



myagedcare



Australian Government

Farsi | فارسی



راهنمای شما برای برنامه کامونولث حمایت در خانه

کمک به شما برای زندگی در خانه

نوامبر 2025



به استثنای نشان ملی کشورهای مشترک‌المنافع و مواردی که خلاف آن ذکر شده است، تمام مطالب ارائه شده در این سند تحت مجوز Creative Commons Attributions 4.0 International ارائه شده است. مجوز ([CreativeCommons.org/Licenses/By/4.0/](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)).

جزئیات شرایط مجوز مربوطه در وبسایت Creative Commons موجود است که با استفاده از لینک‌های ارائه شده قابل دسترسی است، همانطور که کد کامل قانونی مجوز CC BY 4.0 International نیز موجود است. ([CreativeCommons.org/Licenses/By/4.0/LegalCode](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode)).

این سند باید به نام وزارت بهداشت، معلولیت و سالمندی باشد.

راهنمای شما برای برنامه کامونولث حمایت در خانه

تماس با ما

سوالات مربوط به مجوز و هرگونه استفاده از این سند از طریق ایمیل به آدرس زیر پذیرفته می‌شود: Communication.AgedCare@health.gov.au.

شما می‌توانید این محصول را در [MyAgedCare.gov.au](https://myagedcare.gov.au) بیابید.

این کتابچه به گونه‌ای طراحی شده است که به شما، خانواده یا دوستانتان در تصمیم‌گیری‌های مهم در مورد مراقبت از خود کمک کند. این شامل اطلاعات مفید زیادی است، اما ممکن است بخواهید تحقیقات بیشتری انجام دهید تا به شما در تصمیم‌گیری کمک کند.

اطلاعات از 1 نوامبر 2025 به‌روز است.

آیا این دفترچه برای شما مناسب است؟

این کتابچه توضیح می‌دهد که چگونه افراد مسن می‌توانند از طریق برنامه کامونولث حمایت در خانه (CHSP) در خانه و زندگی روزمره خود حمایت دریافت کنند.

اگر توسط یک ارزیاب مراقبت از سالمندان برای خدمات CHSP ارزیابی شده‌اید، باید این کتابچه را مطالعه کنید.

شما همچنین می‌توانید جزوه‌هایی درباره انواع دیگر خدمات مراقبت از سالمندان که در صفحه بعد فهرست شده‌اند را در وبسایت **MyAgedCare.gov.au/Resources** دریافت کنید.



آیا این دفترچه برای شما مناسب است؟

مراقبت در منزل در سطح مقدماتی

کمک‌های مداوم یا کوتاه‌مدت از طریق CHSP. می‌توانید در کارهای خانه، مراقبت شخصی، وعده‌های غذایی و تهیه غذا، حمل و نقل، خرید، مراقبت‌های بهداشتی و اجتماعی کمک دریافت کنید. شما همچنین می‌توانید برای مرخصی برنامه‌ریزی شده درخواست دهید و به مراقب خود استراحت بدهید. CHSP حداکثر تا اول جولای 2027 به بخشی از برنامه «پشتیبانی در منزل» تبدیل خواهد شد. CHSP برای مشتریان فعلی و جدید با نیازهای پشتیبانی سطح پایین ادامه خواهد یافت.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به MyAgedCare.gov.au/Commonwealth-Home-Support-Program

مراقبت مداوم در منزل

برنامه «پشتیبانی در منزل» دسترسی به خدمات مراقبتی و پشتیبانی، تجهیزات و اصلاحات خانه را فراهم می‌کند تا به افراد مسن کمک کند سالم، فعال و از نظر اجتماعی با جامعه خود در ارتباط باشند. پشتیبانی در منزل، سطح بالاتری از مراقبت را برای افراد دارای نیازهای پیچیده که برای ماندن در خانه به کمک بیشتری نیاز دارند، فراهم می‌کند.

مراقبت از سالمندان

مراقبت شخصی و پرستاری در خانه‌های مراقبت از سالمندان در صورتی که قادر به زندگی مستقل در خانه خود نیستید. این همچنین شامل اقامت موقت برای استراحت کوتاه مدت در خانه مراقبت از سالمندان می‌شود.

مسیر مراقبت ترمیمی توان بخش

مسیر مراقبت ترمیمی توان بخش، یک مسیر کوتاه‌مدت متمرکز بر سلامت/پرستاری است که به عنوان بخشی از برنامه پشتیبانی در منزل می‌شود. مراقبت‌های ترمیمی می‌تواند به شما کمک کند تا برای مدت طولانی‌تری مستقل بمانید و در انجام فعالیت‌هایی که از آنها لذت می‌برید، از شما حمایت کند.

مسیر پایان زندگی

مسیر پایان زندگی از افراد مسنی که تشخیص داده شده است ۳ ماه یا کمتر زنده می‌مانند و مایل به ماندن در خانه هستند، پشتیبانی می‌کند. هدف از این طرح، ارائه مراقبت از سالمندان به منظور تکمیل خدمات موجود تحت طرح‌های مراقبت تسکینی ایالتی یا منطقه‌ای است. این مسیر بخشی از برنامه پشتیبانی در منزل است.

فهرست مطالب

4	برنامه کامونولث حمایت در خانه
6	نحوه دسترسی به خدمات برنامه کامونولث حمایت در خانه
7	1. تماس با My Aged Care
9	2. ارزیابی برای مراقبت از سالمندان داشته باشید
11	3. توافق بر سر یک طرح پشتیبانی
12	4. ارائه دهندگان خدمات را انتخاب کنید و هزینه‌های خود را محاسبه کنید
15	5. مدیریت خدمات شما
19	کمک‌های بیشتر

بهبود سیستم مراقبت از سالمندان استرالیا

در طول چند سال گذشته، دولت استرالیا در پاسخ به کمیسیون سلطنتی کیفیت و ایمنی مراقبت از سالمندان، تغییرات اساسی ایجاد کرده است. این اصلاحات گسترده، تغییرات مثبتی را ایجاد کرده، شفافیت را افزایش داده و کیفیت مراقبت‌های ارائه شده به سالمندان در استرالیا را بهبود بخشیده است.

چه تصمیم بگیرید در خانه بمانید و چه به خانه مراقبت از سالمندان نقل مکان کنید، مراقبت و پشتیبانی با کیفیت بالا باید در دسترس باشد.

