

Arabic العربية



دليل رعاية المسنين

يتوفر هذا الدليل بعشر لغات بما فيها:

العربية، والبورمية، والكانتونية، والكرواتية، والهولندية، والفارسية، والألمانية،
والماندرين، والتاغالوغ والفيتنامية.

Anglicare
Southern Queensland

الشيخوخة في أستراليا

كلما تقدمنا في السن، قد يصبح من الصعب القيام بالأشياء التي كنا نجدها سهلة. تصبح المهام مثل الأعمال المنزلية، والاهتمام بالحديقة والتسوق أكثر صعوبة. وقد نحتاج إلى استخدام أدوات مساعدة للتنقل، مثل عصي المشي.

لحسن الحظ، هناك برامج تساعد على تقديم الدعم لك وأنت تتقدم في السن. تدفع الحكومة الأسترالية تكاليف هذه البرامج. لكن في بعض الأحيان قد تضطر إلى المساهمة في التكاليف اعتمادًا على مدى المساعدة التي تحتاج إليها. يعتمد حجم المساهمة على دخلك.

يجب أن يكون عمرك أكثر من ٦٥ عامًا. إذا كان عمرك أقل من ٦٥ عامًا، فقد تكون مؤهلاً إذا كان لديك حالة دائمة تمنعك من عيش الحياة التي تريدها. لا تحتاج إلى أن تكون مواطنًا أستراليًا، ولكن قد تكون هناك بعض التكاليف اعتمادًا على تأشيرتك. المعايير الرئيسية هي أنك بحاجة إلى بعض المساعدة للبقاء في منزلك.

سيساعدك هذا الدليل على فهم خياراتك وكيف يمكنك الحصول على المساعدة.



أنواع المساعدة

١. المساعدة في المنزل

تتنوع المساعدات في المنزل اعتمادًا على احتياجاتك. قد تحتاج إلى مساعدة في التسوق والطبخ. أو قد تحتاج إلى دعم شخصي للاستحمام وارتداء الملابس. قد تحتاج إلى تعديلات لتحسين سلامتك وحركتك في أنحاء المنزل.

٢. مساعدة قصيرة المدى

ربما تحتاج إلى دعم بعد الإقامة في المستشفى، أو بعض المساعدة إذا كان مقدم رعايتك المعتاد في عطلة. يمكن أن تساعدك الرعاية قصيرة المدى على التعامل مع اضطرابات الحياة.

٣. دور رعاية المسنين

قد تكون في مرحلة تريد فيها المزيد من الدعم. ربما العيش بشكل مستقل مع بعض المساعدة في المنزل لم يعد كافيًا. إذا كان هذا هو الحال، قد يكون الوقت قد حان للنظر في الانتقال إلى دار رعاية المسنين.



رعاية المسنين لي (My Aged Care)

للوصول إلى الخدمات الحكومية، تحتاج إلى التسجيل في رعاية المسنين لي (My Aged Care).

يمكنك الاتصال على الرقم ١٨٠٠ ٢٠٠ ٤٢٢ أو يمكنك التسجيل عبر الإنترنت على myagedcare.gov.au

اتصل بـ **My Aged Care** 

على الرقم **1800 200 422**

استخدم الإنترنت - myagedcare.gov.au 

بعد التسجيل، سيقوم شخص بترتيب وقت لزيارتك في المنزل لمعرفة المزيد عن نوع المساعدة التي تحتاجها.

إذا كنت لا تتحدث الإنجليزية، تتوفر المعلومات أيضًا على موقع My Aged Care على الإنترنت بـ ٢٢ لغة.

التقييم

١. تقييم عبر الهاتف

الخطوة الأولى للحصول على خدمات رعاية المسنين الممولة من الحكومة هي الاتصال برعاية المسنين لي (My Aged Care). سيتحدث معك موظفو مركز الاتصال المطلعون بشكل لطيف حول احتياجاتك وما إذا كنت بحاجة إلى تقييم وجهًا لوجه.

٢. التقييم وجهًا لوجه

بعد أن تتصل بـ My Aged Care، قد تتم إحالتك لإجراء تقييم وجهًا لوجه. يتم إجراء التقييمات شخصيًا في منزلك.

٣. بعد تقييمك

بعد تقييمك وجهًا لوجه، ستكتشف إذا كنت مؤهلاً للحصول على الخدمات التي تمولها الحكومة - وإذا كان الأمر كذلك، ما هي الخدمات التي يحق لك الحصول عليها.



المترجمون الفوريون

إذا كنت لا تتحدث الإنجليزية، يمكن أن توفر لك My Aged Care مترجمًا فوريًا مجانيًا.

عندما تتصل بـ My Aged Care، قل "إنتربريتر" و "أرابيك". ابق على الهاتف وسيستحدث مترجم معك.

يمكن أن يتواجد مترجم فوري معك خلال جلسة تقييمك وجهًا لوجه.

هناك بطاقة مترجم في نهاية هذا الدليل. أبرز البطاقة عندما تستخدم الخدمات وسوف يجدون مترجمًا يتحدث لغتك.

يمكنك أيضًا أن تتصل بخدمة الترجمة الخطية والفورية (TIS National) على الرقم ١٣١ ٤٥٠، وأن تقول لغتك وتنتظر مترجم فوري. يمكنك بعد ذلك طلب التحدث إلى أي وكالة أو خدمة بواسطة المترجم.

الدعم

ليس عليك القيام بهذه العملية وحدك. يمكنك إشراك صديق أو مقدم رعاية أو أحد أفراد العائلة معك خلال العملية بأكملها. إذا لم يكن لديك أي شخص لدعمك، فهناك خدمات يمكن أن تساعدك.

تموّل الحكومة الأسترالية 'برنامج دعم رعاية المسنين الوطني' (NACAP)، وهو يستقطب الدعم ويقدم معلومات مجاناً وبشكل مستقل وسري لكبار السن عن خدمات رعاية المسنين التي تموّلها الحكومة الأسترالية. 'شبكة استقطاب الدعم لكبار السن' (OPAN) هي الجهة الوطنية التي تقدم هذه الخدمات.

اتصل بـ **OPAN** على الرقم **1800 700 600** 

استخدم الإنترنت - **opan.com.au** 

الدعم الإضافي

في كوينزلاند، يمكنك أيضًا الاتصال 'بمستقطب الدعم للمسنين وذوي الإعاقة' (ADA) للحصول على المعلومات، والتعليم والدعم.

اتصل بـ **ADA** على الرقم **1800 818 338** 
استخدم الإنترنت - **adaaustralia.com.au** 

إذا كنت تعاني من أي شيء يسبب الأذى أو الضيق، يمكنك الاتصال بالخط الساخن 'لإساءة معاملة المسنين' (Elder Abuse) للحصول على مساعدة مجانية ومجهرولة وسرية.

اتصل بالخط الساخن لإساءة معاملة المسنين على
الرقم **1300 651 192** 
استخدم الإنترنت - **eapu.com.au** 

إذا كان لديك شكوى حول مزوّد الخدمة لك ولم تكن راضيًا عن كيفية تقديم الخدمة، يمكنك الاتصال 'بلجنة جودة وسلامة رعاية المسنين' (Aged Care Quality & Safety Commission) مباشرة.

اتصل بـ **ACQSC** على الرقم **1800 951 822**

استخدم الإنترنت - **agedcarequality.gov.au**

مساعدة لمقدمي الرعاية

إذا كنت مقدم رعاية، يمكنك الحصول على المساعدة والدعم من الحكومة ومنظمات أخرى.

إذا كنت تساعد أحد أفراد الأسرة أو صديق يعاني من إعاقة، أو مرض مزمن، أو الخرف، أو مرض عقلي، أو إدمان أو ضعف بسبب الشيخوخة، فيمكن أن تساعدك كيرير غايتواي (Carer Gateway).

يمكن أن يكون مقدمو الرعاية من أفراد العائلة أو الأصدقاء، ويمكن أن يكونوا والدين، أو أولادًا، أو أنسباء، أو أجدادًا أو جيرانًا. يعتني بعض مقدمي الرعاية بشخص آخر على مدار ٢٤ ساعة في اليوم ويساعدونه في أنشطة المعيشة اليومية، في حين يعتني بعضهم

الآخر بأشخاص مستقلين إلى حد ما ولكنهم يحتاجون إلى المساعدة في بعض المهام اليومية.

Carer Gateway اتصل بـ 

على الرقم **1800 422 737**

استخدم الإنترنت -  **carergateway.gov.au**

كيف يمكن أن تساعدك أنجليكير (Anglicare)

أنجليكير (Anglicare) هنا لدعمكم في جميع المراحل؛ لدينا مجموعة من خدمات الدعم لمساعدتك. يمكن لموظفينا ذوي الخبرة مساعدتك ومساعدة عائلتك ومقدم الرعاية لك في الخدمات بما في ذلك الرعاية المؤقتة، والدعم الصحي المركز، وخيارات الرعاية الروحية والرعية.

خدمة الاستقبال والإرشاد لدينا تتمحور حول دعمك من خلال عملية التقدم بطلب للحصول على التمويل وتنظيم خدمات الرعاية. سنعمل معك لنفهم كيف تريد أن تكون حياتك، وما هو مهم بالنسبة لك وما تريد تحقيقه.

يمكنك أيضًا استخدام أداة 'إنشاء الحزم' (Package Builder) لاستكشاف خياراتك وبناء الحزمة الشخصية الخاصة بك مع جميع الخدمات التي تحتاجها.

اتصل بـ **Anglicare** على الرقم **1300 610 610** 
استخدم الإنترنت - **anglicaresq.org.au** 

ملاحظات



Anglicare

Southern Queensland

اتصل بنا اليوم

anglicaresq.org.au ١٣٠٠ ٦١٠ ٦١٠



Australian Government

Department of Health

I need an interpreter



TRANSLATING
AND
INTERPRETING
SERVICE

I speak: Arabic / العربية



The bearer of this card requires the assistance of an interpreter