सेवाओं तक पहुँचने के चार चरण

1. मूल्यांकन के लिए आवेदन करें

MyAgedCare.gov.au/Apply-Online पर जाएं, **1800 200 422*** पर निःशुल्क कॉल करें या सर्विसेज ऑस्ट्रेलिया के साथ व्यक्तिगत अपॉइंटमेंट बुक करें। आपसे आपकी देखभाल संबंधी आवश्यकताओं के बारे में प्रश्न पूछे जाएंगे, आपको अपना मेडिकेयर कार्ड दिखाना होगा, तथा यदि कोई आपकी ओर से आवेदन कर रहा है तो आपको सहमति देनी होगी।

2. मूल्यांकन करवाएं

- माय एज्ड केयर आपके आवेदन को एक स्थानीय मूल्यांकन संस्था को भेजता है, जो मूल्यांकन बुक करने के लिए आपसे संपर्क करेगी।
- एक मूल्यांकनकर्ता आपके घर आएगा और आपकी दैनिक गतिविधियों, आपकी ज़रूरतों और प्राथमिकताओं के बारे में आपसे पूछेगा, और यह भी पूछेगा कि आपको किस प्रकार की सहायता की आवश्यकता हो सकती है।
- अपनी सहायता करने के लिए आप अपने पास किसी पारिवारिक सदस्य, मित्र या देखभालकर्ता को रख सकते हैं।

3. लागत के बारे में पता लगाएँ

अपने वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) खर्चों का अनुमान प्राप्त करने के लिए:

वृद्ध देखभाल गृहों (एज्ड केयर होम्स) के लिए, MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Home-Fee-Estimator पर जाएँ

सपोर्ट ऐट होम कार्यक्रम के लिए, MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator पर जाएँ

सर्विसेज ऑस्ट्रेलिया आपकी आय और/या साधनों का आकलन करेगा। यदि आपको पेंशन मिलती है, तो वे अपने पास पहले से मौजूद आपसे जुड़ी जानकारी का उपयोग करेंगे।

4. प्रदाता खोजें

आपका मूल्यांकनकर्ता या My Aged Care वेबसाइट पर 'Find a provider (प्रदाता खोजें)' टूल आपके क्षेत्र में वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सेवा प्रदाताओं को खोजने में आपकी सहायता कर सकता है: MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider.

और अधिक जानकारी

इस वेबसाइट पर जाएँ: MyAgedCare.gov.au

निःशुल्क कॉल: 1800 200 422*,सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से शाम 8 बजे तक और शनिवार को सुबह 10 बजे से दोपहर 2 बजे तक।

व्यक्तिगत रूप से: सर्विसेज ऑस्ट्रेलिया के सर्विस सेंटर पर जाएं या यदि आपके क्षेत्र में कोई वृद्ध देखभाल विशेषज्ञ अधिकारी (एज्ड केयर स्पेशलिस्ट ऑफ़िसर) है तो उससे बात करने के लिए ऑनलाइन अपॉइंटमेंट बुक करें, या वीडियो चैट का उपयोग करें। ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services पर जाएं या **1800 227 475*** पर निःशुल्क कॉल करें।

यदि आप बहरे हैं, बधिर-अंधे हैं, या आपको कम सुनाई देता है : राष्ट्रीय सांकेतिक भाषा कार्यक्रम (National Sign Language Program) से संपर्क करें। DeafConnect.org.au/Services/Interpreting पर बुकिंग करें

यदि आपको फोन पर सुनने या बोलने में कठिनाई पेश आती है तो नेशनल रिले सर्विस आपकी सहायता कर सकती है। AccessHub.gov.au/About-The-NRS पर जाएं और **1800 200 422*** पर रिले के लिए कहें।

अनुवाद और दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service): 131 450 पर कॉल करें, ऑपरेटर को अपनी भाषा बताएँ और उन्हें **1800 200 422*** पर कॉल करने के लिए कहें।

यदि आप एक भूतपूर्व सैनिक या युद्ध में शहीद सैनिक की विधवा/विधुर हैं: तो आप सेवानिवृत्त सैनिक मामलों के विभाग (Department of Veterans' Affairs) की सेवाओं या कार्यक्रमों के लिए भी पात्र हो सकते हैं। और अधिक जानकारी के लिए माय एज्ड केयर से पूछें।