قانون مراقبت از سالمندان سال 2024 باعث بهبودهای بیشتری برای سالمندانی شده است که از خدمات مراقبت از سالمندان استفاده می‌کنند. این شامل مقرراتی برای تضمین یک بخش قویتر مراقبت از سالمندان می‌شود تا به سالمندان اعتماد، کنترل و اطمینان بیشتری در مراقبت از آنها بدهد.

برنامه کامونولث حمایت در خانه

این کتابچه در مورد برنامه کامونولث حمایت در خانه (CHSP) است که کمک‌های سطح پایینی را برای افراد مسن واجد شرایط فراهم می‌کند تا بتوانند به طور مستقل در خانه و جامعه خود زندگی کنند. اگر می‌توانید در خانه از پس کارهایتان برآیید اما برای انجام کارهای روزانه و زندگی مستقل به کمک نیاز دارید، خدمات CHSP ممکن است برای شما مناسب باشد.

این خدمات همچنین می‌توانند در صورتی که دچار مشکل شده‌اید و برای مدت کوتاهی برای بازگشت به زندگی عادی به پشتیبانی نیاز دارید، کمک کنند.

دولت به ارائه‌دهندگان خدمات CHSP در سراسر استرالیا بودجه می‌دهد تا خدمات و مراقبت‌های لازم را به شما ارائه کنند.

از اول نوامبر 2025، تمام افرادی که از خدمات مراقبت از سالمندان با بودجه دولتی استفاده می‌کنند — از جمله برنامه CHSP — باید در سامانه My Aged Care ثبت‌نام کرده و ارزیابی مراقبت از سالمندان را انجام داده باشند.

خدمات مراقبت از سالمندان تحت پوشش دولت برای افرادی که نیازهای مراقبتی دارند، در دسترس خواهد بود:

- افراد 65 سال به بالا
- بومی استرالیا یا جزیره‌نشین تنگه تورس و 50 سال یا بیشتر
- بی‌خانمان یا در معرض خطر بی‌خانمانی و 50 سال یا بیشتر
- مراجعین فعلی که قبل از 1 نوامبر 2025 برای خدمات مراقبت از سالمندان تایید شده‌اند.



خدمات برنامه کامونولث حمایت در خانه

سرویس‌های مختلفی برای کمک به شما در مدیریت فعالیتهای روزانه‌تان وجود دارد. بسته به نیازهایتان، ممکن است واجد شرایط دریافت موارد زیر باشید:

- حمل و نقل به قرار ملاقات‌ها و فعالیتهای
- کمک‌های خانگی مانند نظافت سبک خانه و شستن لباس‌ها
- مراقبت‌های شخصی مانند کمک در دوش گرفتن یا لباس پوشیدن
- تعمیر و نگهداری خانه مانند تعویض لامپ و باغبانی
- اصلاحات خانه مانند نصب نرده محافظ
- تجهیزات و محصولات مانند صندلی حمام، صندلی توالی فرنگی بلند و وسایل کمکی حرکتی
- وعده‌های غذایی، کمک در تهیه غذا و مهارت‌های آشپزی و مشاوره تغذیه
- پشتیبانی پرستاری مانند مراقبت از زخم
- پشتیبانی‌های درمانی وابسته مانند فیزیوتراپی و کاردرمانی
- حمایت اجتماعی مانند فعالیتهای همراه و گشت و گذارهای گروهی
- مراقبت جایگزین — مراقبتی برای شما در زمانی که مراقبت‌تان نیاز به استراحت دارد.



نحوه دسترسی به خدمات برنامه کامونولث حمایت در خانه

برای دسترسی به خدمات برنامه کامونولث حمایت در خانه، این مراحل را دنبال کنید:

1 تماس با My Aged Care

2 ارزیابی برای مراقبت از سالمندان
داشته باشید

3 توافق بر سر یک طرح پشتیبانی

4 ارائه دهندگان خدمات را انتخاب کنید و
هزینه‌های خود را محاسبه کنید

5 مدیریت خدمات شما



myagedcare

My Aged Care جایی است که شما خدمات مراقبت از سالمندان تحت پوشش بودجه دولت استرالیا را مدیریت می‌کنید. شما می‌توانید به صورت آنلاین، تلفنی یا حضوری به My Aged Care دسترسی داشته باشید.

برای دسترسی به خدمات مراقبت از سالمندان، باید ارزیابی شوید. اگر هنوز ارزیابی نشده‌اید، می‌توانید از سه طریق برای آن درخواست دهید:

آنلاین

فرم درخواست آنلاین سریع و آسان برای استفاده است. همچنین می‌توانید قبل از درخواست، از بررسی صلاحیت استفاده کنید.

به MyAgedCare.gov.au/Apply-Online مراجعه کنید.

از طریق تلفن

برای صحبت در مورد نیازهایتان و تکمیل فرم ارزیابی از طریق تلفن، با My Aged Care تماس بگیرید. مرکز تماس در روزهای هفته از ساعت 8 صبح تا 8 شب و شنبه‌ها از ساعت 10 صبح تا 2 بعد از ظهر باز است.

تماس رایگان 1800 200 422.

حضوری

برای کسب اطلاعات عمومی و پشتیبانی، به یکی از مراکز ارائه خدمات Services Australia مراجعه کنید یا به صورت آنلاین برای یک جلسه حضوری رایگان وقت بگیرید.

برای پشتیبانی عمیق‌تر، می‌توانید در صورت وجود یک مددکار متخصص در مراقبت از سالمندان در منطقه خود، با او صحبت کنید یا از طریق چت ویدیویی از او کمک بگیرید.

به ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services مراجعه کنید.

مراکز خدمات Services Australia در روزهای هفته از ساعت 8 صبح تا 5 بعد از ظهر باز هستند.

تماس رایگان 1800 227 475.

هنگام درخواست ارزیابی برای مراقبت از سالمندان چه انتظاری باید داشت؟

وقتی درخواست می‌دهید، چند سوال از شما می‌پرسیم تا بفهمیم آیا واجد شرایط ارزیابی هستید یا خیر. اگر چنین است، باید برخی اطلاعات شخصی از جمله شماره مدیکر و اطلاعات تماس خود را ارائه دهید.

