



Caregiver Peer Support Mentoring Program

Mga Alituntunin, Karapat-dapat, Nakakonekta



VA



U.S. Department
of Veterans Affairs



Layunin:

Ang Caregiver Peer Support Mentoring Program ay inunlad upang:

- Palakasin ang mga ugnayan sa pagitan ng mga nag-aalaga
- Magbigay ng mga tagapag-alaga ng mga pagkakataon sa networking
- Bigyan ng kapangyarihan ang mga tagapag-alaga upang matulungan ang bawat is



Ang Caregiver Peer Support Mentoring Program ay nagbibigay ng pagkakataon para sa mga tagapag-alaga na makatanggap ng patnubay at itulong ang kanilang karanasan, karunungan, kasanayan, at pagkahilig sa iba pang mga tagapag-alaga.

Bilang karagdagan sa pagbibigay ng suporta, ang Caregiver Peer Support Mentoring Program ay tumutulong din sa mga tagapag-alaga na magtatag ng mga relasyon sa bawat isa at lumikha ng isang kaginhawaan na sona para sa suporta. Nag-aalok ang mga tagapag-alaga ng mahalagang kaalaman, impormasyon, at pananaw sa kagalakan at mga hamon ng pag-aalaga ng may sakit o nasugatang Beterano.

Ano ang Peer Support Mentoring?

Ang Peer Support Mentoring ay isang programa ng suporta kung saan ang Caregiver Mentors ay naitugma sa mga tagapag-alaga na interesadong makipag-usap sa mas karanasan na tagapag-alaga. Caregiver Mentors ay magkakaroon ng paraan sa edukasyon, patuloy sa suporta, at konsultasyon sa National Peer Mentoring Support Program Manager. Bilang Caregiver Mentor, hihilingin sa iyo na makipag-ugnay sa tagapag-alaga na natugma mo sa isang buwanang batayan at gumawa ng pangako sa mga kinakailangan ng Programa.

Ang Pagtuturo ay Maaaring Magbigay ng:

- Isinapersonal na patnubay, batay sa karanasan at kaalaman
- Pagkikipagkaibigan
- Malalakas na kasanayan mula sa mga naroon



Bawat VA Pasilidad ay may CSP Team na tumutulong sa impormasyon at mga referral. Upang malaman ang higit pa tungkol sa PGCSSat mga serbisyong tagapag-alaga na inaalok, bisitahin kami online:

www.caregiver.va.gov

VA Caregiver Support Line
☎ 1-855-260-3274 toll-free

VA



U.S. Department
of Veterans Affairs

Peer Mentor

Bakit Maging Isang Peer Mentor?

Ang pagtuturo ay lumilikha ng tiwala at nakatutulong na relasyon sa pagitan ng dalawang tao. Ang mga Peer Mentors ay nagbibigay ng personal na suporta sa mga Mentees, tulong sa paglalayag sa pang-araw-araw na stress, at maaaring maging huwaran para sa mga nangangailangan ng tulong.

Dahil nahaharap sa maraming hamon ang mga tagapag-alaga, makakatulong itong kausapin ang isang taong “nandoon” at nauunawaan ang mga presyur dulot ng sa pagiging tagapag-alaga.

Mga Benepisyo ng Paglilingkod bilang Peer Mentor

- Pagbabahagi ng mga tip tungkol sa pag-aalaga na natutunan mo sa pamamagitan ng iyong sariling karanasan.
- Pagbabahagi ng karanasan at kaalaman ng mga mapagkukunan tulad ng mga benepisyo ng VA, ang VA healthcare team at mga ahensya ng komunidad na maaaring magbigay ng kinakailangang tulong.
- Pagbibigay ng paraan ng pagpapahayag para sa pakikihalubilo at networking.
- Ang pagtulong sa mga tagapag-alaga na gumawa ng mga kasanayan sa buhay upang harapin ang kahirapan sa hinaharap.

Pagiging Isang Peer Mentor

Mayroong apat na hakbang lamang upang maging Caregiver Mentor.

1. Kumonekta sa National Program Manager upang suriin ang mga pamantayan ng Peer Support Mentoring Program.
2. Magparehistro bilang Volunteer at tumanggap ng oryentasyon sa Center for Development and Civic Engagement (dating Volunteer Service Program) sa iyong VA Medical Center.
3. Kumpletuhin ang oryentasyon para sa Peer Support Mentoring Program.
4. Maging katugma sa ibang tagapag-alaga.

