

## Quatro passos para acessar os serviços

### 1. Solicite uma avaliação

Visite [MyAgedCare.gov.au/Apply-Online](https://www.myagedcare.gov.au/Apply-Online), ligue gratuitamente para **1800 200 422\*** ou agende uma consulta presencial com a Services Australia. Serão feitas perguntas sobre as suas necessidades de cuidados; você precisará mostrar o seu cartão Medicare e dar o seu consentimento se alguém estiver fazendo a solicitação em seu nome.

### 2. Faça uma avaliação

- O My Aged Care enviará o seu requerimento para uma organização de avaliação local, que entrará em contato para marcar uma avaliação.
- Um avaliador visitará você em casa e fará perguntas sobre as suas atividades diárias, suas necessidades e preferências, e sobre aquilo com o que poderá precisar de ajuda.
- Você pode ter um membro da família, amigo ou cuidador com você para apoiá-lo.

### 3. Informe-se sobre os custos

Para obter uma estimativa dos custos dos cuidados a idosos:

Para casas de repouso, visite [MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Home-Fee-Estimator](https://www.myagedcare.gov.au/Aged-Care-Home-Fee-Estimator)

Para o programa Support at Home [Apoio Domiciliar], visite [MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator](https://www.myagedcare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator)

A Services Australia avaliará a sua renda e bens. Se você receber uma pensão, eles utilizarão as informações que já possuem.

### 4. Encontre um provedor

O seu avaliador ou a ferramenta "Find a provider" [Encontre um provedor] no site do My Aged Care pode ajudá-lo a encontrar provedores de serviços de cuidados a idosos na sua área: [MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider](https://www.myagedcare.gov.au/Find-A-Provider).

## Mais informações

Visite: [MyAgedCare.gov.au](https://www.myagedcare.gov.au)

**Chamada gratuita:** **1800 200 422\***, dias úteis das 8h às 20h e sábados das 10h às 14h.

**Pessoalmente:** visite um **centro de serviços da Services Australia** ou agende uma consulta online para falar com um Agente Especializado em Cuidados a Idosos, se houver um na sua área, ou através de chamada de vídeo. Visite [ServicesAustralia.gov.au/MyAgedCareFaceToFace](https://www.servicesaustralia.gov.au/MyAgedCareFaceToFace) ou ligue gratuitamente para **1800 227 475\***.

**Se você é surdo, surdocego ou tem dificuldades auditivas:** contate o National Sign Language Program [Programa Nacional de Língua de Sinais]. Agende o auxílio em [DeafConnect.org.au/Services/Interpreting](https://www.deafconnect.org.au/Services/Interpreting)

O National Relay Service [Serviço Nacional de Retransmissão] pode ajudá-lo se tiver dificuldade em ouvir ou falar no telefone. Visite [AccessHub.gov.au/About-The-NRS](https://www.accesshub.gov.au/About-The-NRS) e peça uma retransmissão para **1800 200 422\***.

**Serviço de tradução e interpretação:** ligue para **131 450**, diga ao operador o idioma que fala e peça para ligar para **1800 200 422\***.

**Se você é um(a) veterano(a) ou viúvo(a) de guerra:** também pode ser elegível para serviços ou programas do Departamento de Assuntos de Veteranos. Peça mais informações ao My Aged Care.

Você pode **apresentar uma queixa** se achar que os seus direitos não foram cumpridos.

Contate a **Aged Care Quality and Safety Commission** [Comissão de Qualidade e Segurança dos Cuidados a Idosos] através do número gratuito **1800 951 822\***.

Saiba mais sobre como o My Aged Care trata as suas informações pessoais em [MyAgedCare.gov.au/Privacy](https://www.myagedcare.gov.au/Privacy)

\*As chamadas para 1800 são gratuitas a partir de telefones fixos, e a maioria dos operadores de celular australianos oferece agora chamadas gratuitas para números 1800. Verifique com o seu operador de celular.



Australian Government



# Encontre a ajuda de que precisa com My Aged Care

Chamada gratuita: **1800 200 422**

Site: [MyAgedCare.gov.au](https://www.myagedcare.gov.au)

Pessoalmente: agende uma consulta com a Services Australia

## O que é o My Aged Care?

O My Aged Care é o ponto de partida para acessar os serviços de cuidados a idosos financiados pelo Governo australiano.