در طول درخواست، می‌توانید شخصی را به انتخاب خود، مانند یکی از اعضای خانواده، دوست یا مراقب، به عنوان پشتیبان ثبت شده خود ثبت کنید. این یعنی آنها می‌توانند از طرف شما با My Aged Care صحبت کنند، در تصمیم‌گیری به شما کمک کنند و به اطلاعات شما دسترسی پیدا کنند یا درخواست اطلاعات شما را بدهند. شما می‌توانید در هر زمانی درخواست تغییر پشتیبان ثبت شده خود را بدهید.

ما همچنین از شما اجازه خواهیم گرفت تا یک پرونده مشتری شخصی‌سازی شده ایجاد کنیم. این اطلاعات به‌روز در مورد نیازهای شما، نتایج ارزیابی و خدماتی که دریافت می‌کنید را در خود جای می‌دهد. سابقه مشتری، نیاز شما را به بازگو کردن مجدد داستان‌تان کاهش می‌دهد.

شما می‌توانید از طریق حساب کاربری My Aged Care Online خود به سوابق client record خود دسترسی داشته باشید. این حساب کاربری روشی رایگان و امن برای مدیریت خدمات، نمایندگان و اطلاعات شخصی شماست. شما می‌توانید با پیوند دادن حساب کاربری آنلاین خود به حساب myGov خود، به آن دسترسی پیدا کنید.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به

MyAgedCare.gov.au/Access-Your-Information-Online



ارزیابی برای مراقبت از سالمندان داشته باشید

سیستم ارزیابی واحد برای ساده‌سازی و بهبود ارزیابی‌های خدمات مراقبت از سالمندان در حال اجرا است. این امر دسترسی به مراقبت از سالمندان و خدمات مختلف را با تغییر نیازهایتان آسان‌تر می‌کند.

سیستم ارزیابی واحد:

- پیمایش را برای شما، حامیان ثبت شده‌تان (registered supporters)، خانواده و مراقباتان آسان تر می‌کند
 - تعداد دفعاتی که باید داستان خود را تعریف کنید، محدود می‌کند
 - بدون نیاز به تغییر ارائه دهنده ارزیابی، با نیازهای متغیر شما سازگار می‌شود
 - دسترسی به ارزیابی‌ها را در مناطق منطقه‌ای، روستایی و دورافتاده بهبود می‌بخشد.
- همه سازمان‌هایی که ارزیابی نیازهای مراقبت از سالمندان را انجام می‌دهند، اکنون می‌توانند موارد زیر را انجام دهند:
- ارزیابی‌های پشتیبانی خانگی برای برنامه کامونولث حمایت در خانه
 - ارزیابی‌های جامع برای برنامه پشتیبانی در منزل، اقامت موقت در منزل و ورود به مراقبت از سالمندان.
- این ارزیابی‌ها همچنین می‌توانند برای دسترسی به خدمات مراقبت‌های انعطاف‌پذیر سالمندان بومیان استرالیا و جزیره‌نشینان تنگه تورس، خدمات چندمنظوره و برنامه مراقبت‌های انتقالی مورد استفاده قرار گیرند.
- سازمان‌های ارزیابی بومیان و ساکنان جزیره تنگه تورس از آگوست 2025 به صورت مرحله‌ای شروع به کار کردند تا به افراد مسن بومیان و ساکنان جزیره تنگه تورس دسترسی امن فرهنگی به خدمات مراقبت از سالمندان ارائه دهند.

نحوه عملکرد ارزیابی

پس از ثبت نام برای ارزیابی در My Aged Care، یک سازمان ارزیابی محلی ظرف 2 تا 6 هفته پس از پذیرش معرفی‌نامه شما با شما تماس خواهد گرفت.

یک ارزیاب در زمان و تاریخ رزرو شده شما به منزل شما خواهد آمد تا ارزیابی شما را انجام دهد. شاید بخواهید یکی از اعضای خانواده، دوستان یا مراقبان شما در جلسه ارزیابی حضور داشته باشد تا از شما حمایت کند یا از طرف شما صحبت کند. ارزیابی‌های مراقبت از سالمندان رایگان است.

اگر شما یک فرد مسن بومی و جزیره‌نشین تنگه تورس هستید، ممکن است بخواهید یک مددکار پشتیبانی مراقبت از سالمندان در طول ارزیابی از شما حمایت کند یا از طرف شما صحبت کند. ارزیابان همچنین می‌توانند در صورت نیاز به کمک در ارزیابی شما، از شما در زمینه ترجمه شفاهی نیز پشتیبانی کنند.

اگر ارزیابی حضوری در منزل شما امکان‌پذیر نباشد، ارزیاب مراقبت از سالمندان (aged care assessor) شما ممکن است ارزیابی تلفنی یا ویدیویی ترتیب دهد. این ممکن است در صورتی اتفاق بیفتد که در یک منطقه دورافتاده، در بیمارستان یا در شرایط استثنایی مانند یک رویداد آب و هوایی باشید.

در طول ارزیابی، از شما در مورد فعالیت‌های روزانه، نیازها و ترجیحاتتان سوال خواهد شد. همچنین از شما پرسیده خواهد شد که چه کارهایی را می‌توانید به خوبی انجام دهید، برای انجام چه کارهایی به کمک نیاز دارید و می‌خواهید در چه کارهایی توانمند باشید.

پس از ارزیابی، در مورد درخواست شما برای خدمات مراقبت از سالمندان با بودجه دولتی و در صورت واجد شرایط بودن، یک طرح پشتیبانی دریافت خواهید کرد.

شکایات ارزیابی

اگر در مورد ارزیابی خود نگرانی دارید، سعی کنید در وهله اول با ارزیاب مراقبت از سالمندان خود صحبت کنید زیرا ممکن است از این طریق بتوانید به راه حلی برسید.

سازمان‌های ارزیابی مراقبت از سالمندان، روش‌هایی برای دریافت بازخورد و رسیدگی به شکایات دارند و با شما همکاری خواهند کرد تا نگرانی‌هایتان را برطرف کنند.

اگر شما و ارزیاب مراقبت از سالمندان نمی‌توانید مشکل را حل کنید، یا از صحبت مستقیم با آنها احساس ناراحتی می‌کنید، با شماره رایگان **1800 200 422** با My Aged Care تماس بگیرید.

