

Խորհուրդներ տնային խնամք մատուցողներուն

Տնային խնամք մատուցողներուն համար քորոնավայրըսի (ԶՈՎԻՏ-19), եւ մտագարութիւն ունեցողներուն աջակցելու վերաբերեալ տեղեկութիւն

Բացի վարակի վերահսկման միջոցներէն գորս Տարեցներու խնամք
մատուցողները կը կատարեն քորոնավայրըսի (ԶՈՎԻՏ-19) իբրեւ պատասխան,
հետեւեալը կարգ մը նկատառումներ կը պարունակէ մտագարութիւն ունեցող
մարդոց համար: Եթէ մտահոգուած էք մտագարութիւն ունեցողի մը առողջութեան
մասին, ուղղակի դիմեցէք իր բժիշկին:

Մտագարութենէ ազդուած մարդոց աջակցելու վերաբերեալ կարգ մը նախնական
առաջարկութիւններ ներկայացուած են ստորեւ, եւ, աւելի մանրամասն
տեղեկութիւն կարելի է ստանալ հեռաձայնելով **Ազգային Մտագարութեան
Օգնութեան Գիծ** - National Dementia Helpline **1800 100 500** թիւին:

Խորհուրդներ եւ ռազմավարութիւն

Նուազեցուցէք քորոնավայրըսի մասին սաստիկ մտահոգութիւնը

- Վստահ եղէք որ տրամադրուած տեղեկութիւնը հաւաստի աղբիւրէ մըն է
(օրինակ, Հասարակապետութեան Առողջապահութեան Կեդրոնէն)
- Նուազեցուցէք լրատուամիջոցներու հոսքը առաջարկելով որ յաճախորդները
չհետեւին հեռատեսիլի 24 ժամ շարունակական լուրերու յայտագրին
- Ներկայ իրավիճակը պարզ ձեւով բացատրելու համար օգտագործեցէք
յիշողութեան սարքեր եւ տեսողական ցուցմունքներ
- Դիմակներու եւ անձնական պաշտպանութեան սարքերու գործածութեան
մասին վստահութիւն ներշնչեցէք
- Ժամանակ տրամադրեցէք լսելու անձին եւ անոր մտահոգութիւններուն

- Հաստատեցե՞ք թե՛ անձը ինչպե՞ս կը գգայ
- Վստահութի՞ն ապահովեցե՞ք
- Երբ ժամանակ կ'անցնե՞ք անձին հետ, հարցուցե՞ք թե՛ ինչպե՞ս են եւ եթե՛ որեւէ հարցումներ ունին
- Յաճախորդին առջեւ խօսելու ատեն խուսափեցե՞ք ձեր անձնական մտահոգություններուն եւ մտավախություններուն մասին խօսելէ
- Խուսափեցե՞ք «համաճարակ» ի կամ «ճգնաժամ» ի նման լեզու գործածելէ

Նուազագոյնի հասցնել խնամքի մատուցման խանգարումը

- Կարելի եղած չափով պահպանեցե՞ք սովորական միջոցները
- Այն պարագային ուր սովորական միջոցները կարելի չէ պահպանել, ծառայութիւնը մատուցելու այլընտրանքային միջոցներ գտնելու համար աշխատեցե՞ք ձեր յաճախորդին հետ (եւ անոնց ընտանիքներուն կամ խնամակալներուն ըստ անհրաժեշտութեան):
- Եթե՛ ընկերային աջակցութեան համար այլընտրանքներ կը փնտռե՞ք, գուցէ փափաքիք նկատի ունենալ հետեւեալ ռազմավարութիւնները.
 - Քաջալերել մտագորութիւն ունեցող անձին թեթեւ մարզանքներ ընելու, աթոռի վրայ նստած կամ տան շուրջը
 - Պատրաստ ունենալ մատչելի գործունեութիւններ ինչպէս օրինակ, գիրքեր, ամսագիրներ, հանելուկներ երաժշտութիւն, հիւսելիք, հեռատեսիլի եւ ձայնասփիւռի յայտագիրներ
 - Թեթեւ պտոյտ մը ընել, պարտեզին մէջ ժամանակ անցնել եւ մաքուր օդէ ու բնական լոյսէ օգտուիլ

Պահպանել Ֆիզիքական առողջութիւն

- Մտագորութիւն ունեցող մարդիկ ձեռքի պատշաճ առողջաբանութիւն պահպանելու համար կրնան յաւելեալ աջակցութեան կարիքը ունենալ: Հետեւեալ հինգ խորհուրդները յատկապէս ասոր կը վերաբերին:
 - Նկատի ունեցե՞ք բաղնիքներուն մէջ եւ այլ տեղեր մտագորութիւն ունեցողներուն հասկնալի նշաններ տեղադրել, անոնց յիշեցնելու համար որ ձեռքերնին պետք է օճառով լուան առնուազն 20 երկվայրկեան:
 - Ձեռքերը կատարեալ կերպով լուալու ցուցադրութիւն տուէք: Մտածեցե՞ք երգ մը երգել որպէսզի քաջալերե՞ք զանոնք որ իրենց ձեռքերը առ նուազն 20 երկվայրկեան լուան:

