

Ricevere supporto può esserti di aiuto se ti prendi cura di una persona cara

Ti prendi cura di una persona cara?

Essendo parte della tua famiglia, potresti prenderti cura di qualcuno che **convive con una disabilità, ha una malattia cronica, è anziano.**

Tuttavia, non sempre ci consideriamo assistenti domiciliari. Ci prendiamo semplicemente cura di una persona cara, come un figlio o genitore, il nostro partner, un parente o un amico. È quello che facciamo senza pensarci tanto sopra. Lo facciamo per l'amore che nutriamo per i nostri familiari e amici.

Quali sono le caratteristiche che contraddistinguono un assistente domiciliare?

Vi sono oltre **2,65 milioni di assistenti domiciliari** non retribuiti in Australia. Vale a dire 1 persona su 9.

Ogni situazione di assistenza domiciliare è diversa e un assistente domiciliare:

- Può essere giovane o anziano.
- Potrebbe prendersi cura di una persona che convive con una disabilità, una patologia o una malattia mentale o di una persona in delicate condizioni di salute a causa dell'età.
- Può prendersi cura di chiunque – un genitore, coniuge, partner, figlio o figlia, fratello o sorella, amico o vicino di casa o qualsiasi altra persona cara.
- Potrebbe aiutare la persona cara a fare la spesa o le faccende di casa, a preparare i pasti, a spostarsi con mezzi di trasporto o prestandole supporto emotivo.

Non c'è nulla di male a richiedere aiuto

Prendersi cura di un'altra persona può essere impegnativo. Non c'è nulla di male a richiedere supporto.

Ricevere supporto è utile quando ti prendi cura di un'altra persona.

Spesso gli assistenti domiciliari non retribuiti non richiedono aiuto perché:

- ritengono non sia accettabile richiedere supporto
- non si considerano assistenti
- non ritengono di avere bisogno di supporto o servizi
- non sono al corrente dei servizi linguistici o culturalmente appropriati di cui possono avvalersi.

Non è mai troppo presto o troppo tardi per ricevere supporto. Puoi sempre apportare cambiamenti che favoriranno la tua salute e il tuo benessere.

Il Carer Gateway

Il Carer Gateway può aiutarti a capire quali forme di supporto sono disponibili e fanno al caso tuo. Puoi contattare Carer Gateway di persona, on-line o al telefono.

Il Carer Gateway è un servizio gratuito operante in tutta l'Australia che offre tutta una serie di forme di supporto e servizi a livello locale. Questi comprendono servizi culturalmente sensibili e alcuni servizi linguistici per favorire il benessere, le competenze e le conoscenze degli assistenti domiciliari.

Servizi e forme di supporto offerte dal Carer Gateway

Alcuni dei servizi di cui puoi avvalerti sono:

Pacchetti assistenziali su misura

Forme di supporto e servizi sono formulati su misura in base alla tua situazione personale e ai tuoi bisogni. Questi potrebbero includere supporto per continuare i tuoi studi o la tua formazione professionale, per programmare periodi di tregua e per organizzare gli spostamenti con mezzi di trasporto.

Periodi di assistenza di tregua programmati e d'emergenza

L'assistenza di tregua ha per oggetto la persona di cui ti prendi cura in modo che tu possa godere di una sosta dalle tue incombenze. Potresti usare il periodo di tregua per dedicarti ad altre attività o per riprenderti da una malattia o infortunio.

Consulenza psicologica

I nostri counsellor esperti possono esaminare con te la tua situazione, ascoltarti e aiutarti, di persona o al telefono.

Contatto con altri assistenti domiciliari

Possiamo aiutarti a metterti in contatto con altri assistenti domiciliari. Potete condividere storie, conoscenze ed esperienze e sostenervi a vicenda, di persona oppure on-line.

Chiama il Carer Gateway al numero 1800 422 737 o visita il sito CarerGateway.gov.au per sapere cosa possiamo fare per te.

Se parli una lingua diversa dall'inglese, puoi usare il Servizio traduzioni e interpreti (TIS). Il TIS è disponibile 24 ore su 24, 7 giorni su 7, in qualsiasi località dell'Australia, telefonando al numero 131 450 al costo di una chiamata locale.



An Australian Government Initiative