

هل تحتاج إلى مساعدة في رعاية من تحب؟



Markant

مركز متخصص بالرعاية غير الرسمية

020 886 88 00 | info@markant.org | www.markant.org

هل أنت مقدم رعاية غير رسمي؟

تشير الرعاية غير الرسمية إلى تقديم رعاية طويلة الأمد لشريك حياتك، أو أحد أفراد أسرتك، أو لشخص عزيز عليك يعاني من مرض جسدي أو نفسي، أو من إعاقة، أو يحتاج إلى رعاية مستمرة بسبب التقدم في العمر. غالباً ما تكون هذه الرعاية متعبة وتتطلب الكثير من الجهد والعطاء، لذلك من الضروري أن تحافظ على صحتك ورفاهك أثناء رعايتك الآخرين. وفي بعض الأحيان، قد تحتاج إلى بعض الدعم لتمكن من الاستمرار في العطاء.

كيف يمكن أن يساعدك مركز ماركانت؟

ماركانت هو مركز مخصص لدعم مقدمي الرعاية غير الرسمية، ويقدم خدماته للأشخاص الذين يعانون بغيرهم في أمستردام وديمن ودويفندريلخت. نحن نساعد مقدمي الرعاية على الموازنة بين العناية بالآخرين والاهتمام بأنفسهم. نحقق ذلك من خلال الإجابة على أسئلتهم، والاستماع إلى قصتهم، والتعاون مع متطوعينا الذين يمكنهم تولي مهام الرعاية لبعض ساعات أسبوعياً، لتمكن من تخصيص بعض الوقت لنفسك. كما يمكنك المشاركة في ورش العمل والدورات التدريبية واللقاءات المتخصصة، مما يساعدك على إيجاد التوازن في حياتك والحفاظ عليه. خدماتنا ودعمنا مجانيان تماماً، ولا تحتاج إلى أي إحالة أو تحويل للاستفادة منها.

المعلومات

لا تتردد في التواصل معنا لأي استفسارات. كما يمكنك الاطلاع على معلومات حول الرعاية غير الرسمية والدعم المتاح على موقعنا الإلكتروني www.markant.org. اشترك في النشرة الرقمية الخاصة بنا لتصلك آخر الأخبار والنصائح وجدول أنشطتنا. كما يمكنك متابعة ماركانت على فيسبوك أو إنستغرام أو لينكden.

نود إعلامكم أن جميع معلوماتنا متاحة باللغة الهولندية. الأشخاص الذين يردون على الهاتف لا يتحدثون العربية. لذا يُرجى التأكد من وجود شخص حولكم يجيد اللغة الهولندية.

توفير متطوعين

بصفتك مقدم رعاية غير رسمي، من الضروري تخصيص بعض الوقت لنفسك من حين لآخر لتجديد طاقتك. ولتوفير هذه المساحة لك، يمكننا جدولة زيارة منتظمة من متطوع في أوقات متافق عليها ليبقى مع الشخص الذي تعتنى به ويقدم له الرفق. يمكن لتطوعينا أيضًا القيام بأنشطة مشتركة.

هذا ممكن للأشخاص المصابين بالخرف، والبالغين والأطفال ذوي الإعاقات أو الأمراض المزمنة، وكذلك للأشخاص الذين يحتاجون إلى رعاية مكثفة بسبب التقدُّم في العمر.

نحن لا نسمح لأي شخص بالدخول إلى منزلك. نحن نقوم بفحص متطوعينا بعناية، وتدرِّبهم، والإشراف عليهم بشكل مستمر. بالإضافة إلى متطوعينا الدائمين، نستقبل سنويًا متدربين من التعليم الثانوي والتعليم المهني العالي في مجالات الرعاية الصحية والرفاهية. يتم فحص هؤلاء الطلاب المتطوعين وتدرِّبهم والإشراف عليهم بنفس مستوى الدقة والاهتمام المتبَع مع متطوعينا الدائمين.

الرعاية في المراحل النهائية من الحياة

يمكن لمركز ماركانت تقديم الرعاية والدعم لكل من الأشخاص المصابين بأمراض مميتة وأحبائهم من خلال متطوعين مدرِّبين تدريبيًا خاصًا، إذا لزم الأمر. يمكن لهؤلاء المتطوعين زيارة منزلك مرة أو عدة مرات في الأسبوع لفترة محددة من اليوم. يمكن أن تتم هذه الزيارات خلال النهار أو المساء أو الليل. نحن موجودون لدعم المرضى، كما نقدم المشورة والدعم العاطفي والرعاية اللاحقة لأحبائهم.

ورش العمل والدورات التدريبية والاجتماعات

من الممكن أن يساعدك حضور دورة تدريبية أو ورشة عمل في تنظيم وقتك واستعادة توازنك. يقدم مركز ماركانت مجموعة واسعة من ورش العمل والدورات التدريبية. كما ننظم اجتماعات متخصصة لإطلاعك على موضوعات محددة. يمكنك الاطلاع على قائمة الدورات الحالية، بما في ذلك المواعيد والموقع، في التقويم الموجود على موقعنا الإلكتروني، ويمكنك التسجيل أيضًا هناك. المشاركة مجانية بالكامل، ولكنها ستتطلب الكثير من المعرفة!

يرجى ملاحظة أن برامجنا تُقدَّم عادةً باللغة الهولندية، ولكن يسعدنا أن يرافقك شخص يتحدث الهولندية لتسهيل المشاركة. كما نقوم بلعبة تفاعلية باللغة العربية تهدف إلى فتح الحوار حول موضوع الرعاية غير الرسمية، ويقدِّمها أحد زملائنا الناطقين بالعربية.

مركز الخبرة

نحرص في ماركانت على مشاركة خبراتنا ومعارفنا مع المتخصصين في مجال الرعاية الصحية والخدمات الاجتماعية من خلال الدورات التدريبية وجلسات التوعية وغيرها من الأنشطة، هذا مما يساعد في تعزيز الوعي بدور مقدمي الرعاية غير الرسمية وتشجيع التعاون بين المهنيين وهؤلاء المقدمين. كما يمكن للمهنيين التواصل عبر خطنا الهاتفي خلال ساعات العمل لطرح أسئلتهم أو الحصول على المشورة والدعم.

أخبار حول الرعاية غير الرسمية

هل ترغب في البقاء على اطلاع بأخر الأخبار المتعلقة بالرعاية غير الرسمية؟ يمكنك متابعة مستجدات أنشطتنا وورش العمل والدورات التدريبية من خلال الاشتراك في امسح رمز الاستجابة السريعة **Mantelzorgnieuws** [النشرة الإخبارية الرقمية](http://www.markant.org) أو قم بزيارة موقعنا الإلكتروني www.markant.org.

النشرة الإخبارية باللغة الهولندية.

هل لديك أي أسئلة؟ لا تتردد في التواصل معنا

ماركانت، مركز الرعاية غير الرسمية

www.markant.org

info@markant.org

020 886 88 00

زناننبورغوال 206

جيه إتش أمستردام 1011

تابعنا على: الفيسبوك

facebook.com/markantmantelzorg

والإنستغرام

instagram.com/markant_mantelzorg