- Եթէ մտազարութիւն ունեցող անձը լուացարան չի կրնար երթալ ձեռքերը լուալու համար, ձեռքի մանրեագրկիչը կամ մանրեասպան ձեռքի սրփիչները կրնան արագ այլընտրանք ըլլալ: Ձեռքի մանրեագրկիչը կը գործէ միայն եթէ ձեռքը տեսանելիօրէն աղտոտ չէ:
- Քաջալերեցէք զիրենք որ փոխանակ իրենց ձեռքերուն, թուղթ թաշկինակի մը կամ իրենց արմուկին մէջ հազան կամ փռնգտան, եւ վստահ եղէք որ վերջը թուղթ թաշկինակը աղբաման նետուի:
- Ցուցմունքներ եւ յիշեցումներ օգտագործեցէք ֆիզիքական հեռաւորութեան եւ տունէն չհեռանալու մասին
- Ուշադիր եղէք տենդախառն հարբուխի ախտանշաններու համար
- Ուշադիր եղէք վարքի փոփոխութեան համար
- Եթէ ձեր ինամած անձը յանկարծ վատ զգայ եւ քորոնավայրըսի (ԸՈՎԻՏ-19) ախտանշաններ ցուցաբերէ, հեռաձայնեցէք քորոնավայրըսի (ԸՈՎԻՏ-19) յատուկ ուղղակի գիծ -COVID-19 hotline - **1800 675 398**, կամ իրենց բժիշկին
- Սնունդի կամ ճաշի առաքում կարգադրեցէք եթէ գնումի երթալու համար աջակցութիւն չունիք

Նուազեցնել ընկերային մեկուսացումը եւ առանձնութիւնը

- Քաջալերեցէք առօրեայ գործունեութիւններու մէջ մասնակցութիւնը
- Կարելի եղած չափով պահպանեցէք սովորական միջոցները
- Քաջալերեցէք երաժշտութեան կամ լսողական գիրքերու ունկնդրութիւնը- կամ զգայարանները ընդգրկող ուրիշ գործունեութիւններ
- Քաջալերեցէք ընտանիքը կամ բարեկամները որ ինամքի ծրարներ բերեն ընտանիքի եւ բարեկամներու կողմէ գրուած նամակներով
- Եթէ յաւելեալ աջակցութեան կարիք կայ, ընտանիքի կամ բարեկամներու այցելութիւններ ապահովեցէք եւ հեռախօսի համարներ փոխանակեցէք
- Անձը կանոնաւորաբար հեռախօսելով ստուգելու համար կամաւոր ծառայութիւններ օգտագործեցէք
- Ուր որ կիրարելի է, հաղորդակցութեան այլ միջոցներ փորձեցէք կարգադրել, iPad, տեսագանգ, սքայփ, հեռախօսագանգ, ընկերային միտիայի պատգամներով

- Արուեստագիտութիւնն օգտագործեցէք, օրինակ՝ iPads, առցանց խաղեր եւ ընկերային զբաղմունքներ: Կարելի է ընտրել 'A better visit' app-ը (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), կարծեցեալ կենդանաբանական պարտեզ մը (zoo.org.au/animal-house) կամ կարծեցեալ թանգարան մը (artsandculture.google.com/)

Ճանչնալ եւ լուծել յառաջացող վարքեր

- Փորձեցէք կանխել անձին կարիքները
- Ժամանակ տրամադրեցէք փորձել հասկնալու համար թէ անձը ինչ կ'ուզէ հաղորդել
- Ձեր վերահսկիչին տեղեկացուցէք վարքի փոփոխութիւններու մասին որոնք վտանգ կը հանդիսանան անձին կամ ուրիշներուն
- Յաւելեալ խորհրդատուութեան համար հեռաձայնեցէք մեր **Ազգային Մտագարութեան Օգնութեան Գծիկ** - National Dementia Helpline - **1800 100 500** հեռախօսահամարով
- Կամ, կապուցէք Մտագարութեան Վարքի Կառավարման Խորհրդատուական Ծառայութեան - Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) - **1800 699 799** հեռախօսահամարով

Աջակցիլ ինքնամեկուսացման մէջ գտնուող յաճախորդներուն

- Ներս մտնելէ առաջ ձեր յաճախորդին հետ ճշդեցէք եթէ տան բնակիչներէն ոեւէ մէկը ինքնամեկուսացման մէջ է: Եթէ լաւ չէք զգար խուսափեցէք այցելելէ
- Տեսլիս ինքնամեկուսացման վերաբերեալ յաւելեալ խորհուրդի համար տես՝ health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers

Մտագարութեան մասնաշաղկապ տեղեկութիւն կարելի է ունենալ հեռաձայնելով մեր **Ազգային Մտագարութեան Օգնութեան Գծիկ** - National Dementia Helpline - **1800 100 500** թիւին:

Մտագարութեան Ուսուցման Կեդրոնը - Centre for Dementia Learning - տարեցներու ինքնամեկուսացման մատակարարողներուն համար վերը նշուած հարցերէն շատերը լուծելու համապարփակ ծրագիրներ ունի: Յաւելեալ մանրամասնութեան համար հեռաձայնեցէք **1300 DEMENTIA**: Լայն տեսակի աղբիւրներ կարող էք գտնել նաեւ Մտագարութիւն Աւստրալիա Գրադարանէն - Dementia Australia library: dementia.org.au/library

Վերոնշեալ տեղեկութիւնը հիմնուած է Alzheimer's Disease Chinese (ADC) կազմակերպութեան տրամադրած եւ Alzheimer's Disease International-ի կողմէ բաժնուած տեղեկութեան վրայ:
Ամբողջական ներկայացումը կարելի է գտնել այստեղ՝ www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

Զորոնավայրըսի իրավիճակը արագօրէն կը զարգանայ: Այս տեղեկութիւնը կը տրամադրուի որպէս ուղեցոյց միայն, եւ կրնայ յարմար չըլլալ իւրաքանչիւր պարագայի համար: Զորոնավայրըսի վերաբերեալ ամենաթարմ տեղեկութեան համար այցելեցէ՛ք՝ www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Dementia Australia-ն կը փափաքի յայտնել թէ կը գիտակցի Alzheimer's Disease International-ի եւ Alzheimer's Chinese-ի այս օգնութեան թերթիկը կազմելու համար տուած խորհուրդին: