

Vietnamese Tiếng Việt



Tập sách hướng dẫn về chăm sóc người cao niên

Tập sách này được soạn viết và dịch sang 10 ngôn
ngữ bao gồm tiếng:

Ả-rập, Miến Điện, Quảng Đông, Croatia, Hà-Lan, Ba Tư,
Đức, Quan Thoại, Tagalog và Việt.

Anglicare
Southern Queensland

Quá trình lão hóa ở Úc

Càng lớn tuổi, có thể chúng ta sẽ thấy các việc làm mà trước đây chúng ta thấy dễ bây giờ khó làm hơn. Những công việc chúng ta thấy nặng nhọc hơn gồm công việc nhà, làm vườn và đi chợ. Có thể chúng ta phải dùng dụng cụ trợ giúp như gậy chống để đi lại.

May thay, ở tuổi già có các chương trình để trợ giúp cho quý vị. Các chương trình này được chi trả bởi Chính phủ Úc. Nhưng thỉnh thoảng, tùy theo mức trợ giúp quý vị cần, có thể quý vị phải đóng góp một ít. Khoản đóng góp này sẽ tùy thuộc vào thu nhập của quý vị.

Quý vị phải 65 tuổi trở lên. Nếu dưới 65 tuổi và có một căn bệnh lâu dài không cho phép quý vị sống một cuộc sống theo ý muốn thì quý vị có thể hội đủ điều kiện. Quý vị không cần có quốc tịch Úc, nhưng tùy thuộc vào loại thị thực của quý vị, có thể sẽ có vài chi phí mà quý vị phải trả. Điều kiện chính là quý vị cần sự giúp đỡ để tiếp tục sống ở nhà.

Tập sách hướng dẫn này giúp quý vị hiểu về các lựa chọn của mình và làm thế nào để tìm sự giúp đỡ.



Các loại trợ giúp

1. Giúp đỡ tại gia

Giúp đỡ sẽ khác nhau tùy theo nhu cầu của quý vị. Có thể quý vị cần giúp với việc đi chợ và nấu nướng. Hoặc có thể quý vị cần hỗ trợ cá nhân như tắm rửa và thay quần áo. Có thể trong nhà cần được sửa đổi để nơi quý vị ở an toàn hơn và dễ cho quý vị di chuyển hơn.

2. Giúp đỡ ngắn hạn

Có thể quý vị vừa ra viện và cần sự hỗ trợ, hoặc quý vị cần giúp đỡ vì người thường khi chăm sóc cho quý vị đang có kỳ nghỉ. Chăm sóc ngắn hạn có thể giúp quý vị đối phó với những sự cố ảnh hưởng đến cuộc sống của quý vị.

3. Nhà dưỡng lão

Có thể quý vị đang ở giai đoạn mà quý vị muốn có thêm sự hỗ trợ. Có thể cuộc sống độc lập với sự trợ giúp ở nhà không còn phù hợp nữa. Nếu vậy, có thể đây là lúc quý vị cần suy nghĩ xem có nên dọn vào một nhà dưỡng lão để ở.



Cơ quan My Aged Care

Để tiếp cận các dịch vụ của chính phủ, quý vị cần đăng ký với My Aged Care.

Quý vị có thể gọi **1800 200 422** hoặc đăng ký trực tuyến tại myagedcare.gov.au



Gọi **My Aged Care**
qua số **1800 200 422**



Vào mạng - myagedcare.gov.au

Sau khi đã đăng ký, sẽ có nhân viên sắp xếp thời gian đến gặp quý vị ở nhà để tìm hiểu thêm quý vị cần sự giúp đỡ gì.

Nếu quý vị không nói được tiếng Anh, trang mạng của My Aged Care cũng có thông tin bằng 22 ngôn ngữ khác nhau.

Thủ tục thẩm định

1. Thẩm định qua điện thoại

Khi muốn tiếp cận các dịch vụ được chính phủ tài trợ, bước đầu tiên là gọi cho My Aged Care. Một nhân viên thân thiện và đầy kiến thức của trung tâm liên lạc sẽ nói chuyện với quý vị về các nhu cầu của mình và xem có cần gặp mặt quý vị để thực hiện thẩm định hay không.

2. Thẩm định bằng cách gặp mặt trực tiếp

Sau cú gọi đến My Aged Care, có thể quý vị sẽ được giới thiệu để làm cuộc thẩm định bằng cách gặp mặt trực tiếp. Các cuộc thẩm định được thực hiện bởi nhân viên đích thân đến nhà làm việc với quý vị.

3. Sau cuộc thẩm định

Sau cuộc thẩm định bằng cách gặp mặt trực tiếp, quý vị sẽ biết là mình có hội đủ điều kiện để tiếp cận các dịch vụ được chính phủ tài trợ hay không - và nếu có thì là loại dịch vụ nào.



Thông dịch viên

Nếu quý vị không nói tiếng Anh, My Aged Care có thể cung cấp một thông dịch viên, miễn phí.

Khi gọi đến My Aged Care, hãy nói “interpreter” tức là thông dịch viên và “Vietnamese” tức là tiếng Việt. Hãy chờ máy và một thông dịch viên sẽ tiếp quý vị trên điện thoại.

Quý vị cũng được phép yêu cầu có thông dịch viên tại cuộc thẩm định bằng cách gặp mặt trực tiếp.