यदि आपको लगता है कि आपके अधिकारों को पूरा नहीं किया गया है तो आप **शिकायत दर्ज करा** सकते हैं। **वृद्ध देखभाल गुणवत्ता और सुरक्षा आयोग (एज्ड केयर क्वालिटी एंड सेफ्टी कमीशन)** को **1800 951 822** पर निःशुल्क कॉल **करके संपर्क करें**।

MyAgedCare.gov.au/Privacy पर जानें कि माय एज्ड केयर आपकी व्यक्तिगत जानकारी का प्रबंधन कैसे करता है

*लैंडलाइन से 1800 नंबरो पर कॉल्स मुफ़्त हैं और ज़्यादातर ऑस्ट्रेलियाई मोबाइल फ़ोन प्रदाता अब 1800 नंबरों पर मुफ़्त कॉल्स की सुविधा देते हैं। अपने मोबाइल फ़ोन प्रदाता से इसकी जांच करें।

DT0004862-1025

Australian Government | myagedcare

माय एज्ड केयर से अपनी ज़रूरत के लिए सहायता पाएँ

निःशुल्क कॉल: **1800 200 422**
वेबसाइट: **MyAgedCare.gov.au**
व्यक्तिगत रूप से: सर्विसेज ऑस्ट्रेलिया के साथ अपॉइंटमेंट बुक करें

माय एज्ड केयर क्या है?

माय एज्ड केयर ऑस्ट्रेलियाई सरकार द्वारा वित्त पोषित वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सेवाओं तक पहुँच प्राप्त करने के लिए शुरुआती स्थान है। यह निम्नलिखित के बारे में जानकारी प्रदान करता है:

- उपलब्ध वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सेवाओं के विभिन्न प्रकार
- आप किसके लिए पात्र हो सकते हैं
- वृद्ध देखभाल आकलन (एज्ड केयर असेसमेंट) के लिए आवेदन करना
- सहयोगकर्ता स्थापित करना
- सेवा प्रदाताओं के लिए रेफरल जो आपकी आवश्यकताओं को पूरा करने में आपकी मदद कर सकते हैं
- वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) प्रणाली को समझने और नेविगेट करने में आपकी सहायता के लिए उपलब्ध सहायता
- आपके वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) की लागत में आपका योगदान।

कौन सी सेवाएं उपलब्ध हैं?

घर पर देखभाल

ऑस्ट्रेलियाई सरकार लोगों को अधिक लम्बे समय तक आत्मनिर्भर रहने में सहायता देने के लिए घरेलू वृद्ध देखभाल (इन-होम एज्ड केयर) में सुधार कर रही है।

आप स्वतंत्र, सुरक्षित और अपनी क्षमताओं तथा लक्ष्यों पर ध्यान केंद्रित करने में आपकी सहायता करने के लिए सहायता तक पहुँच प्राप्त करने के पात्र हो सकते हैं।

सेवाओं में निम्न सेवाएँ शामिल हो सकती हैं:

- व्यक्तिगत देखभाल जैसे कपड़े पहनने या नहाने में मदद
- परिवहन
- आपके घर में संशोधन-कार्य, जैसे हैंड रेलिंग या रैम्प
- नर्सिंग, फिजियोथेरेपी और अन्य देखभाल
- भोजन संबंधी सहायता
- आपके घर की साफ-सफाई या बागवानी में मदद
- सुरक्षा उपकरण जैसे वॉकिंग फ्रेम
- आपके मन और शरीर को सक्रिय और स्वस्थ रखने में मदद करने के लिए सांस्कृतिक और सामाजिक गतिविधियाँ।

अल्पकालिक सहायता

माय एज्ड केयर आपको निम्नलिखित स्थितियों में अल्पकालिक देखभाल सेवाओं तक पहुंच प्राप्त करने में भी मदद कर सकता है:

- बीमारी से रिकवर करना (उबरना), जिसमें अस्पताल में रहने के बाद यह करना भी शामिल है
- जब आपको कोई झटका लगा हो और आप अपनी आत्मनिर्भरता वापस पाना चाहते हों
- जब आपको या आपके देखभालकर्ता को ब्रेक (विराम) की आवश्यकता हो (राहत देखभाल [रेस्पाइट केयर])
- अपने अंतिम महीनों में लोगों को घर पर रहने में मदद करने के लिए जीवन के अंतिम चरण से जुड़ी देखभाल।

