

Τέσσερα βήματα για πρόσβαση σε υπηρεσίες

1. Υποβάλετε αίτηση για αξιολόγηση

Επισκεφθείτε το MyAgedCare.gov.au/Apply-Online, καλέστε δωρεάν το **1800 200 422*** ή κλείστε ένα προσωπικό ραντεβού με το Services Australia. Θα σας υποβληθούν ερωτήσεις σχετικά με τις ανάγκες σας για περίθαλψη, θα πρέπει να επιδείξετε την κάρτα Medicare και να δώσετε τη συγκατάθεσή σας, αν κάποιος κάνει αίτηση εκ μέρους σας.

2. Αξιολογηθείτε

- Το My Aged Care στέλνει την αίτησή σας σε έναν τοπικό οργανισμό αξιολόγησης, ο οποίος θα επικοινωνήσει μαζί σας για να κλείσει ραντεβού για αξιολόγηση.
- Ένας αξιολογητής θα έρθει στο σπίτι σας και θα σας ρωτήσει για τις καθημερινές σας δραστηριότητες, τις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας και για τη βοήθεια που ενδέχεται να χρειάζεστε.
- Μπορείτε να έχετε ένα μέλος της οικογένειάς σας, έναν φίλο ή φροντιστή για να σας υποστηρίξει.

3. Μάθετε για το κόστος

Για να λάβετε μια εκτίμηση του κόστους φροντίδας ηλικιωμένων:

Για ιδρύματα φροντίδας ηλικιωμένων, επισκεφθείτε τη διεύθυνση MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Home-Fee-Estimator

Για το πρόγραμμα «Κατ' Οίκον Υποστήριξης», επισκεφθείτε τη διεύθυνση MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator

Η υπηρεσία Services Australia θα αξιολογήσει το εισόδημά σας ή/και τα περιουσιακά σας στοιχεία. Αν παίρνετε σύνταξη, θα χρησιμοποιήσει τα στοιχεία που ήδη έχει για εσάς.

4. Βρείτε έναν πάροχο

Ο αξιολογητής σας ή το εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στην ιστοσελίδα My Aged Care μπορεί να σας βοηθήσει να βρείτε παρόχους υπηρεσιών φροντίδας ηλικιωμένων στην περιοχή σας: MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider.

Περισσότερες πληροφορίες

Επισκεφθείτε: MyAgedCare.gov.au

Δωρεάν κλήση: 1800 200 422*, τις καθημερινές από τις 8 π.μ. έως τις 8 μ.μ. και τα Σάββατα από τις 10 π.μ. έως τις 2 μ.μ.

Αυτοπροσώπως: Επισκεφθείτε ένα **κέντρο εξυπηρέτησης Services Australia** ή κλείστε ηλεκτρονικά ραντεβού για να μιλήσετε με έναν Ειδικό Αρμόδιο Φροντίδας Ηλικιωμένων, αν υπάρχει στην περιοχή σας, ή χρησιμοποιώντας βιντεοκλήση. Επισκεφθείτε το ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services ή καλέστε δωρεάν το **1800 227 475***.

Εάν είστε κωφός, κωφάλαλος ή βαρήκοος: επικοινωνήστε με το Εθνικό Πρόγραμμα Νοηματικής Γλώσσας. Κάντε κράτηση στο DeafConnect.org.au/Services/Interpreting

Η Εθνική Υπηρεσία Αναμετάδοσης μπορεί να σας βοηθήσει, αν δυσκολεύεστε να ακούσετε ή να μιλήσετε στο τηλέφωνο. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα AccessHub.gov.au/About-The-NRS και ζητήστε σύνδεση με το **1800 200 422***.

Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας: καλέστε το **131 450**, πείτε στον τηλεφωνητή τη γλώσσα που μιλάτε και ζητήστε του να καλέσει το **1800 200 422***.

Εάν είστε βετεράνος ή χήρος/α πολέμου: μπορεί επίσης να πληροίτε τις προϋποθέσεις για υπηρεσίες ή προγράμματα του Υπουργείου Υποθέσεων Βετεράνων. Ρωτήστε το My Aged Care για περισσότερες πληροφορίες.

