

الحصول على الدعم يمكن أن يساعدك إذا كنت تقوم برعاية أحبائك

هل تقدّم الرعاية لشخص قريب الصلة بك؟

كونك جزءًا من عائلتك، فإنك قد تقوم بتقديم الرعاية لشخص
لديه إعاقة، لديه مرض مستمر، مسن.

لكننا لا نعتبر أنفسنا دائمًا كمقدّمي رعاية. إذ نعتبر أننا نقوم فقط بتقديم الرعاية لشخص قريب منّا، كطفل مثلاً أو أحد الوالدين أو شريك أو شريكة حياتنا أو أحد أقربائنا أو أصدقائنا. فنحن نعتبر ذلك أمرًا طبيعيًا. إننا نقوم به بدافع حب عائلتنا وأصدقائنا.

بوابة مقدّمي الرعاية

يمكن أن تساعدك Carer Gateway (بوابة مقدّمي الرعاية) على فهم الدعم المتوفر والمناسب لك. يمكنك الوصول إلى Carer Gateway شخصيًا أو عبر الإنترنت أو عبر الهاتف. Carer Gateway هي خدمة مجانية موجودة في جميع أنحاء أستراليا تقدّم مجموعة من خدمات الدعم والخدمات المحلية. وهي تشمل خدمات ملائمة ثقافيًا وبعض الخدمات اللغوية يتم تقديمها لتحسين رفاهية مقدّم الرعاية ومهاراته ومعرفته.

الخدمات والدعم من خلال Carer Gateway

من الخدمات التي يمكنك الوصول إليها:

حزم دعم مصممة فريدًا

يتمّ تصميم الدعم والخدمات وفقًا لوضعك واحتياجاتك. وقد يشمل ذلك الدعم لمواصلة تعليمك أو تدريبك، وتوفير فترات مقرّرة للرعاية البديلة المؤقتة من تقديم الرعاية، والمواصلات.

فترات مقرّرة وطارئة للرعاية البديلة المؤقتة

تعني الرعاية البديلة المؤقتة قيام شخص آخر بتقديم الرعاية للشخص الذي تقوم برعايته حتى تتمكن من الحصول على قسط من الراحة. يمكنك استخدام فترة الرعاية البديلة المؤقتة للقيام بأنشطة أخرى، أو عندما تمرض أو تتأذى.

تقديم المشورة

يمكن لمستشارينا المدربين التحدث معك عن حالتك والاستماع إليك ومساعدتك شخصيًا أو عبر الهاتف.

ما الذي يجعل الإنسان مقدّم رعاية بدون أجر في أستراليا.

يوجد أكثر من 2.65 مليون مقدّم رعاية بدون أجر في أستراليا. وهذا يعني 1 من كل 9 أشخاص.

تختلف كل حالة رعاية عن سواها، ومقدّم الرعاية

- يمكن أن يكون صغيرًا أو كبيرًا.
- قد يعتني بشخص لديه إعاقة أو حالة طبية أو مرض عقلي أو شخص ضعيف بسبب تقدّمه في العمر.
- يمكنه تقديم الرعاية لأي شخص - أحد الوالدين أو زوج/زوجة أو شريك/شريكة الحياة أو طفل/طفلة أو أخ/أخت أو صديق/صديقة أو جار/جارة أو أي من الأحباب الآخرين.
- قد يساعد أحبائه في التسوّق أو الأعمال المنزلية أو الطبخ أو المواصلات أو تقديم الدعم العاطفي.

لا بأس في طلب المساعدة

قد يكون تقديم الرعاية لشخص آخر صعبًا. لا بأس في طلب الدعم.

يساعدك الحصول على الدعم عندما تقوم برعاية شخص آخر.

غالبًا لا يطلب مقدّمو الرعاية بدون أجر المساعدة لأنهم:

- لا يعتقدون أنه من المقبول طلب المساعدة
 - لا يعتبرون أنفسهم مقدّمي رعاية
 - لا يظنون أنهم بحاجة إلى دعم أو خدمات
 - لا يعرفون عن الخدمات المتوفرة بلغتهم أو المناسبة لثقافتهم.
- لا يمكن أن يكون من السابق لأوانه أو أن يكون قد فات الأوان للحصول على الدعم. يمكنك دائمًا إجراء تغييرات من شأنها تحسين صحتك وعافيتك.

تواصل مع مقدمي الرعاية الآخرين

يمكننا مساعدتك في الاتصال بمقدّمي رعاية آخرين. ويمكنك مشاركة القصص والمعرفة والخبرات ومؤازرة بعضكم البعض، إما شخصيًا أو عبر الإنترنت.

اتصل بـ Carer Gateway على الرقم 1800 422 737 أو انتقل إلى CarerGateway.gov.au لمعرفة ما يمكننا القيام به لك.

إذا كنت تتحدث لغة أخرى غير الإنجليزية، يمكنك استخدام خدمة الترجمة الخطية والشفهية (TIS). تتوفر خدمة TIS على مدار 24 ساعة في اليوم و7 أيام في الأسبوع، وفي أي مكان في أستراليا لقاء رسم مكاملة محلية على الرقم 131 450.