ارزیاب مراقبت از سالمندان با شما همکاری خواهد کرد تا یک طرح پشتیبانی شخصی تهیه کند. طرح پشتیبانی شما توضیح می‌دهد که واجد شرایط دریافت چه خدماتی هستید.

طرح پشتیبانی شما متناسب با نیازهایتان تنظیم خواهد شد و به گونه‌ای تدوین خواهد شد که استقلال و کیفیت زندگی شما را به حداکثر برساند.

برای مثال، طرح پشتیبانی شما ممکن است شامل مشاوره یا ارجاع در مورد موارد زیر باشد:

- وسایل یا تجهیزات کمکی برای کمک به شما در مستقل ماندن و ایمن ماندن در خانه
- وعده‌های غذایی و آماده سازی غذا
- حمل و نقل به قرار ملاقات‌ها، گروه‌ها و فعالیت‌ها برای حفظ ارتباط شما با دوستان، خدمات و جامعه محلی
- یک برنامه ورزشی و/یا فعالیت روزانه
- استراتژی‌هایی برای کاهش زمین‌خوردن‌ها.

ارزیاب مراقبت از سالمندان شما همچنین ممکن است گزینه‌هایی را به شما پیشنهاد دهد که بخشی از CHSP نباشند. این ممکن است شامل مواردی مانند خدمات اجتماعی محلی، گروه‌ها و فعالیت‌ها باشد.

طرح پشتیبانی شما باید هر 12 ماه توسط ارائه دهنده خدمات شما بررسی شود تا اطمینان حاصل شود که خدمات و پشتیبانی‌هایی را دریافت می‌کنید که همچنان برای شما مناسب هستند.

ارائه دهندگان خدمات را انتخاب کنید و هزینه‌های خود را محاسبه کنید

برای اطلاع از اینکه ارائه دهندگان خدمات در منطقه شما چه خدماتی ارائه می‌دهند، از ارزیابِ مراقبت از سالمندان خود بپرسید یا از وبسایت My Aged Care دیدن کنید.

ابزار Find a Provider در وبسایت My Aged Care به شما کمک می‌کند تا ارائه‌دهندگان خدمات درمانی را در مکان مورد نظر خود جستجو و مقایسه کنید. به **MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider** مراجعه کنید

اگر مایلید رو در رو با کسی صحبت کنید، می‌توانید در مرکز ارائه خدمات Services Australia، در صورت وجود چنین مراکزی در منطقه خود، یا از طریق چت تصویری، با یک مددکار متخصص در مراقبت از سالمندان وقت ملاقات رزرو کنید. به **ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services** مراجعه کنید.

افراد بومی و جزیره‌نشینان تنگه تورس ممکن است بخواهند هنگام انتخاب ارائه دهنده خدماتِ مراقبت از سالمندان، از یک کارمند پشتیبانی مراقبت سالمندان (Elder Care Support) کمک بگیرند.

ارزیابِ مراقبت از سالمندان شما می‌تواند ترتیب ارسال «ارجاع برای خدمات» به ارائه دهنده(ارائه‌دهندگان) مربوطه در منطقه محلی شما را بدهد. ارجاع برای دریافت خدمات، به ارائه دهندگان خدمات اطلاع می‌دهد که یک مشتری جدید به دنبال خدمات است و از آنها می‌خواهد که برای هماهنگی با شما تماس بگیرند.

همچنین می‌توانید ابتدا با یک ارائه دهنده خدمات تماس بگیرید تا تصمیم بگیرید که آیا خدمات آنها برای شما مناسب است یا خیر. اگر تصمیم به انجام این کار دارید، از ارزیابِ مراقبت از سالمندان خود بخواهید که به شما یک «کد ارجاع» بدهد. می‌توانید این را هنگام صحبت با ارائه دهنده خدمات به آنها منتقل کنید. این به آنها اجازه می‌دهد تا سوابق مشتری شما را مشاهده کنند، معرفی‌نامه را بپذیرند و در صورت تمایل شما، خدمات مورد نظر را برای شما سازماندهی کنند.

اگر هیچ خدماتی در منطقه محلی شما فوراً در دسترس نباشد، ممکن است در لیست انتظار قرار بگیرید و باید با My Aged Care در تماس باشید. اگر در لیست انتظار قرار بگیرید و خدمات در دسترس قرار گیرند، به افرادی که در لیست انتظار هستند و بیشترین نیاز را دارند، ابتدا خدمات ارائه خواهد شد.

چگونه هزینه‌های خود را محاسبه کنید

در CHSP، در صورت توانایی مالی، باید در هزینه‌های خدماتی که دریافت می‌کنید مشارکت کنید.

از شما خواسته نخواهد شد که کل هزینه خدمات راپردازید، مگر اینکه به خدماتی خارج از طرح مراقبتی مورد تأیید خود دسترسی داشته باشید.

دولت استرالیا به ارائه دهندگان خدمات CHSP پاران می‌دهد تا هزینه‌های مشتریان در سطح معقول و مقرون به صرفه‌ای نگه داشته شود.

هرگونه هزینه‌ای که از شما درخواست پرداخت شود، قبل از شروع دریافت خدمات، بین شما و ارائه دهنده خدمات توافق خواهد شد.

مستمری بازنشستگی شما تحت تأثیر سهمی که برای هزینه‌های خدمات خود پرداخت می‌کنید، قرار نخواهد گرفت.

چگونه ارائه دهندگان خدمات، هزینه‌های شما را محاسبه می‌کنند

هر ارائه دهنده خدمات موظف است سیاست مشارکت مشتری خود را داشته باشد و از آن برای تعیین هزینه‌های شما استفاده خواهد کرد. ارائه دهندگان خدمات باید سیاست مشارکت مشتری خود را به طور عمومی در دسترس قرار دهند. می‌توانید از ارائه دهنده خدمات خود بخواهید که یک نسخه از آن را به شما بدهد.

برای محاسبه هزینه‌ها، ارائه‌دهنده خدمات شما اطلاعاتی را که در زمان ارزیابی با ارزیاب مراقبت از سالمندان خود به اشتراک گذاشته‌اید، در نظر خواهد گرفت. ارائه‌دهنده ممکن است پرسش‌های بیشتری درباره وضعیت مالی شما مطرح کند. آنها توانایی پرداخت شما و تعداد و نوع خدماتی که به دنبال آن هستید را در نظر خواهند گرفت. با ارائه‌دهنده خود در مورد خدماتی که دریافت خواهید کرد و میزان مبلغی که از شما خواسته می‌شود برای هر یک از آنها کمک مالی کنید، صحبت کنید.

