

Sevdiklerinize bakım sağlıyorsanız, destek almak faydalı olabilir

Yakınınız olan bir kimsenin bakımını mı yapıyorsunuz?

Ailenizin bir parçası olarak engelli veya süregiden bir hastalığı olan ya da yaşlı bir kimseye bakım sağlıyor olabilirsiniz.

Ancak biz kendimizi her zaman bakıcı olarak görmeyiz. Biz sadece, çocuğumuz veya ebeveynimiz, eşimiz, akrabamız veya arkadaşımız gibi bize yakın bir kimseye bakıyoruz. Yaptığımız şey bu. Bunu ailemiz ve arkadaşlarımıza olan sevgimiz nedeniyle yaparız.

Bir kimseyi bakıcı yapan nedir?

Avustralya'da **2,65 milyondan fazla maaşsız bakıcı** mevcuttur. Bu da her 9 kişiden 1'i demektir.

Her bakım durumu farklıdır ve bir bakıcı;

- Genç veya yaşlı olabilir.
- Sağlık özürü, tıbbi bir sorunu, akıl hastalığı olan ya da yaşından dolayı zayıf düşmüş birine bakıyor olabilir.
- Herhangi bir kimseye bakıyor olabilir – örneğin bir ebeveyn, eş, çocuk, kardeş, arkadaş veya komşu ya da başka yakın bir kimse.
- Yakını olan kimseye alışveriş, ev işleri, yemek pişirme, ulaşım konularında yardımcı olabilir veya duygusal destek sağlayabilir.

Yardım istemek normal bir şeydir

Başka birine bakmak zor olabilir. Destek istemek normal bir şeydir.

Bir kimseye bakım sağlarken desteğe erişmek faydalı olur.

Maaşsız bakıcı olan kimseler genellikle yardım istemezler çünkü:

- destek talep etmenin kabul edilebilir olduğunu düşünmezler
- kendilerini bakıcı olarak görmezler
- desteğe veya hizmetlere ihtiyaçları olduğunu düşünmezler
- kendi dillerinde veya kültürel olarak uygun olan mevcut hizmetler hakkında bilgi sahibi değillerdir.

Destek almak için asla çok erken veya çok geç değildir. Sağlığınızı ve refahınızı iyileştirecek değişiklikleri her zaman yapabilirsiniz.

Carer Gateway

Carer Gateway, hangi desteğin mevcut ve sizin için uygun olduğunu anlamanız konusunda yardımcı olabilir. Carer Gateway'e yüz yüze, çevrimiçi veya telefonla erişebilirsiniz.

Carer Gateway, çeşitli destek ve yerel hizmetler sunan Avustralya çapında ücretsiz bir hizmettir. Bu, bakıcının refah, beceri ve bilgisini geliştirmek için kültürel açıdan hassas ve kendi dilinde bazı hizmetleri içerir.

Carer Gateway aracılığıyla sağlanan hizmet ve destekler

Erişebileceğiniz hizmetlerden bazıları şunlardır:

Kişiyeye has destek paketleri

Destek ve hizmetler, sizin kişisel durumunuza ve ihtiyaçlarınıza göre düzenlenir. Bu, eğitim veya öğretime devam etmek için destek, planlı dinlenme ve ulaşım konularını içerir.

Planlı ve acil dinlenme

Geçici bakım, size bir dinlenme fırsatı verebilmek için baktığınız kişiyeye bakım hizmeti sağlamak demektir. Diğer faaliyetlere zaman ayırmak için veya hastalandığınızda ya da incindiğinizde bakıma ara verebilirsiniz.

Danışmanlık

Eğitilmiş danışmanlarımız, sizinle yüz yüze veya telefonla durumunuz hakkında konuşabilir, sizi dinleyebilir ve yardımcı olabilir.

Diğer bakıcılarla bağlantı kurun

Diğer bakıcılarla iletişim kurmanıza yardımcı olabiliriz. Yüz yüze veya çevrimiçi olarak birbirinizle başınızdan geçenleri, bilgi ve deneyimleri paylaşabilir ve birbirinizi destekleyebilirsiniz.

Sizin için neler yapabileceğimizi öğrenmek için 1800 422 737 numaralı telefonda Carer Gateway'i arayınız veya şu siteyi ziyaret ediniz: CarerGateway.gov.au

Eğer İngilizce dışında bir dil konuşuyorsanız, Yazılı ve Sözlü Çeviri Servisi'ni (TIS) kullanabilirsiniz. TIS, 131 450 nolu telefonda yerel arama ücreti karşılığında Avustralya'nın her yerinde 7 gün 24 saat hizmet vermektedir.



An Australian Government Initiative