



4. Pomoc w domu

Większość ludzi starzejąc się pragnie nadal żyć samodzielnie w swoim własnym domu. Czasem jednak możesz potrzebować niewielkiej pomocy w codziennych czynnościach, z którymi trudniej jest ci radzić sobie samemu.

Jakiego rodzaju usługi mogę otrzymywać?

Istnieje szereg dostępnych usług. Usługi, jakie otrzymasz, zależą od twoich potrzeb.

Sposób świadczenia usług

Zależnie od twojej sytuacji, mogą ci zostać przyznane usługi domowe lub środowiskowe, które pozwolą ci pozostać w swoim domu:

- Jeśli potrzebujesz jedynie niewielkiej pomocy, Federalny Program Pomocy w Domu (Commonwealth Home Support Programme - CHSP) może ci w tym pomóc.
- Jeżeli twoje potrzeby są bardziej złożone, możesz potrzebować Pakietu Opieki Domowej (Home Care Package).

Federalny Program Pomocy w Domu

Jeśli chcesz pozostać nadal w swoim własnym domu, ale potrzebujesz pomocy w codziennych zajęciach, być może będzie ci w tym pomocny CHSP.

CHSP zapewnia niewielką pomoc osobom w wieku od 65 lat, (lub w wieku od 50 lat w przypadku Aborygenów i mieszkańców Wysp Cieśniny Torresa), które potrzebują pomocy, by nadal żyć samodzielnie w domu.

Przysługuje ona osobom starszym, które mogą w zasadzie radzić sobie samemu z niewielką pomocą i nie potrzebują opieki w domu. Aby otrzymać pomoc w domu, możesz zadzwonić do My Aged Care Contact Centre, które przyjrzy się twojej sytuacji i pomoże ci w ustaleniu, co jest dla ciebie najlepsze.

Kilka informacji dotyczących CHSP:

- zapewnia on usługi dla ponad 500.000 osób starszych na terenie kraju
- do najczęstszych usług należą pomoc domowa, wsparcie społeczne, posiłki i transport
- możesz porozmawiać z My Aged Care Contact Centre na temat swoich potrzeb pomocy w domu oraz twoich indywidualnych potrzeb.

Jakiego rodzaju usługi będę mógł otrzymywać?

Istnieje szereg dostępnych usług. Usługi, jakie będziesz otrzymywał zależą od twoich potrzeb.

Do najczęstszych usług należą:

- **Pomoc domowa** – prace domowe, takie jak sprzątanie, pranie i prasowanie
- **Opieka osobista** – pomoc przy kąpieli, ubieraniu się, czesaniu i korzystaniu z toalety
- **Opieka pielęgniarska** – wykwalifikowana pielęgniarka odwiedza cię w domu, by np. zmienić opatrunek lub udzielić porady dotyczącej kontrolowania czynności fizjologicznych
- **Posiłki i usługi żywieniowe** – pomoc w przygotowywaniu i spożywaniu posiłków, dostawa posiłków do domu lub pomoc osobom na specjalnej diecie
- **Transport** – pomoc w dojazdach na zakupy i wizyty lekarskie
- **Wsparcie socjalne** – pomoc osobom w towarzystwie im przy zakupach, płaceniu rachunków, wizytach lekarskich lub zajęciach socjalnych
- **Domowe prace konserwacyjne** – dokonywanie niewielkich napraw o charakterze ogólnym i dbanie o dom lub ogród, jak np. wymiana żarówek i uszczeltek
- **Modyfikacje domu** – instalowanie urządzeń bezpieczeństwa, takich, jak alarmy, pochylnie oraz uchwyty
- **Elastyczna pomoc zastępcza** – dostęp do dobrej jakości opieki zastępczej, by twój regularny opiekun mógł mieć chwilę wytchnienia.

Czego należy oczekiwać?

Jeśli rozważasz ubieganie się o przyznanie ci usług pomocy w twoim domu, jest kilka rzeczy, które należy wziąć pod uwagę, takich, jak prawo skorzystania z nich oraz to, ile cię będą kosztowały.

Komu przysługuje pomoc w domu?

Jeśli ubiegasz się o przyznanie ci usług w ramach CHSP, możesz po prostu zadzwonić do My Aged Care Contact Centre, by porozmawiać o tym, jakie usługi są dla ciebie najodpowiedniejsze. Umożliwi ci to zorganizowanie badania i oceny twoich potrzeb pomocy w celu ustalenia rodzaju potrzebnej ci pomocy. Istnieje również wyszukiwacz usług online, który pomoże ci znaleźć usługi CHSP w twojej okolicy.

Możesz zadzwonić do My Aged Care Contact Centre pod numer **1800 200 422**.

