



Palīdzība jūsu ģimenei

...ceļvedis Home-Start atbalstam un draudzībai

www.home-start.org.uk

Bezmaksas tālrunis: 0800 068 63 68

Ikvienam no mums reizēm ir nepieciešama neliela palīdzība...

Daudziem vecākiem ir vajadzīga palīdzība, draudzība vai atbalsts tajos agrajos gados, kad bērni ir mazi.

Nav tādas noteikumu grāmatas par ģimenes uzaudzināšanu un reizēm tas var likties nepārvarami, it īpaši, ja ģimenei ir iestājušies grūti laiki.

Bet ja jūs varat saņemt atbalstu, kad tas jums ir nepieciešams, tad ģimenes dzīve un jūsu bērnu nākotne var būt daudz gaišāka.

Vai jūs kādreiz šādi jūtaties?

- Izolēti sava kopienā, bez ģimenes tuvumā un jums sagādā grūtības sadraudzēties ar cilvēkiem.
- Ciešat no pēc-dzemdību slimības, bet jums ir grūti par to ar kādu aprunāties.
- Jums ir grūti tik galā ar jūsu bērna slimību.
- Jums ir nepārvaramas ciešanas, tā kā kāds no jūsu tuvajiem cilvēkiem ir nomiris.
- Jums ir grūti tik galā ar emocionālajām un fiziskajām prasībām, tā kā jums ir dvīņi, trīnīši vai vēl vairāk bērnu.
- Jums ir grūti tik galā ar invaliditāti vai problēmām attiecībās.
- Jūs esat piekūsis, nelaimīgs, nomocījies

...vai jums ir līdzīgas problēmas.

Home-Start var palīdzēt jums un jūsu ģimenei

Ja jums ir vismaz viens bērns zem 5 gadu vecuma, tad mēs varam jums palīdzēt. Mēs atbalstām tūkstošiem tādus vecākus kā jūs, izmantojot mūsu Home-Start brīvprātīgos. Viņi ir cilvēki, kam pašiem ir bērni vai viņiem ir bērnu audzināšanas pieredze – tā kā viņi zina, kā jūs jūtaties.

Viņi apciemos jūs jūsu mājās – parasti vienu reizi nedēļā. Jūs izlemjat, ko jūs kopā darīsiet.

Varbūt jums ir vajadzīgs kāds ar ko aprunāties un kas jūs nenosodīs; plecs, uz kā paraudāt vai, iespējams, kāds, kas var paspēlēties vai palasīt jūsu bērniem; varbūt jums ir nepieciešams neliels atbalsts, lai noorganizētu vai palīdzētu neaizmirst par ārsta vizītēm, vai arī palīdzēt uzzināt kādi vēl vietējie pakalpojumi ir pieejami. Jūs izlemjat.

Mūsu atbalsts ir bezmaksas un konfidenciāls

Jums nav jāmaksā par Home-Start palīdzību un tā ir konfidenciāla. Home-Start brīvprātīgie respektēs jūsu privātumu un nekad neaizmirsīs, ka jūs esat uzaicinājuši viņus ciemos.

Home-Start ir daudzu gadu pieredze

Home-Start ir nacionāla labdarības organizācija, kas vietējās kopienās vada simtiem projektus. Mūsu vietējā Home-Start iestāde pieņem darbā un apmāca brīvprātīgos vecākus. Mēs ar to nodarbojamies daudzus gadus, tā kā jūs varat būt pārliecināts, ka jūsu brīvprātīgais ir pilnīgi apmācīts un uzmanīgi pieskaņots jums - viņi arī ir pārbaudīti sodāmības reģistrā, lai nodrošinātu jūsu bērna drošību.

Vienīgais, kas jums ir jādara, ir jāpalūdz

Ja jūs domājat, ka Home-Start varētu jums palīdzēt, kāpēc gan neuzzināt par to sīkāk? Parunāriet ar jūsu ārstu vai veselības apmeklētāju vai sazinieties pats ar mums. Jūs varat atrast jūsu tuvāko Home-Start zvanot pa bezmaksas tālruni 0800 068 63 68 vai internetā www.home-start.org.uk/findus. Mēs būsim priecīgi dzirdēt no jums. Ja jūs izlemsiet lūgt palīdzību, tad viens no mūsu vietējiem organizatoriem satiks jūs, lai pārrunātu, kas jums ir nepieciešams un tad uzmanīgi pieskaņos jums brīvprātīgo.

Ko saka citas ģimenes par Home-Start

"Sākot no pēc-dzemdību nodaļas līdz pat šodienai, Home-Start ir vissvarīgākā lieta mūsu dzīvē. Visi pārējie vienmēr vēlas pateikt, kas ir jādara. Toms vienkārši atnāk pie mums, papļāpā ar mums. Viņš lieliski saprotas ar bērniem, viņš palīdz un viņam ir fenomenāla pacietība. Viņš nāk katru nedēļu un es nezinu, kā es tiktu galā bez viņa."

