。

福利權益小組成員包括 Carol, Hilary 和我本人。福利金的系統在未來的幾年內會有極大的改變，所以本中心會作好準備為大家提供更詳盡的諮詢。

因為福利權益小組的擴展，本中心現可以接受新的轉介和自我轉介。我們希望能夠為你提供更完善的服務和提供更詳盡的諮詢。請打電話到本中心 200 422 預約時間。

新社區中心落成

丹地社區中心於 7 月 24 日星期日正式開幕，當天的開放日為市民提供很多歡樂的活動。中心的地址是 The Centre is at 7 Guthrie Street。詳情請瀏覽 Facebook:

<https://www.facebook.com/pages/Dundee-Community-Centre/208330489190966>

如想獲取更多資料，請聯絡：

Virginia Kerr（方政）

照護者支援工作人員

丹地照護者中心

電話：01382 200 422

電郵：virginia.kerr@dundecarerscentre.org.uk

www.dundecarerscentre.org.uk

新地址：：First Floor, Argyll House, West Marketgait, Dundee DD1 1QP