Ele fornece informações sobre:

- os tipos diferentes de serviços de cuidados a idosos disponíveis
- aquilo a que você pode ter direito
- solicitação de uma avaliação de cuidados a idosos
- registro de uma pessoa de apoio
- encaminhamento a provedores de serviços que podem ajudá-lo a satisfazer suas necessidades
- apoio disponível para ajudá-lo a compreender e navegar o sistema de cuidados a idosos
- a sua contribuição para o custo do seu cuidado a idosos.

## Quais serviços estão disponíveis?

### Cuidados em casa

O governo australiano está melhorando os cuidados a idosos em casa para ajudar as pessoas a viverem de forma independente por mais tempo.

Você pode ser elegível para obter apoio para permanecer independente, com segurança e com foco em seus pontos fortes e objetivos.

Os serviços podem incluir:

- cuidados pessoais, como ajuda para se vestir ou tomar banho
- transportes
- modificações na sua casa, como corrimãos ou rampas
- enfermagem, fisioterapia e outros cuidados
- ajuda com as refeições
- ajuda na limpeza da sua casa ou jardinagem
- equipamentos de segurança, como andadores
- atividades culturais e sociais para ajudar a manter a mente e o corpo ativos e saudáveis.

## Auxílio de curta duração

O My Aged Care também pode ajudá-lo a acessar serviços de cuidados de curta duração em situações como:

- recuperação de uma doença, incluindo após uma hospitalização
- quando você teve um retrocesso e quer recuperar sua independência
- quando você ou o seu cuidador precisam de uma pausa (cuidados temporários)
- cuidados de fim de vida para ajudar os idosos a permanecerem em casa nos seus últimos meses.

## Cuidados numa casa de repouso

Se achar que precisa de ajuda continuada nas tarefas do dia a dia ou com os cuidados de saúde, uma casa de repouso para idosos permite que você viva num ambiente onde recebe apoio e onde há ajuda disponível 24 horas por dia.

## Quem paga pelos serviços?

O governo contribui para o custo dos serviços de cuidados a idosos. Se você tiver condições, precisará contribuir também para os custos.

O valor que paga pode depender:

- da sua situação financeira
- da quantidade e tipos de serviços que recebe
- do provedor de serviços.

## Você é elegível para acessar serviços?

O My Aged Care pode ajudá-lo a compreender:

- quais serviços podem estar disponíveis
- quanto custam
- como você pode acessá-los.

Utilize a ferramenta online "Should I apply" (Devo me inscrever?) para saber se você preenche os requisitos para uma avaliação, na página [MyAgedCare.gov.au/Should-I-Apply](http://MyAgedCare.gov.au/Should-I-Apply)

## Serviços adicionais de apoio

Elder Care Support [Assistência a Anciãos] – ajuda os idosos aborígenes e ilhéus do Estreito de Torres, suas famílias e cuidadores a acessar serviços de cuidados a idosos. Visite [MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program](http://MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program)

Programa Care Finder – ajuda os idosos que não têm um cuidador ou pessoa de apoio, e que precisam de ajuda intensiva, a acessar serviços de cuidados a idosos e outros apoios na comunidade. Visite [MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder](http://MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder)

## Apoio aos cuidadores

**Carer Gateway** – chamada gratuita para 1800 422 737\* nos dias úteis entre as 8h e 17h. [CarerGateway.gov.au](http://CarerGateway.gov.au)

**Dementia Australia** – Linha Nacional de Apoio à Demência: chamada gratuita para 1800 100 500\*, 24 horas por dia, 7 dias por semana. [Dementia.org.au](http://Dementia.org.au)

**Dementia Support Australia** – para apoio personalizado em caso de alterações de comportamento: chamada gratuita para 1800 699 799\*, 24 horas por dia, 7 dias por semana. [Dementia.com.au](http://Dementia.com.au)

Visite o site **My Aged Care** para obter mais informações [MyAgedCare.gov.au/Carers](http://MyAgedCare.gov.au/Carers)

## Defesa, informações e apoio

A Older Persons Advocacy Network [Rede de Defesa das Pessoas Idosas] pode ajudá-lo a:

- compreender e exercer os seus direitos
- encontrar serviços que satisfaçam as suas necessidades, e
- resolver problemas com o seu provedor financiado pelo governo.

Ligue gratuitamente para 1800 700 600\* nos dias úteis entre as 8h e 20h, e aos sábados entre as 10h e 16h. [OPAN.org.au](http://OPAN.org.au)