

## Estos son los cuatro pasos para acceder a los servicios:

### 1. Solicitar una evaluación

Visite [MyAgedCare.gov.au/Apply-Online](https://MyAgedCare.gov.au/Apply-Online),

llame gratis al **1800 200 422\*** o agende una cita en persona con Services Australia. Se le harán preguntas sobre sus necesidades de cuidado; usted deberá mostrar su tarjeta de Medicare y dar su consentimiento si alguien presenta la solicitud en su nombre.

### 2. Realizarse una evaluación

- My Aged Care envía su solicitud a una organización local de evaluación, que se pondrá en contacto con usted para programar una cita.
- Un evaluador irá a su hogar y le preguntará sobre sus actividades diarias, sus necesidades y preferencias, y con qué podría necesitar asistencia.
- Un familiar, amigo o cuidador puede estar con usted ese día para ayudarle.

### 3. Informarse sobre los costos

Para estimar los costos de sus cuidados para adulto mayor:

Para centros residenciales para adultos mayores, visite [MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Home-Fee-Estimator](https://MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Home-Fee-Estimator)

Para el programa Apoyo en el Hogar, visite [MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator](https://MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator)

Services Australia evaluará sus ingresos o recursos económicos. Si recibe una pensión, utilizarán la información que ya tienen sobre usted.

### 4. Encontrar un proveedor

Su asesor o la herramienta "Encontrar un proveedor" en el sitio web de My Aged Care pueden ayudarle a encontrar proveedores de servicios de cuidados para adultos mayores en su zona:

[MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider](https://MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider)

## Más información

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

Llame gratis al: **1800 200 422\***, de lunes a viernes de 8 a. m. a 8 p. m., y sábados de 10 a. m. a 2 p. m.

**En persona:** visite un **centro de servicios de Services Australia** o reserve en línea una cita para hablar con un Oficial Especializado en Cuidado de Adultos Mayores, si hay uno en su zona, o mediante videollamada. Visite [ServicesAustralia.gov.au/MyAgedCareFaceToFace](https://ServicesAustralia.gov.au/MyAgedCareFaceToFace) o llame gratis al **1800 227 475\***.

**Si es sordo, sordociego o tiene problemas auditivos:** comuníquese con el Programa Nacional de Lenguaje de Señas. Agende una cita en [DeafConnect.org.au/Services/Interpreting](https://DeafConnect.org.au/Services/Interpreting)

El Servicio Nacional de Retransmisión puede ayudarle si le resulta difícil escuchar o hablar por teléfono. Visite [AccessHub.gov.au/About-The-NRS](https://AccessHub.gov.au/About-The-NRS) y solicite una retransmisión al **1800 200 422\***.

**Servicio de Traducción e Interpretación:** llame al **131 450**, indique al operador el idioma que habla y pídale que llame al **1800 200 422\***.

**Si usted es un veterano de guerra o viuda/o de guerra:** también puede ser elegible para los servicios o programas del Departamento de Asuntos de Veteranos (DVA). Pregunte en My Aged Care para obtener más información.

Puede **presentar una queja** si considera que no se han respetado sus derechos. Comuníquese con la Comisión de **Calidad y Seguridad para Adultos Mayores** llamando gratis al **1800 951 822\***.

Obtenga más información sobre el tratamiento de sus datos personales en [MyAgedCare.gov.au/Privacy](https://MyAgedCare.gov.au/Privacy)



Australian Government



# Encuentre la ayuda adecuada para usted con My Aged Care

Llamada gratuita: **1800 200 422**

Página web: [MyAgedCare.gov.au](https://MyAgedCare.gov.au)

Personalmente: agende una cita con Services Australia

## ¿Qué es My Aged Care?

My Aged Care es el punto de partida para acceder a los servicios de cuidados para personas mayores financiados por el Gobierno de Australia. Le proporciona información sobre:

- diferentes tipos de servicios de cuidados para adultos mayores disponibles
- para qué servicios podría ser elegible
- solicitar una evaluación de cuidado para adultos mayores;
- registrar a un ayudante;
- referencias a proveedores de servicios que pueden ayudarle a satisfacer sus necesidades;
- apoyos disponibles para ayudarle a comprender y navegar por el sistema de cuidado de personas mayores
- su contribución al costo de su cuidado para adultos mayores.