Ile mnie to będzie kosztować?

Rząd australijski opłaca większą część kosztu opieki nad osobami starszymi w Australii. Ale, jak w przypadku wszystkich usług nad osobami starszymi, jeżeli posiadasz na to środki, spodziewany jest z twojej strony pewien udział w koszcie opieki. Nigdy jednak nie zostanie odmówiona ci usługa, której potrzebujesz, jeżeli nie będziesz w stanie za nią zapłacić. Możesz negocjować ze swoim świadczeniodawcą koszt, jaki będziesz musiał ponieść.

Koszt ten zostanie uzgodniony i wpisany do twojej umowy, zanim zaczniesz otrzymywać jakiegokolwiek usługi opieki nad osobami starszymi. Będzie to twoja umowa prawna z twoim świadczeniodawcą.

Pakiety Opieki Domowej

Jeśli twoje potrzeby są bardziej złożone, odpowiedni może się dla ciebie okazać Pakiet Opieki Domowej (Home Care Package). Możesz otrzymywać usługi podobne, jak w ramach CHSP, ale oprócz tego zostaną one skoordynowane z twoimi szczególnymi potrzebami i dopasowane do nich.

Kilka informacji dotyczących Pakietu Opieki Domowej

- są cztery poziomy pakietów w zależności od indywidualnych potrzeb
- przed otrzymaniem pakietu wymagane jest poddanie się formalnej ocenie twoich potrzeb pomocy przeprowadzonej przez członka Zespołu Diagnostyki Geriatrycznej (Aged Care Assessment Team (ACAT lub ACAS w Wiktorii).

Jakiego rodzaju usługi będę mógł otrzymywać?

- **Usługi osobiste** – pomoc przy braniu prysznica lub kąpieli, ubieraniu się i poruszaniu
- **Usługi pomocy** – pomoc przy praniu i prasowaniu, sprzątaniu domu, pracach ogrodniczych, prostych domowych pracach konserwacyjnych, modyfikacjach domu związanych z twoimi potrzebami opieki, oraz transport, by pomóc ci w robieniu zakupów, wizytach lekarskich lub udziale w zajęciach społecznych
- **Opieka kliniczna** – opieka pielęgniarska i inne usługi zdrowotne, jak np. fizjoterapia (ćwiczenia, zwiększenie możliwości ruchowych, ogólne wzmocnienie i poprawa równowagi), usługi dietetyka (ocena twojego odżywiania się, porada dotycząca lepszego odżywiania się i zmian w diecie) oraz usługi dotyczące poprawy słuchu i wzroku.

Czego należy oczekiwać

Jeśli rozważasz ubieganie się o przyznanie ci usług pomocy w domu, jest kilka rzeczy, które należy wziąć pod uwagę, takich, jak prawo skorzystania z nich, to, ile cię będą kosztowały oraz jak należy zorganizować potrzebne ci usługi za pośrednictwem świadczeniodawcy.

Jeśli ubiegasz się o przyznanie prawa do korzystania z Pakietu Opieki Domowej, niezbędne będzie poddanie się ocenie twoich potrzeb pomocy i uznanie cię przez ACAT za osobę uprawnioną.

Ocena ACAT, to spotkanie z członkiem zespołu, takim, jak lekarz, pielęgniarka, pracownik socjalny i/lub inny pracownik służby zdrowia w celu dokonania oceny twoich potrzeb pomocy i porozmawiania z tobą na temat tego, jak radzisz sobie w życiu codziennym. Członek zespołu pomoże ci znaleźć właściwe dla twoich potrzeb usługi oraz ustalić zakres niezbędnej pomocy. W liście przysłanym ci przez zespół ACAT znajdzie się informacja o tym, które z subsydiowanych usług zostały ci przyznane. Zespół może cię również skontaktować z działającymi w twojej okolicy organizacjami świadczącymi potrzebne ci usługi.

Dowiedz się więcej na temat Pakietów Opieki Domowej oraz, czego należy się spodziewać.

Co zrobić, jeśli mam zastrzeżenia?

Jeśli usługi lub zapewniająca je organizacja nie spełniają twoich oczekiwań, masz prawo do złożenia skargi lub znalezienia innej organizacji, jeżeli będzie ona dostępna.

Proces składania skarg może się różnić w zależności od programu lub pakietu, w ramach którego będą świadczone twoje usługi.

Możesz złożyć skargę do Departamentu pod adresem DSSfeedback@dss.gov.au lub dzwoniąc do Aged Care Complaints Scheme pod numer 1800 550 552

My Aged Care 1800 200 422

 Telefoniczna Służba Tłumaczy (TIS) 131 450