Bawat VA Pasilidad ay may CSP Team na tumutulong sa impormasyon at mga referral. Upang malaman ang higit pa tungkol sa PGCSSat mga serbisyong tagapag-alaga na inaalok, bisitahin kami online:

www.caregiver.va.gov

Peer Mentee

Bakit Maging Isang Peer Mentee?

Ang pagiging tagapag-alaga ng Beterano ay puno ng mga hamon. Ang VA ay bumuo ng isang Peer Support Mentoring Program upang mai-link ka sa isang kapwa — isang taong nakaranas ng mga katulad na hamon at sitwasyon — upang mabigyan ka ng karagdagang suporta at gabay sa iyong paglalakbay.

Mga Benepisyo ng Pagiging Peer Mentee

- Paglikha ng paraan ng pagpapahayag para sa pakikihalubilo at networking.
- Pag-aaral mula sa karanasan at suporta ng mga nakauunawa sa mga hamon na kinakaharap ng mga tagapag-alaga.
- Tumantanggap ng suporta mula sa isang taong “nandoon.”

Pagiging naiparehas sa Isang Peer Mentor

Ang mga tagapag-alaga na interesado sa pagkakaroon ng Peer Mentor ay itutugma sa isang naaangkop na kapwa. Ang lahat ng mga tagapag-alaga na kasangkot sa VA Caregiver Support Mentoring Program ay magkakaroon ng pagkakataon na makipag-usap sa isang Peer Mentor upang usapin ang Peer Support Mentoring Program.



Mga Pamantayan sa Pagiging Karapat-dapat

- Ang mga tagapag-alaga ng mga Beterano ng lahat ng panahon ay karapat-dapat na sumali sa VA Caregiver Peer Support Mentoring Program, kapwa bilang Mentor at bilang Mentees at dapat magpalista sa CSP Program.
- Ang mga mentor ay kailangang sumali sa pagsasanay bago ilipat sa isang Mentee.
- Kailangan ang mga pagsusuri sa background at fingerprint para sa mga Mentor sa pamamagitan ng lokal VA Medical Center Voluntary Services Department.

Paano Maaaring Makakonekta sa Programa ng Peer Support Mentoring?

Ang inyong lokal Caregiver Support Coordinator ay makakatulong sa referral. Ang mga Caregiver Support Coordinator ay nagsisilbing tumulong sa mga Beterano at tagapag-alaga na magkaroon ng paraan sa mga serbisyo at benepisyo ng VA pati na rin ang mga lokal na mapagkukunan ng komunidad. Upang makilala ang local Caregiver Support Coordinator, kontakin ang inyong lokal VA Medical Center o gamitin ang locator link sa website ng tagapag-alaga: www.caregiver.va.gov

“Nang maghiwalay ang asawa ko mula sa Army, naging malinaw na kakailangin kong palakihin ang pakikipag-ugnayan bilang asawa at maging tagapag-alaga,” sabi ni Volker Brunke, tagapag-alaga sa isang Beterano ng Army. “Bilang asawa ng Army ay napagtanto ko na napakabilis na ang isang asawa bilang tagapag-alaga para sa isang sundalo ay hindi pangkaraniwan. Naramdaman kong tunay na nag-iisa. Ngunit dahil sa VA, sinimulan kong malaman ang tungkol sa Caregiver Program at ang programang ito ay tumulong sa akin na hindi lamang makuha ang aking mga tagapag-alaga sertipikasyon ngunit din npingana din ako upang maging bahagi ng Mentor Program.”



Bawat VA Pasilidad ay may CSP Team na tumutulong sa impormasyon at mga referral. Upang malaman ang higit pa tungkol sa PGCSSat mga serbisyon tagapag-alaga na inaalok, bisitahin kami online:

www.caregiver.va.gov

VA Caregiver Support Line
☎ 1-855-260-3274 toll-free



Kontakin ang Inyong Local Caregiver Support Team sa:

Bawat VA Pasilidad ay may CSP Team na tumutulong sa impormasyon at mga referral. Upang malaman ang higit pa tungkol sa PGCSSat mga serbisyong tagapag-alaga na inaalok, bisitahin kami online: www.caregiver.va.gov

VA Caregiver Support Line
☎ 1-855-260-3274 toll-free