Tēvs no Home-Start Reading, Anglijas

"Viņa bija kā gaismiņa tumsā. Viņa bija ļoti emocionāli nomierinoša un vienkārši sēdēja un runāja ar mani, ja es vēlējos parunāties. Viņa man deva brītiņu atvilkt elpu."

Māmiņa no Home-Start Sutton Coldfield, Anglijas

"Kopš es uzzināju par Home-Start, viss ir mainījies. Tas ir apbrīnojami, ka viena persona var pamodināt tevi un pateikt: „Tu to var izdarīt!” Es varu, es esmu to izdarījusi!”

Māmiņa no Home-Start Ceredigion, Velsas

"Es iesaku Home-Start jebkuram. Tā ir visuzticamākā brīvprātīgo organizācija, ar ko esmu saskārusies."

Māmiņa no Home-Start Craigavon, Ziemeļīrijas

"Viņa pastāstīja man kā saņemt atbalstu no citām organizācijām. Viņa bija vienreizēja – viņa palīdzēja man atvērt daudzas jaunas durvis."

Māmiņa no Home-Start Glasgow South, Skotijas

Ātrs gids Home-Start atbalstam

Jūs varētu iegūt no Home-Start palīdzības, ja:

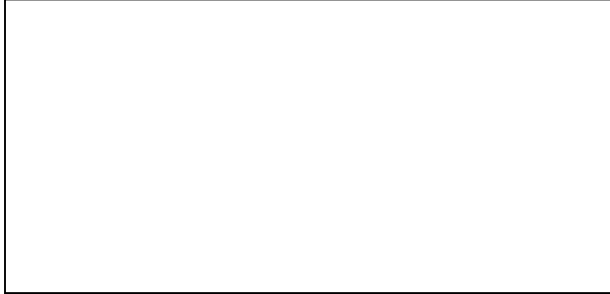
- Jūs jūtaties vientuļš vai izolēts jūsu kopienā, jums nav tuvumā ģimenes vai jums sagādā grūtības sadraudzēties ar cilvēkiem.
- Jums ir grūti tikt galā, ja jūsu bērns ir slims, vai ja jūs slimojat.
- Jums ir grūti tikt galā, tā kā kāds no jūsu tuvajiem cilvēkiem ir miris.
- Jums ir grūti tikt galā ar bērna, mazu bērnu, dvīņu vai trīnīšu audzināšanas emocionālām un fiziskām prasībām.
- Jums ir nepieciešama palīdzība ar praktiskām lietām kā budžeta plāna izveidošanu vai veselīgu ēšanu.
- Jūs vēlētos uzzināt, kas vecākiem ir pieejams vietējā apkārtnē, bet jūs nezināt, kur iet vai jums nav pārliedzība, kā par to uzzināt vai kā piebiedroties.
- Jūs vēlētos uzzināt sīkāk par jūsu vietējiem papildus izglītības kursiem, bet jūs nezināt ar ko sākt.

Kas notiek tālāk?

- Pēc tā, kad jūs lūgsiet mūsu palīdzību, jūs satiksieties ar vienu no mūsu organizatoriem, kas uzmanīgi pieskaņos jums vienu no mūsu brīvprātīgajiem.
- Jūsu brīvprātīgais apmeklēs jūs jūsu mājas pāris stundas nedēļā.
- Jūs izvēlaties, lai jums piešķir Home-Start brīvprātīgo un jūs izlemjat kad Home-Start palīdzība vairs nav nepieciešama.
- Ja jūs vēlaties, tad jūs varat arī pievienoties mūsu ģimeņu grupām vai sociālajām aktivitātēm.

Kā es varu uzzināt vairāk par Home-Start?

Sazinieties ar jūsu vietējo Home-Start, lai neformāli aprunātos:



Apmeklējiet mūsu interneta mājas lapu, lai uzzinātu vairāk un atrastu jūsu vietējo Home-Start: **www.home-start.org.uk**

Zvaniet uz bezmaksas tālruni:

0800 068 63 68

Visā Apvienotajā Karalistē tūkstošiem Home-Start brīvprātīgo apmeklē katru dienu ģimenes, atbalstot vecākus dažādās situācijās kā izolācija, smags zaudējums, multiplās dzimšanas, slimības, invaliditāte vai vienkārši palīdz vecākiem, kam ir grūti tik galā. Viņi piedāvā nenosodošu praktisku un emocionālu atbalstu, kas palīdz ģimenēm uzlabot savu pašpārliecību un tik ar visu galā. Home-Start vada vairāk projektus un šai organizācijai ir vairāk brīvprātīgo, kas palīdz ģimenēm, ka jebkurai citai ģimenes atbalsta labdarības iestādei Apvienotajā Karalistē.

Reģistrētais birojs: Home-Start UK, The Home-Start Centre
8-10 West Walk, Leicester, LE1 7NA
T: 0116 258 7900. F: 0116 258 7901.
E-pasts: info@home-start.org.uk

Home-Start UK, uzņēmums ierobežots ar garantiju, uzņēmums nr. 5382181.
Reģistrēta labdarības organizācija Anglijā un Velsā, 1108837, un Skotijā, SC039172.