ارائه دهندگان خدمات باید قبل از شروع دریافت خدمات، در مورد میزان حق بیمه با شما صحبت کرده و به توافق برسند.

کمک هزینه

اگر قادر به پرداخت سهم درخواستی نیستید، لطفاً قبل از ارائه هرگونه خدماتی، در مورد ترتیباتی که می‌توان با ارائه‌دهنده خدمات خود انجام داد، صحبت کنید.

اگر قادر به پرداخت هزینه نباشید، از ارائه خدمات محروم نخواهید شد. ارائه دهندگان خدمات، تمهیدات خاص خود را برای حمایت از کسانی که کمترین توانایی را در پرداخت هزینه‌های مراقبت از خود دارند، خواهند داشت.

شما حق دارید نسبت به مبلغی که از شما خواسته شده است، اعتراض کنید. اگر مایل به پرسش در مورد هزینه‌های خود هستید، ابتدا باید این موضوع را با ارائه دهنده خدمات خود در میان بگذارید.

از کجا می‌توان اطلاعات و آموزش‌های مالی دریافت کرد؟

قبل از تصمیم‌گیری در مورد نحوه پرداخت هزینه مراقبت از سالمندان، ایده خوبی است که از یک مشاور مالی مستقل کمک بگیرید. همچنین، اگر شما و همسرتان هر دو به مراقبت از سالمندان نیاز دارید، هر یک از روش‌های پرداخت شما ممکن است بر هزینه‌ها و مشارکت‌های مراقبت از سالمندان دیگری تأثیر بگذارد.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد هزینه‌ها و کمک‌های مالی مراقبت از سالمندان، با شماره رایگان **1800 227 475** تماس بگیرید تا با یک مددکار متخصص در مراقبت از سالمندان در مراکز خدماتی منتخب Services Australia (در صورت وجود) در منطقه خود، وقت ملاقات رزرو کنید، یا از طریق چت ویدیویی با او صحبت کنید.

همچنین می‌توانید اطلاعات اولیه در مورد مدیریت امور مالی خود را از سرویس اطلاعات مالی Services Australia دریافت کنید. این سرویس رایگان می‌تواند به شما در تصمیم‌گیری‌های آگاهانه در مورد سرمایه‌گذاری و امور مالی برای نیازهای فعلی و آینده‌تان کمک کند.

به **ServicesAustralia.gov.au/Financial-Information-Service** مراجعه کنید.

از ارائه دهندگان خدمات چه انتظاری باید داشت

ارائه دهندگان خدمات CHSP باید از شما حمایت کنند تا بتوانید تا حد امکان کارهایتان را انجام دهید و به بهبود کیفیت زندگی شما کمک کنند.

آنها با تمرکز بر نیازها و ترجیحات شما و تقویت نقاط قوتتان، به شما کمک می‌کنند تا حد امکان مستقل زندگی کنید.

آنها باید خدماتی را که برای ارائه آنها ثبت نام کرده‌اند، متناسب با شرایط منحصر به فرد شما، با همکاری شما، خانواده، دوستان و مراقبان شما ارائه دهند.

ارائه دهندگان خدمات قبل از آغاز ارائه خدمات، با شما همکاری می‌کنند تا یک توافق‌نامه خدمات و یک طرح مراقبت و خدمات تهیه شود. توافق‌نامه خدمات و طرح مراقبت و خدمات شامل اطلاعاتی درباره ارائه دهنده خدمات شما، نحوه و زمان ارائه خدمات و مبلغی است که باید پرداخت کنید.

ارائه دهندگان خدمات باید هر 12 ماه توافق‌نامه خدمات و طرح مراقبت و خدمات شما را بازبینی کنند تا اطمینان حاصل شود که همچنان نیازهای شما را برآورده می‌کنند.

نیازهای مراقبتی در حال تغییر

اگر نیازهای شما به مرور زمان تغییر کند، شما، پشتیبان ثبت شده، یکی از اعضای خانواده یا ارائه دهنده خدمات مراقبت به سالمندان می‌توانید برای درخواست ارزیابی مجدد با My Aged Care تماس بگیرید.

تحت سیستم ارزیابی واحد، شما می‌توانید اولین ارزیابی مجدد یا بررسی طرح پشتیبانی خود را با یک سازمان ارزیابی متفاوت انجام دهید.

سپس برای همه ارزیابی‌های مجدد آینده، همان سازمان ارزیابی را حفظ خواهید کرد. ارزیابان به انجام بررسی‌های طرح پشتیبانی ادامه خواهند داد و این امر ماندن شما در همان سازمان ارزیابی که دفعه قبل دیدید را آسان‌تر می‌کند.

زمانی که تصویر روشنی از نیازهای جدید شما ایجاد شد، گزینه‌هایی در مورد مراقبت و خدماتی که به بهترین وجه برای شما مناسب است، به شما ارائه خواهد شد.

تغییر ارائه دهندگان یا مکان ها

شما باید در وهله اول با ارائه دهنده خدمات خود صحبت کنید، که ممکن است شما را به My Aged Care ارجاع دهد. همچنین می‌توانید مستقیماً با My Aged Care تماس بگیرید تا در مورد نیازهای خود صحبت کنید. بسته به شرایط شما، ممکن است لازم باشد ارزیابی دیگری انجام دهید.

بستری شدن در بیمارستان

با ارائه دهنده خدمات CHSP خود صحبت کنید تا به آنها اطلاع دهید که در بیمارستان هستید، تا در صورت عدم حضور شما در خانه، خدمات شما به حالت تعلیق درآید.

ممکن است بتوانید برای مدت کوتاهی خدمات CHSP اضافی دریافت کنید تا پس از بازگشت به خانه، کمک بیشتری ارائه شود. برای درخواست ارزیابی با ارائه دهنده خدمات خود صحبت کنید یا می‌توانید با شماره **1800 200 422** با My Aged Care تماس رایگان بگیرید.

اگر نیازهای شما به طور قابل توجهی تغییر کرده است، ممکن است خدمات شما نیز نیاز به تغییر داشته باشند. یا شاید اکنون نوع دیگری از مراقبت از سالمندان، مانند برنامه مراقبت از سالمندان در دوران گذار، مناسب‌تر باشد. برای دسترسی به این پشتیبانی‌ها، به ارزیابی دیگری نیاز خواهید داشت.