वृद्ध देखभाल गृह (एज्ड केयर होम) में देखभाल

यदि आपको लगता है कि आपको दिन-प्रतिदिन के कार्यों या स्वास्थ्य देखभाल के साथ निरंतर सहायता की आवश्यकता है, तो आवासीय वृद्ध देखभाल गृह (रेजीडेन्शियल एज्ड केयर होम) आपको एक समर्थित परिवेश में रहने की अनुमति देता है, जहां 24 घंटे सहायता उपलब्ध रहती है।

सेवाओं के लिए भुगतान कौन करता है?

सरकार वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सेवाओं की लागत में योगदान देती है। यदि आप ऐसा करने में सक्षम हैं, तो आपको लागत में भी योगदान करना पड़ सकता है।

आप कितना भुगतान करेंगे यह इस पर निर्भर हो सकता है:

- आपकी वित्तीय स्थिति
- आपको प्राप्त सेवाओं की संख्या और प्रकार
- सेवा प्रदाता।

क्या आप सेवाओं के लिए पात्र हैं?

माय एज्ड केयर आपको निम्नलिखित समझने में मदद कर सकता है:

- कौन सी सेवाएं उपलब्ध हो सकती हैं
- उनकी कीमत कितनी है
- आप उन तक कैसे पहुंच सकते हैं।

यह जानने के लिए कि क्या आप सम्भवत: मूल्यांकन हेतु आवश्यकताओं को पूरा करते हैं, ऑनलाइन 'Should I apply (क्या मुझे आवेदन करना चाहिए)' टूल का उपयोग करें **MyAgedCare.gov.au/Should-I-Apply**

अतिरिक्त सहायता सेवाएँ

वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सहायता - वृद्ध एबोरिजनल (आदिवासी) और टोरेस स्ट्रेट द्वीप वासी लोगों, उनके परिवारों और देखभालकर्ताओं को वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सेवाओं तक पहुंचने में मदद करती है। **MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program** पर जाएं

केयर फाइंडर कार्यक्रम - उन वृद्ध लोगों की सहायता करता है जिनके पास कोई देखभालकर्ता या सहायक व्यक्ति नहीं है और जिन्हें समुदाय में वृद्ध देखभाल (एज्ड केयर) सेवाओं और अन्य सहायता पाने के लिए गहन सहायता की आवश्यकता है। **MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder** पर जाएँ

देखभालकर्ताओं के लिए सहायता

केयरर गेटवे - कार्यदिवसों में सुबह **8 बजे से शाम 5 बजे के बीच** 1800 422 737* पर निःशुल्क कॉल करें। **CarerGateway.gov.au**

डिमेंशिया ऑस्ट्रेलिया - राष्ट्रीय डिमेंशिया हेल्पलाइन: निःशुल्क कॉल **1800 100 500***, दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन। **Dementia.org.au**

डिमेंशिया सपोर्ट ऑस्ट्रेलिया - व्यवहार में परिवर्तन के संबंध में व्यक्तिगत सहायता के लिए: निःशुल्क कॉल **1800 699 799***, दिन में 24 घंटे, सप्ताह में 7 दिन। **Dementia.com.au**

और अधिक जानकारी के लिए **My Aged Care** वेबसाइट पर जाएं MyAgedCare.gov.au/Carers

पक्षसमर्थन, सूचना और सहायता

ओल्डर पर्सन्स एडवोकेसी नेटवर्क निम्नलिखित करने में आपकी मदद कर सकता है:

- अपने अधिकारों को समझना और उनका प्रयोग करना
- आपकी आवश्यकताओं को पूरा करने वाली सेवाओं का पता लगाना , और
- आपके सरकारी वित्त पोषित प्रदाता के साथ मुद्दों को हल करना।

कार्यदिवसों में सुबह 8 बजे से शाम 8 बजे के बीच, शनिवार को सुबह 10 बजे से शाम 4 बजे के बीच **1800 700 600*** पर निःशुल्क कॉल करें। **OPAN.org.au**