



اللغة العربية/ARABISKA

إلى من يقدم الدعم أو الرعاية إلى أحد أقربائه

 **Mark**

قسم دعم الأقرباء

دعم الأقباء في بلدية مارك

إن دعم الأقباء الذي نقدّمه مخصص لمن يقدّم الدعم أو الرعاية إلى شخص من أقبائه بلغ سن 65 عاماً فما فوق. ويعتمد نوع الدعم حسب احتياجاتك وحسب وضعك المعيشي.

عندما يمرض قريبك فقد تصبح أنت بحاجة إلى المساعدة

غالباً ما يكون المرء في خضم الرعاية قبل أن يدرك أنه يقوم بعمل مؤهل يستمر على مدار الساعة في أغلب الأحيان. وأنت بوصفك أحد الأقباء تقوم بمجهودات لا تقدر بثمن. وأحياناً تحتاج أنت أيضاً إلى دعم وإلى وقت تركزه لنفسك وإلى فرصة للراحة.

المحادثة

إذا كنت بحاجة إلى معلومات أو نصائح أو دعم، فيمكنك الاتصال بنا. يمكن أن نتحدث معاً عن طريق الهاتف، ويمكنك أن تزورنا هنا في قسم دعم الأقباء، ويمكن أن نقوم بزيارة منزلية أو أن نخرج ونلتقي أثناء نزهة من المشي.

تحدّث مع آخرين يعرفون هذه الأمور

نعرض عليك الانضمام إلى مجموعات تضم أشخاصاً آخرين في وضع مشابه لوضعك. وتلتقون في مجموعة صغيرة وتتحدثون وتقدمون الدعم إلى بعضكم بعضاً في سياقات ممتعة. ونعرض عليكم معلومات وتعليمات من خلال هذه اللقاءات.



وقت مخصص لك

نعرض عليك تخفيف الأعباء إذا كنت قريباً لشخص يبلغ من العمر 65 عاماً فما فوق ويحتاج إلى دعمك في أغلب أوقات اليوم ويصعب عليك أن تترك قريبك وحده لوقت طويل. والغاية من تخفيف الأعباء هي منحك الفرصة لأخذ وقت خاص بك بهدف الوقاية من إصابتك باعتلال.

نقوم أيضاً بأنشطة محفزة للصحة من أجل تحفيز الأقرباء وتوفير الراحة لهم. وهذه الأنشطة مخصصة لك بالدرجة الأولى إذا كنت تسكن مع الشخص الذي تقدم له الدعم على أن يكون عمرك فوق 18 عاماً ومسجّل في قيد النفوس في بلدية مارك.



هل تريد الحصول على معلومات عمّا يعنيه
دعم الأقرباء بالنسبة لك تحديداً؟

نرحّب باتصالك بنا!

للاتصال بنا

مُنسّق الأقرباء 0320-21 78 20 و 0320-21 78 29

البريد الإلكتروني: anhorigstod@mark.se

www.mark.se

إدارة الشؤون الاجتماعية، بلدية مارك.

قسم دعم الأقرباء، شارع (Kinnaborgsvägen 5)، 511 57 كيننا

Anhörigstöd, Kinnaborgsvägen 5, 511 57 Kinna