حقوق و مسئولیت‌های قانونی شما

طبق قانون مراقبت از سالمندان، حقوق شما در مرکز توجه خدمات مراقبت از سالمندان قرار دارد. اگر از خدمات مراقبت از سالمندان استفاده می‌کنید، چه در خانه و چه در مراکز نگهداری سالمندان، باید انتظار داشته باشید که حقوقتان رعایت شده و خواسته‌هایتان برآورده شود.

بیانیه حقوق

قانون مراقبت از سالمندان 2024 شامل یک بیانیه حقوق است.

بیانیه حقوق، حقوق شما را در مرکز مراقبت سالمندی قرار می‌دهد — تا بتوانید تصمیم بگیرید که چگونه و کجا زندگی کنید، اطلاعات و حمایت مورد نیاز خود را دریافت کنید، خواسته‌هایتان را بیان کنید و فرهنگ و هویت شما مورد احترام قرار گیرد. این بیانیه همچنین تضمین می‌کند که اطرافیان شما، از جمله خانواده و مراقبان شما، نه تنها انتخاب‌های شما را می‌پذیرند، بلکه به آنها احترام می‌گذارند.

شما همچنین حق خواهید داشت که انتخاب کنید چه کسی را می‌خواهید در تصمیم‌گیری‌هایتان از شما حمایت کند.

برای اطلاعات بیشتر به **MyAgedCare.gov.au/Know-Your-Rights** مراجعه کنید.

پشتیبانان ثبت شده

ممکن است بخواهید یا به حمایت شخص دیگری نیاز داشته باشید تا در تصمیم‌گیری و انتقال تصمیماتتان به شما کمک کند. در صورت تمایل، می‌توانید حامیانی را ثبت کنید تا در درک اطلاعات و بیان خواسته‌هایتان به شما کمک کنند.

نقش جدید پشتیبان ثبت شده جایگزین روابط نماینده فعلی My Aged Care می‌شود و در سراسر سیستم مراقبت از سالمندان اعمال خواهد شد.

اگر می‌خواهید نمایندگان فعلی شما به عنوان حامی ادامه دهند، نیازی به انجام کاری ندارید.

برای بررسی یا به‌روزرسانی نمایندگان خود یا انصراف از عضویت، به حساب آنلاین My Aged Care خود مراجعه کنید یا با شماره رایگان **1800 200 422** تماس بگیرید.

برای اطلاعات بیشتر، به این وبسایت مراجعه کنید
MyAgedCare.gov.au/Registering-Supporter

شکایت در مورد مراقبت از سالمندان شما

اگر در مورد مراقبتی که شما یا شخص دیگری دریافت می‌کند نگرانی دارید، صحبت کردن در مورد آن مهم است. در وهله اول، باید با ارائه دهنده خود صحبت کنید. طبق قانون مراقبت از سالمندان، همه ارائه دهندگان خدمات موظفند سیستم و فرآیند مدیریت شکایات را در دست داشته باشند.

اگر نگرانی خود را با ارائه دهنده خود مطرح کنید، آنها باید به سرعت و منصفانه به شما گوش دهند و پاسخ دهند. اگر این کار را نکنند، شما حق دارید بدون ترس از مجازات، موضوع را با کمیسیون کیفیت و ایمنی مراقبت از سالمندان (کمیسیون) مطرح کنید.

کمیسیون می‌تواند به شما در حل و فصل نگرانی یا شکایتتان کمک کند. آنها همچنین می‌توانند اطلاعاتی در مورد نحوه صحبت مستقیم با ارائه دهنده خدمات شما ارائه دهند.

ابراز نگرانی ایمن و آسان است. شما می‌توانید انتخاب کنید که شکایت خود را محرمانه یا ناشناس مطرح کنید. شکایت کردن «سخت‌گیری» نیست - می‌تواند به بهبود کیفیت مراقبت کمک کند و به افراد دیگری که مشکل مشابهی دارند کمک کند.

با کمیسیون کیفیت و ایمنی مراقبت از سالمندان (Aged Care Quality and Safety Commission) تماس بگیرید

شما می‌توانید از چند طریق با کمیسیون تماس بگیرید:

- مراجعه به: **AgedCareQuality.gov.au/Complaints-Concerns**
- تماس رایگان: **1800 951 822**
- ارسال نامه به: کمیسیون کیفیت و ایمنی مراقبت از سالمندان
GPO Box 9819
[پایتخت شما] [ایالت/قلمرو شما]

حمایت، اطلاعات و پشتیبانی

دولت استرالیا از نزدیک با نهادهای ارشد و سایر گروه‌هایی که نماینده و مدافع نیازهای سالمندان هستند، از جمله شورای سالمندان مراقبت از سالمندان، شورای سالمندی (COTA)، شورای ملی مشاوره مراقبت از سالمندان و شبکه حمایت از سالمندان (OPAN) همکاری می‌کند.

دولت OPAN را برای ارائه برنامه ملی حمایت از مراقبت از سالمندان تأمین مالی می‌کند. این برنامه اطلاعات و حمایت‌هایی رایگان، محرمانه و مستقل به سالمندانی که به دنبال دریافت خدمات مراقبت سالمندی تأمین‌شده توسط دولت هستند یا هم‌اکنون این خدمات را دریافت می‌کنند، و همچنین به خانواده‌ها یا حامیان آن‌ها ارائه می‌دهد.

حامیان مراقبت از سالمندان OPAN می‌توانند به شما در موارد زیر کمک کنند:

- حقوق خود در زمینه مراقبت از سالمندان را درک و اعمال کنید
- خدمات مراقبت از سالمندان که نیازهای شما را برآورده می‌کند پیدا کنید، و
- مسائل مربوط به ارائه‌دهنده خدمات مراقبت از سالمندان که توسط دولت تأمین مالی شده است را حل کنید.

اگر سؤال یا نگرانی دارید، می‌توانید با تماس با **خط حمایت از سالمندان** به شماره **1800 700 600** با یک مدافع مراقبت از سالمندان صحبت کنید. شما با سازمان حمایت از مراقبت از سالمندان در ایالت یا منطقه خود مرتبط خواهید شد.

