



Who are Carers?

A Carer is someone who provides **unpaid support** to a family member, partner, child, friend or neighbour who may be ill, frail, elderly, have a disability or long-term health issue or have mental health issues.

Herefordshire Carers Support, as an organisation which supports **unpaid Carers**, feels that it is important to make the distinction, between paid care workers and unpaid Carers, as there is an on-going need to pay attention to the role of Carers and how they cope with everyday life.

Unpaid Carers can be of any age and they provide help and support to very vulnerable people that helps to keep them out of our very busy hospitals, residential nursing and care homes and as far as is possible helping to maintain their independence in their own home.

Perhaps you don't think of yourself as a 'Carer'

You may see yourself as the mother, father, husband, wife, son, daughter or friend of someone who needs care, simply trying to do your best for someone you love, or perhaps doing what no-one else can or will do.

Carers do not necessarily live in the same home as the person they care for and may themselves be unwell, have a disability or long-term illness.

What kind of support you need or whether you need support at all, please get in touch.

Register online with Herefordshire Support - **there is support available for you**

An **Adult Carer** is a Carer over 18 who cares for anyone aged 18 – 150 years old!

There are no restrictions on who is a Carer: **if you care for someone – you're a Carer**. The last Census shows there are about 38,000 Carers in Herefordshire – only about 4,500 of them are registered.



Parent Carers - anyone who provides care and support to a child under 18 who is ill, has a disability or any additional needs.

As a parent caring for a child with disabilities and/or special needs and requirements can be very rewarding. But even when you willingly take on the task it's still hard work. You may have times when there is too much to do; not enough money; no social life or time for yourself and not enough for sleep or relaxation.

There is a support network for **parents and carers for children with additional needs** which provides information and support.

Young Carers are children and young people who look after someone in their family who has a long term illness, a disability or is affected by mental ill-health or substance misuse.

Young carers often take on practical and/or emotional caring responsibilities that would normally be expected of an adult and which impact on their childhood, their development and achievements.

If you are under the age of 16 and you help care for someone then the **Young Carers** will help you. Specifically for the 16 to 25 age group, Herefordshire

Young Adult Carers can help in a wide variety of ways. These include signposting to other relevant agencies, help and support with college/university, training and employment, housing and other benefits, access to counselling, as well as meeting others socially in a similar situation.

Get in touch:

Berrows Business Centre,
Bath Street
Hereford HR1 2HE
Telephone: 01432 356068
Email: help@herefordshirecarerssupport.org
<http://www.herefordshirecarerssupport.org>



Wsparcie dla Opiekunów

Kto to jest Opiekun?

Za Opiekuna uznaje się osobę, która nieodpłatnie opiekuje się członkiem rodziny, partnerem, dzieckiem, przyjacielem lub sąsiadem, który jest chory lub przewlekle chory, wątpliwy, niepełnosprawny, w podeszłym wieku, lub umysłowo chory.

Organizacja „Herefordshire Carers Support” (Wsparcie dla Opiekunów na terenie hrabstwa Hereford) zajmuje się Opiekunami, którzy nie otrzymują wynagrodzenia za opiekę którą świadczą, by w ten sposób odróżnić ich od płatnych pracowników socjalnych.

Bezplatnym Opiekunem może być osoba w każdym wieku, pomagająca najbardziej bezradnym i bezbronnym uniknąć długotrwałego pobytu w zatłoczonych szpitalach czy domach opieki, zapewniając im opiekę i bezpieczeństwo w ich własnym domu.

Prawdopodobnie nie myślisz o sobie jako o Opiekunie. Jesteś mamą, ojcem, mężem, żoną, synem, córką lub przyjacielem kogoś, kto potrzebuje opieki - a ty po prostu robisz wszystko co możesz, by pomóc osobie którą kochasz, albo może robisz coś, czego nie mogli lub nie chcieli zrobić inni.

Opiekunowie niekoniecznie muszą mieszkać w tym samym domostwie, co osoba którą się opiekują i często również sami doświadczają chorób i trudności.

Nie ma znaczenia czy potrzebujesz pomocy i jakiego rodzaju wsparcia potrzebujesz – prosimy, skontaktuj się z nami.

Zarejestruj się w naszym internetowym serwisie – znajdziesz tam wsparcie, którego potrzebujesz.

Nasi Opiekunowie działają w grupach wiekowych:

Dorosły Opiekun

– osoba w przedziale od 18 -u do – 150-u lat!

Nie ma ograniczeń co do tego, kto może być Opiekunem:

jeśli zajmujesz się kimś – jesteś nim.

Według ostatniego spisu ludności na obszarze Herefordshire działa 38000 Opiekunów ale tylko 4500 z nich jest zarejestrowanych.

Opiekunowie – Rodzice: rodzice opiekujący się chorym dzieckiem, do ukończenia przez nie 18-ego roku życia.

Opiekunowie z tej grupy często doświadczają trudnych chwil, gdy wydaje się, że opieka nad niepełnosprawnym dzieckiem ich przerasta - brakuje pieniędzy, życia towarzyskiego, czasu dla siebie lub po prostu na sen i zwykły odpoczynek. W takich sytuacjach pomoc przychodzi od osób, które zdolny poradzić sobie z podobnymi problemami. Osoby te działają w grupach wsparcia dla rodziców i opiekunów dzieci specjalnej troski. Pomagamy rodzicom w nawiązaniu kontaktów z takimi grupami.

Młodzi Opiekunowie to grupa opiekunów w przedziale wiekowym od 16-ego do 25-ego roku.

Są to osoby, które często świadomie zrezygnowały z 'używania' swej młodości na rzecz opieki nad chorym członkiem rodziny, przejmując już we wczesnych latach życia cały bagaż dorosłej odpowiedzialności za najbliższych.

Skontaktuj się z nami:

(Biura) Berrows Business Centre,
Bath Street
Hereford HR1 2HE
Telefon: 01432 356068
Email: help@herefordshirecarerssupport.org
<http://www.herefordshirecarerssupport.org>