Μπορείτε να **υποβάλετε καταγγελία**, αν θεωρείτε ότι δεν έχουν τηρηθεί τα δικαιώματά σας. Επικοινωνήστε με την **Επιτροπή Ποιότητας και Ασφάλειας Φροντίδας Ηλικιωμένων** με δωρεάν κλήση στο **1800 951 822***.

Μάθετε περισσότερα σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο το My Aged Care χειρίζεται τα προσωπικά σας στοιχεία στη διεύθυνση MyAgedCare.gov.au/Privacy

* Οι κλήσεις 1800 είναι δωρεάν από σταθερά τηλέφωνα και οι περισσότεροι Αυστραλιανοί πάροχοι κινητής τηλεφωνίας προσφέρουν τώρα δωρεάν κλήσεις προς αριθμούς 1800. Ενημερωθείτε από τον πάροχο κινητής τηλεφωνίας σας.



Australian Government



Βρείτε τη βοήθεια που χρειάζεστε με την υπηρεσία My Aged Care

Δωρεάν κλήση: **1800 200 422**
 Ιστοσελίδα: MyAgedCare.gov.au
 Αυτοπροσώπως: κλείστε ραντεβού με το Services Australia

Τι είναι η υπηρεσία My Aged Care;

Το My Aged Care είναι το σημείο εκκίνησης για την πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων που χρηματοδοτούνται από την Αυστραλιανή Κυβέρνηση. Παρέχει πληροφορίες σχετικά με:

- τους διάφορους τύπους διαθέσιμων υπηρεσιών φροντίδας ηλικιωμένων
- για ποιες υπηρεσίες μπορεί να είστε επιλέξιμοι
- την υποβολή αίτησης για αξιολόγηση φροντίδας ηλικιωμένων
- την οργάνωση υποστηρικτή
- παραπομπές σε παρόχους υπηρεσιών που μπορούν να σας βοηθήσουν να καλύψετε τις ανάγκες σας
- διαθέσιμη υποστήριξη που θα σας βοηθήσει να κατανοήσετε και να περιηγηθείτε στο σύστημα φροντίδας ηλικιωμένων
- τη συνεισφορά σας στο κόστος της φροντίδας ηλικιωμένων.

Ποιες υπηρεσίες είναι διαθέσιμες;

Φροντίδα στο σπίτι

Η Αυστραλιανή Κυβέρνηση βελτιώνει την φροντίδα ηλικιωμένων στο σπίτι για να βοηθήσει τους ανθρώπους να ζουν ανεξάρτητα για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Μπορεί να είστε επιλέξιμοι για πρόσβαση σε υποστήριξη που θα σας βοηθήσει να παραμείνετε ανεξάρτητοι, με ασφάλεια και με έμφαση στα δυνατά σημεία και τους στόχους σας.

Οι υπηρεσίες μπορεί να περιλαμβάνουν:

- προσωπική φροντίδα, όπως βοήθεια για να ντυθείτε ή να κάνετε ντους
- τις μεταφορές
- τροποποιήσεις στο σπίτι σας, όπως κιγκλιδώματα ή ράμπες
- νοσηλευτική, φυσικοθεραπεία και άλλη φροντίδα
- βοήθεια με τα γεύματα
- βοήθεια με τον καθαρισμό του σπιτιού ή με τον κήπο σας
- εξοπλισμό ασφαλείας, όπως πλαίσια βαδίσματος (Πι)
- πολιτιστικές και κοινωνικές δραστηριότητες που θα σας βοηθήσουν να διατηρήσετε το μυαλό και το σώμα σας ενεργά και υγιή.

Βραχυπρόθεσμη βοήθεια

Η υπηρεσία My Aged Care μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να αποκτήσετε πρόσβαση σε υπηρεσίες βραχυπρόθεσμης φροντίδας για καταστάσεις όπως:

- ανάρρωση από ασθένεια, ακόμη και μετά από παραμονή στο νοσοκομείο
- σε περίπτωση υποτροπής, όπου θέλετε να επανακτήσετε την ανεξαρτησία σας
- όταν εσείς ή ο φροντιστής σας χρειάζεστε ένα διάλειμμα (φροντίδα ανάπαυλας)
- φροντίδα στο τέλος της ζωής για να βοηθήσει τους ηλικιωμένους να παραμείνουν στο σπίτι τους τελευταίους μήνες της ζωής τους.