به **OPAN.org.au** مراجعه کنید.

کمک‌های بیشتر

پشتیبانی ترجمه کتبی و شفاهی

برای دریافت خدمات ترجمه کتبی و شفاهی با شماره زیر تماس بگیرید:

خدمات ترجمه کتبی و شفاهی (TIS National) – **131 450**، زبانی را که صحبت می‌کنید به اپراتور بگویید و از او بخواهید با My Aged Care به شماره **1800 200 422** تماس بگیرد.

برای خدمات ترجمه شفاهی بومیان استرالیا و جزیره‌نشینان تنگه تورس، با شماره زیر تماس بگیرید:

My Aged Care – با **1800 200 422** تماس بگیرید و درخواست مترجم کنید.
فهرست زبان‌های موجود را ببینید: MyAgedCare.gov.au/Accessible-All

برای خدمات ترجمه زبان اشاره، با شماره زیر تماس بگیرید:

Deaf Connect – **1300 773 803** یا ایمیل به Interpreting@DeafConnect.org.au

برای اطمینان از در دسترس بودن مترجم، از قبل و با زمان کافی با ما تماس بگیرید.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به DeafConnect.org.au.

اگر ناشنوا، ناشنوا-نابینا یا کم‌شنوا هستید، یا در گفتار یا ارتباط مشکل دارید، با شماره زیر تماس بگیرید:

سرویس رله ملی (NRS) با انتخاب کانال تماس دلخواه خود در وب‌سایت NRS. پس از انتخاب، از NRS بخواهید با My Aged Care به شماره **1800 200 422** تماس بگیرد.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به AccessHub.gov.au/About-The-NRS.

پشتیبانی از زوال عقل

دولت استرالیا از همه ارائه دهندگان مراقبت از سالمندان انتظار دارد خدماتی ارائه دهند که نیازهای افراد مبتلا به زوال عقل را برآورده کند.

- **برنامه ملی حمایت از بیماران زوال عقل (NDSP)** طیف گسترده‌ای از خدمات حمایتی را برای افراد مبتلا به زوال عقل، خانواده‌ها، مراقبان و نمایندگان آنها ارائه می‌دهد. خدمات از طریق تلفن، آنلاین و حضوری در سراسر استرالیا در دسترس هستند و شامل اطلاعات، آموزش، مشاوره، فعالیت‌های پشتیبانی، راهنمایی و مشاوره همسالان می‌شوند.

با خط تلفن ملی کمک به بیماران زوال عقل استرالیا تماس بگیرید - با شماره رایگان **1800 100 500**، 24 ساعت شبانه‌روز و 7 روز هفته.

برای اطلاعات بیشتر، به **Health.gov.au/NDSP** مراجعه کنید.

- **خدمات مشاوره مدیریت رفتاری زوال عقل (DBMAS)** در مواقعی که علائم رفتاری و روانی زوال عقل بر مراقبت یا کیفیت زندگی فرد تأثیر می‌گذارد، پشتیبانی فردی را برای افراد ارائه می‌دهد. مشاوران آموزش‌دیده در هر مکان یا محیطی برای پشتیبانی از ارائه‌دهندگان خدمات و افرادی که از افراد مبتلا به زوال عقل مراقبت می‌کنند، فعالیت می‌کنند.

با پشتیبانی زوال عقل استرالیا تماس بگیرید - با شماره رایگان **1800 699 799** ساعت شبانه‌روز و 7 روز هفته تماس بگیرید.

برای اطلاعات بیشتر در مورد DBMAS، به آدرس زیر مراجعه کنید
Health.gov.au/DBMAS

برای اطلاعات بیشتر در مورد حمایت از بیماران مبتلا به زوال عقل، به آدرس زیر مراجعه کنید

MyAgedCare.gov.au/Living-Memory-Loss-Dementia-Or-Depression

حمایت برای بی‌خانمانی یا انباشت‌گرایی (احتکار خانگی)

پشتیبانی برای افراد در دسترس است:

- زندگی با رفتارهای انباشت‌گرایانه (احتکار خانگی)
- زندگی در محیط نامناسب
- که در معرض خطر بی‌خانمانی هستند
- که قادر به دریافت حمایت‌های مورد نیاز مراقبت از سالمندان نیستند.

پشتیبانی‌ها شامل موارد زیر است:

- برنامه‌ریزی مراقبت
- لینک به خدمات پشتیبانی تخصصی
- پاکسازی‌های تک‌مرحله‌ای.

اگر از طریق برنامه یافتن مراقبت (care finder program) کمک دریافت می‌کنید زیرا بی‌خانمان هستید یا در معرض خطر بی‌خانمانی قرار دارید، ممکن است واجد شرایط دسترسی به خدمات برنامه پشتیبانی خانگی دولت فدرال (Commonwealth Home Support Program) نیز باشید.

با My Aged Care تماس بگیرید - با شماره رایگان **1800 200 422** تماس بگیرید یا برای دریافت کمک به یکی از مرکز ارائه خدمات Services Australia مراجعه کنید.





حمایت از افراد با نیازهای متنوع

دولت استرالیا اذعان دارد که جامعه ما متنوع است و مردم طیف گسترده‌ای از تجربیات زندگی را دارند.

برنامه‌ها و خدمات زیادی برای حمایت از افراد با نیازهای متنوع جهت دسترسی به کمک مورد نیازشان در دسترس هستند. ممکن است در منطقه شما خدمات تخصصی وجود داشته باشد که به طور خاص به گروه‌های دارای نیازهای ویژه خدمات ارائه می‌دهند. می‌توانید اطلاعات بیشتر را از طریق My Aged Care یا با پرسیدن از ارزیاب مراقبت از سالمندان خود کسب کنید.

