

# 가족이나 친구를 돌보거나 보살피고 계십니까?

## 간병인 지원 서비스 (Carer Gateway) 안내



장애, 질병, 정신질환이 있는 가족이나 친구 또는  
노약자를 돌보거나 보살피고 계십니까?

여러분이 보살피는 사람을 계속 돌볼 수 있도록  
간병인을 지원하는 서비스가 있으면 도움이  
될까요?

**이 중에 '예'라고 답한 질문이 있다면 Carer  
Gateway가 도움이 될 수 있습니다.**

### Carer Gateway 소개 및 이용 안내

Carer Gateway는 장애, 질병, 정신질환이 있는 가족이나 친구  
또는 노약자를 돌보고 보살피는 분들께 무료 지원 서비스와  
정보를 제공합니다.

정부 지원금 수혜 여부와 상관없이 Carer Gateway를 이용할  
수 있습니다. 돌봄 상황은 각기 다를 수밖에 없기 때문입니다.

하루 24시간 다른 사람을 보살피며 일상생활을 돕는 간병인이  
있으면 단지 몇 시간 동안 일상 활동을 지원하는 간병인도  
있습니다.

## 서비스 제공 방법

호주 전역의 다양한 기관에서 지역사회의 간병인들에게 Carer Gateway 서비스를 제공합니다.

서비스는 대면, 온라인, 전화 등으로 제공됩니다.

## 서비스 이용 방법

현지 시각으로 월~금요일 오전 8시 ~ 오후 5시 사이에 1800 422 737번으로 전화하면 가까운 지역의 Carer Gateway 서비스 기관과 연락할 수 있습니다. 여러분의 상황을 파악하여 구체적인 요구에 맞는 서비스를 이용할 수 있도록 도와드릴 것입니다.

온라인 서비스 이용과 자세한 정보는 Carer Gateway 웹사이트 [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au)를 참조하십시오.

## 이용할 수 있는 서비스



### 코칭

스트레스를 관리하고 안녕을 향상하는 새로운 방법을 배워보십시오.

- **셀프 코칭** - 자신의 일정에 따라 온라인 과정 수강
- **대면 코칭** - 가까운 지역의 코치와 일대일 면담



### 카운슬링

스트레스, 슬픔, 분노를 느낀다면, 카운슬러에게 상황을 이야기하고 도움을 받을 수 있습니다.

- **대면** - 해당 지역의 카운슬러와 일대일 또는 그룹 상담
- **전화 카운슬링** - 전화로 카운슬러와 상담



### 긴급 임시 서비스

갑자기 아프거나 다쳐서 여러분이 보살피는 사람을 계속 돌볼 수 없게 되면, 회복하는 동안 긴급 임시 서비스를 통해 돌봄에 도움을 받을 수 있습니다. 언제든지 1800 422 737번으로 전화하여 긴급 임시 서비스를 알아보시기 바랍니다.



### 상황이 비슷한 다른 간병인과 교류

가족이나 친구를 보살피는 여러분과 같은 처지인 사람들을 만나보십시오. 여러분의 사정과 지식 및 경험을 함께 나누며 서로 격려할 수 있습니다.

- **대면** - 가까운 지역에서 가족이나 친구를 보살피는 사람들의 그룹에 참여
- **온라인 커뮤니티** - 온라인 채팅 그룹에 참여하여 가족이나 친구를 보살피는 다른 사람들과 교류

[carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au)

간병인을 연결하는 ●●●● 지원 서비스

**‘여러분은 생각하는 것보다 더 강합니다.  
자신을 스스로 돌보며 자신을 믿으십시오.’**

팜, 아들을 돌보는 간병인



### 온라인 교육 과정

다른 사람과 자신을 보살피는 새로운 기술을 배우십시오. 스트레스와 법적 문제에 대처하고 건강과 안전을 향상하는 새로운 방법에 관해 알아보십시오. 각 과정은 다양한 주제를 다루며 자신의 일정에 따라 온라인으로 수강할 수 있습니다.

### 맞춤형 지원 패키지



각종 지원과 서비스가 여러분의 돌봄 역할에 도움이 되도록 맞춤형으로 이루어집니다.

무료로 이용할 수 있는 서비스

- 지속적인 교육을 지원하는 서비스 또는 장비 - 예: 개인 지도, 교육 용품, 훈련 과정 등
- 계획된 임시 서비스 - 간병인이 휴식하는 동안 서비스 기관이 개입하여 해당 가족이나 친구를 돌보는 서비스
- 식사 준비 및 청소 서비스
- 장비기 보조
- 교통 지원 - 병원 진료나 쇼핑 활동 등을 위해 이동하는 경우

## Carer Gateway 연락 방법

월~금요일 오전 8시 ~ 오후 5시 사이에 Carer Gateway 전화 **1800 422 737** 번으로 가까운 지역의 서비스 기관에 연락하여 이용할 수 있는 지원과 서비스에 관해 문의하시기 바랍니다. 긴급 임시 서비스는 같은 전화번호로 주 7일 24시간 이용할 수 있습니다.

영어 이외 다른 언어로 된 정보가 필요하시면, 통번역 서비스 **131 450** 번으로 전화하십시오.

청각 또는 언어 장애가 있다면 통신 중계 서비스 (National Relay Service) 전화 **133 677** 번으로 연락하십시오.

온라인 서비스와 자세한 정보는 Carer Gateway 웹사이트 [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au) 를 참조하십시오.