Một thẻ về thông dịch có sẵn ở cuối phần tài liệu hướng dẫn này. Trình thẻ này khi sử dụng các dịch vụ và họ sẽ tìm thông dịch viên nói ngôn ngữ của quý vị.

Quý vị cũng có thể gọi Dịch vụ Thông dịch và Phiên dịch (TIS National) qua số **131 450**, nói tên ngôn ngữ của mình và chờ thông dịch viên trả lời. Sau đó quý vị có thể yêu cầu được nói chuyện với một cơ quan hay dịch vụ nào đó với sự giúp đỡ của thông dịch viên.

Hỗ trợ

Quý vị không phải một mình làm thủ tục này. Quý vị có thể có một người bạn, người chăm sóc hay người trong gia đình có mặt cùng quý vị trong suốt quá trình này.

Có các dịch vụ có thể giúp, nếu quý vị không có ai hỗ trợ cho mình.

Chương trình Hỗ trợ Chăm sóc Người cao Niên Quốc Gia (National Aged Care Advocacy Program – NACAP) là một chương trình được chính phủ tài trợ cung cấp cho người lớn tuổi sự hỗ trợ tích cực và thông tin miễn phí, độc lập và kín đáo về các dịch vụ chăm sóc người cao niên được chính phủ tài trợ. Mạng lưới Hỗ trợ Người Lớn tuổi (Older Persons Advocacy Network – OPAN) là một nhà cung cấp toàn quốc cho các dịch vụ này.



Hãy gọi **OPAN** qua số **1800 700 600**



Vào mạng - **opan.com.au**

Sự hỗ trợ thêm

Ở Queensland, quý vị còn có thể liên lạc tổ chức Bệnh vực Người Già & Người Khuyết tật (Aged & Disability Advocate) để có thêm thông tin, kiến thức và sự hỗ trợ.



Hãy gọi **ADA** qua số **1800 818 338**



Vào mạng - **adaaustralia.com.au**

Nếu quý vị đang có những kinh nghiệm làm cho quý vị bị tổn thương hay đau khổ, quý vị có thể gọi Đường dây nóng về Người già bị Ngược đãi và Lạm dụng (Elder Abuse Hotline) để được sự giúp đỡ miễn phí, ẩn danh và kín đáo.



Hãy gọi **Elder Abuse Hotline**
qua số **1300 651 192**



Vào mạng - **eapu.com.au**

Nếu có khiếu nại về một cơ sở cung cấp dịch vụ và quý vị không hài lòng với cách họ xử lý vấn đề này, quý vị có thể trực tiếp liên lạc Ủy Ban phụ trách Chất lượng & Sự An toàn trong lĩnh vực Chăm sóc Người Cao niên (Aged Care Quality & Safety Commission).



Hãy gọi **ACQSC** qua số **1800 951 822**



Vào mạng - **agedcarequality.gov.au**

Giúp đỡ dành cho người chăm sóc

Nếu là một người chăm sóc, quý vị có thể tìm sự giúp đỡ và hỗ trợ từ chính phủ và các tổ chức khác.

Nếu quý vị đang giúp một người trong gia đình hay người bạn bị khuyết tật, mắc một căn bệnh mãn tính, sa sút trí tuệ, tâm thần, bị nghiện ngập hay già yếu, thì Cổng của Người chăm sóc (Carer Gateway) có thể giúp quý vị.

Người chăm sóc có thể là những người trong gia đình hay bạn bè, họ có thể là cha mẹ, con cái, anh chị em, ông bà

nội ngoại hay người hàng xóm. Một số người chăm sóc trông nom một người khác 24 trên 24 và giúp họ với những sinh hoạt hằng ngày trong cuộc sống, một số khác thì trông nom một người khá độc lập nhưng cần sự giúp đỡ với một số công việc mỗi ngày.



Hãy gọi **Carer Gateway**

qua số **1800 422 737**



Vào mạng - **carergateway.gov.au**

Anglicare có thể giúp như thế nào

Anglicare sẵn sàng hỗ trợ quý vị ở mọi giai đoạn; chúng tôi có nhiều dịch vụ hỗ trợ khác nhau để giúp quý vị. Đội ngũ nhân viên có kinh nghiệm của chúng tôi có thể giúp quý vị, gia đình và người chăm sóc của quý vị qua các dịch vụ như chăm sóc thay thế, sự hỗ trợ chú trọng vào sức khỏe và các hình thức chăm sóc tâm linh và mục vụ.

Dịch vụ hỗ trợ của chúng tôi là để giúp quý vị với quá trình xin tài trợ và sắp xếp các dịch vụ chăm sóc. Chúng tôi sẽ làm việc cùng quý vị để hiểu ý muốn của quý vị về cuộc sống, điều gì quan trọng đối với quý vị và những mục tiêu của mình.

Quý vị cũng có thể dùng Package Builder (chọn dịch vụ bao trọn) để nghiên cứu các dịch vụ khác nhau và tự chọn các dịch vụ thành gói chăm sóc cho riêng mình, trong đó có tất cả các dịch vụ mà quý vị cần.



Hãy gọi **Anglicare** qua số **1300 610 610**



Vào mạng - **anglicaresq.org.au**

Ghi chú



Anglicare

Southern Queensland

Liên lạc chúng tôi hôm nay

1300 610 610 anglicaresq.org.au



Australian Government

Department of Health

I need an interpreter



I speak: Vietnamese / Tiếng Việt



The bearer of this card requires the assistance
of an interpreter