ارائه دهندگان خدمات باید هنگام ارائه مراقبت و خدمات، نیازهای خاص و متنوع را در نظر بگیرند، به آنها احترام بگذارند و از آنها حمایت کنند. هیچ ارائه دهنده خدمات نباید علیه کسی تبعیض قائل شود، از جمله:

- بومیان استرالیا و جزیره‌نشینان تنگه تورس، از جمله بازماندگان نسل‌های ربوده‌شده
- کهنه سربازان یا بیوه‌های جنگ
- افرادی با پیشینه‌های فرهنگی، قومی و زبانی متنوع
- افراد دارای مشکلات مالی یا اجتماعی
- افرادی که بی‌خانمان هستند یا در معرض خطر بی‌خانمانی قرار دارند
- والدین و فرزندان که به دلیل فرزندخواندگی یا انتقال اجباری از هم جدا شده‌اند
- بازماندگان بزرگسال سوءاستفاده جنسی از کودکان در مراکز نگهداری
- ترک‌کنندگان مراقبت، شامل استرالیایی‌های فراموش‌شده و کودکان مهاجر سابق که در مراقبت‌های خارج از خانه قرار گرفته‌اند
- لژیون، گی، دوجنسگرا، ترنس/تراجنسیتی یا بیناجنسی یا سایر گرایش‌های جنسی یا دارای تنوع جنسیتی یا تنوع جسمی هستند
- افراد دارای معلولیت یا بیماری روانی
- افراد نوروداگرا
- افراد ناشنوا، نابینا-ناشنوا، کم بینا یا کم شنوا
- افرادی که در مناطق روستایی، دورافتاده یا بسیار دورافتاده زندگی می‌کنند.

فدراسیون شوراهای جوامع قومی استرالیا

فدراسیون شوراهای جوامع قومی استرالیا (FECCA) یک نهاد ملی است که نماینده استرالیایی‌هایی با پیشینه‌های فرهنگی و زبانی متنوع است. FECCA تلاش می‌کند تا اطمینان حاصل کند که هیچ‌کس به دلیل موانع فرهنگی یا زبانی عقب نمانده است.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به FECCA.org.au.

شرکای مراقبت‌های فرهنگی مناسب (PICAC)

PICAC سازمان‌های ایالتی و منطقه‌ای هستند که به افراد مسن با فرهنگ‌ها و زبان‌های متنوع و خانواده‌هایشان کمک می‌کنند تا در مورد نیازهای مراقبت از سالمندان خود تصمیمات آگاهانه‌ای بگیرند.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به PICACAlliance.org.

پایان دادن به آزار و اذیت و بدرفتاری با سالمندان

سوءاستفاده از افراد مسن هرگز قابل قبول نیست. سوءاستفاده می‌تواند جسمی، جنسی، روانی یا عاطفی، مالی یا غفلت باشد. باعث آسیب، پریشانی و از بین رفتن عزت و احترام می‌شود. آزار و اذیت و بدرفتاری با سالمندان، نقض حقوق بشر است.

اگر شما مورد سوءاستفاده قرار گرفته‌اید، یا کسی را می‌شناسید که ممکن است مورد سوءاستفاده قرار گرفته باشد، کمک و پشتیبانی در دسترس است.

برای کسب اطلاعات یا مشاوره با کسی که به او اعتماد دارید صحبت کنید:

- با شماره رایگان 1800ELDERHelp یا **1800 353 374** تماس بگیرید.
- برای اطلاعات بیشتر به Compass.info مراجعه کنید.
- در مواقع اضطراری، با شماره **000** تماس بگیرید.

پشتیبانی برای مراقبان

درگاه مراقبت (Carer Gateway) خدمات و پشتیبانی حضوری، تلفنی و آنلاین را به صورت ملی فراهم می‌کند تا به مراقب شما در نقش مراقبتی خود کمک کند.

- با شماره رایگان **1800 422 737**، روزهای هفته بین ساعت 8 صبح تا 5 بعد از ظهر تماس بگیرید و گزینه 1 را برای صحبت با یک ارائه دهنده خدمات محلی Carer Gateway انتخاب کنید.
- بازدید CarerGateway.gov.au برای اطلاعات، مشاوره و منابع.

برای منابع، خدمات و گروه‌های پشتیبانی بیشتر، از وبسایت My Aged Care دیدن کنید MyAgedCare.gov.au/For-Carers.

کمک برای داشتن یک سالمندی سالم

شما یا یکی از عزیزانتان می‌توانید سلامت خود را بررسی کنید و پیشنهادهای شخصی‌سازی‌شده‌ای برای محصولات و خدماتی که سالمندی سالم را ترویج می‌دهند، در وب‌سایت LiveUp بیابید.

LiveUp می‌تواند محصولات و تجهیزات کمکی کم‌هزینه‌ای را برای کمک به شما در زندگی روزمره و همچنین تمرینات و خدمات شخصی‌سازی‌شده را برای کمک به شما یا یکی از عزیزانتان در زمینه رفاه مرتبط با سن پیشنهاد دهد.

برای اطلاعات بیشتر، به **LiveUp.org.au** مراجعه کنید یا با شماره رایگان **1800 951 971** تماس بگیرید.

کمک‌های پشتیبانی مراقبت از سالمندان

نیروی کار پشتیبانی مراقبت از سالمندان (The Elder Care Support) به افراد مسن بومی و جزیره‌نشین تنگه تورس، خانواده‌ها و مراقبان آنها کمک می‌کند تا به خدمات مراقبت از سالمندان دسترسی پیدا کنند و نیازهای جسمی و فرهنگی خود را برآورده سازند. سازمان ملی سلامت کنترل شده بومیان این برنامه را از طریق سازمان‌های همکار خود در سراسر کشور ارائه می‌دهد.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به **MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program**.

کمک از یک مراقب

مراقبان به افراد مسنی که به کمک‌های ویژه نیاز دارند، کمک می‌کنند تا به خدمات مراقبت از سالمندان و سایر حمایت‌های موجود در جامعه دسترسی پیدا کنند. این یک سرویس رایگان برای افراد آسیب‌پذیر است که هیچ کس دیگری را ندارند که بتواند از آنها حمایت کند. این شامل افرادی می‌شود که:

- به دلیل مشکلات شناختی یا سوادآموزی در برقراری ارتباط مشکل دارند
- درک اطلاعات را دشوار می‌بینند
- تمایلی به همکاری با مراقبت از سالمندان یا دولت ندارند
- یا اگر خدمات دریافت نکنند، در وضعیت ناامنی قرار می‌گیرند.

برای مشاهده فهرستی از مراکز مراقبت از سالمندان در منطقه خود، به وب‌سایت **My Aged Care** مراجعه کنید.

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید به **MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder**.



MyAgedCare.gov.au
1800 200 422

تمام اطلاعات موجود در این نشریه از تاریخ 1 نوامبر 2025 صحیح است.