## ¿Qué servicios están disponibles?

### Cuidado en el hogar

El Gobierno de Australia está mejorando la cuidado para adultos mayores para ayudar a que las personas vivan de forma independiente durante más tiempo.

Puede ser elegible para acceder a programas de asistencia para mantenerse independiente, de forma segura y centrándose en sus fortalezas y objetivos.

Estos servicios pueden incluir:

- cuidado personal, como ayuda para vestirse o ducharse
- transporte
- modificaciones en su hogar, como pasamanos o rampas
- enfermería, fisioterapia y otros cuidados
- ayuda con la preparación de comidas
- ayuda con la limpieza de su casa o jardinería
- equipos de seguridad, como andadores
- actividades culturales y sociales para ayudar a mantener la mente y el cuerpo activos y saludables.

## Ayuda de corto plazo

My Aged Care también puede ayudarle a acceder a servicios de atención de corto plazo para situaciones como:

- recuperación de una enfermedad, incluso después de una hospitalización
- cuando ha sufrido un contratiempo y quiere recuperar su independencia
- cuando usted o su cuidador necesitan un descanso (cuidado de transición)
- cuidados para el final de la vida para ayudar a las personas mayores a quedarse en casa en sus últimos meses.

## Cuidado en una hogar para adultos mayores

Si se da cuenta de que necesita ayuda continua con las tareas cotidianas o con la atención médica, un hogar para adultos mayores le permite vivir en un entorno con apoyo donde la ayuda está disponible las 24 horas del día.

## ¿Quién paga los servicios?

El Gobierno contribuye al costo de los servicios de cuidado para adultos mayores. Si usted puede afrontarlo, es posible que también tenga que contribuir con el costo.

El monto que pague puede depender de:

- su situación financiera
- la cantidad y los tipos de servicios que recibe
- el proveedor de servicios.

## ¿Es elegible para recibir los servicios?

My Aged Care puede ayudarle a entender:

- qué servicios pueden estar disponibles
- cuánto cuestan
- cómo puede acceder a ellos.

Utilice la herramienta en línea 'Should I apply' (¿Debería presentar una solicitud?) para averiguar si cumple los requisitos para acceder a una evaluación en [MyAgedCare.gov.au/Should-I-Apply](http://MyAgedCare.gov.au/Should-I-Apply)

## Servicios de apoyo adicionales

Apoyo para Cuidado de Adultos Mayores: ayuda a las personas mayores aborígenes e isleñas del Estrecho de Torres, a sus familias y a sus cuidadores a acceder a los servicios de cuidado para adultos mayores. Visite [MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program](http://MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program)

Programa Búsqueda de Atención: ayuda a los adultos mayores que no tienen un cuidador o persona de apoyo y necesitan ayuda intensiva, a acceder a los servicios de cuidados para adultos mayores y otros apoyos en la comunidad. Visite [MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder](http://MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder)

## Apoyo a los cuidadores

**Carer Gateway:** llame gratis al **1800 422 737\*** de lunes a viernes entre las 8 a. m. y 5 p. m.

[CarerGateway.gov.au](http://CarerGateway.gov.au)

**Dementia Australia:** National Dementia Helpline (Línea de ayuda nacional para la demencia): llame gratis al **1800 100 500\***, las 24 horas al día, los 7 días a la semana. [Dementia.org.au](http://Dementia.org.au)

**Dementia Support Australia:** para recibir apoyo personalizado ante cambios de comportamiento, llame gratis al **1800 699 799\***, las 24 horas al día, los 7 días a la semana. [Dementia.com.au](http://Dementia.com.au)

Visite el sitio web de **My Aged Care** para obtener más información: [MyAgedCare.gov.au/Carers](http://MyAgedCare.gov.au/Carers)

## Defensa, información y apoyo

La Red de Defensa de las Personas Mayores puede ayudarlo/a a:

- comprender y ejercer sus derechos;
- encontrar servicios que atiendan sus necesidades; y
- resolver problemas con el proveedor de servicios financiado por el gobierno.

Llame gratis al **1800 700 600\*** de lunes a viernes de 8 a. m. a 8 p. m., y los sábados de 10 a. m. a 4 p. m.

[OPAN.org.au](http://OPAN.org.au)