Φροντίδα σε οίκο ευγηρίας

Εάν διαπιστώσετε ότι χρειάζεστε συνεχή βοήθεια με τις καθημερινές εργασίες ή την υγειονομική περίθαλψή σας, ένα ίδρυμα φροντίδας ηλικιωμένων σας επιτρέπει να μείνετε σε ένα υποστηριζόμενο περιβάλλον, όπου η βοήθεια είναι διαθέσιμη 24 ώρες το 24ωρο.

Ποιος πληρώνει για τις υπηρεσίες;

Η κυβέρνηση συνεισφέρει στο κόστος των υπηρεσιών φροντίδας ηλικιωμένων. Αν έχετε την οικονομική δυνατότητα να το κάνετε, ίσως χρειαστεί να συνεισφέρετε και εσείς στο κόστος.

Το ποσό που πληρώνετε μπορεί να εξαρτάται από:

- την οικονομική σας κατάσταση
- τον αριθμό και τους τύπους υπηρεσιών που λαμβάνετε
- τον πάροχο υπηρεσιών.

Πληρώστε τα κριτήρια για υπηρεσίες;

Η υπηρεσία My Aged Care μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε:

- ποιες υπηρεσίες μπορεί να είναι διαθέσιμες
- πόσο κοστίζουν
- πώς μπορείτε να έχετε πρόσβαση σ' αυτές.

Χρησιμοποιήστε το διαδικτυακό εργαλείο «Should I apply» [«Πρέπει να υποβάλω αίτηση»] για να μάθετε αν πληρώτε τις προϋποθέσεις για αξιολόγηση [MyAgedCare.gov.au/Should-I-Apply](https://myagedcare.gov.au/Should-I-Apply)

Πρόσθετες υπηρεσίες υποστήριξης

Υποστήριξη Φροντίδας Ηλικιωμένων - βοηθά τους ηλικιωμένους Αβορίγινες και τους Νησιώτες του Πορθμού Torres, τις οικογένειες και τους φροντιστές τους να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων. Επισκεφθείτε το [MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program](https://myagedcare.gov.au/Elder-Care-Support-Program)

Πρόγραμμα Care Finder [Ευρετήριο Φροντίδας] - βοηθά τους ηλικιωμένους που δεν έχουν φροντιστή ή υποστηρικτή και χρειάζονται εντατική βοήθεια, να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων και σε άλλες υποστηρικτικές υπηρεσίες στην κοινότητα. Επισκεφθείτε το [MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder](https://myagedcare.gov.au/Help-Care-Finder)

Υποστήριξη για φροντιστές

Carer Gateway - δωρεάν κλήση στο **1800 422 737*** καθημερινές μεταξύ 8 π.μ. και 5 μ.μ. [CarerGateway.gov.au](https://carergateway.gov.au)

Dementia Australia - Εθνική Γραμμή Βοήθειας για την Άνοια: δωρεάν κλήση **1800 100 500***, 24 ώρες το 24ωρο, 7 ημέρες την εβδομάδα. [Dementia.org.au](https://dementia.org.au)

Υποστήριξη για την Άνοια στην Αυστραλία - για εξατομικευμένη υποστήριξη για αλλαγές στη συμπεριφορά: δωρεάν κλήση **1800 699 799***, 24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα. [Dementia.com.au](https://dementia.com.au)

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **My Aged Care** για περισσότερες πληροφορίες [MyAgedCare.gov.au/Carers](https://myagedcare.gov.au/Carers)

Συνηγορία, πληροφόρηση και υποστήριξη

Το Δίκτυο Συνηγορίας Ηλικιωμένων μπορεί να σας βοηθήσει:

- να κατανοήσετε και να ασκήσετε τα δικαιώματά σας
- να βρείτε υπηρεσίες που ανταποκρίνονται στις ανάγκες σας και
- να επιλύσετε ζητήματα με τον κρατικά χρηματοδοτούμενο πάροχό σας.

Δωρεάν κλήση **1800 700 600*** καθημερινές μεταξύ 8 π.μ. και 8 μ.μ., Σάββατα 10 π.μ. έως 4 μ.μ. [OPAN.org.au](https://opan.org.au)