



Australian Government



myagedcare

Greek | Ελληνικά



Ο οδηγός σας για συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον



Νοεμβρίου 2025



Με εξαίρεση το Εθνόσημο της Κοινοπολιτείας και όπου αναφέρεται διαφορετικά, όλο το υλικό που παρουσιάζεται σε αυτό το έγγραφο παρέχεται υπό την άδεια Creative Commons Attributions 4.0 International. Άδεια χρήσης (**[CreativeCommons.org/Licenses/By/4.0/](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)**).

Οι λεπτομέρειες των σχετικών όρων άδειας χρήσης είναι διαθέσιμες στον ιστότοπο Creative Commons, στον οποίο μπορείτε να αποκτήσετε πρόσβαση χρησιμοποιώντας τους παρεχόμενους συνδέσμους, όπως και ο πλήρης νομικός κώδικας για την άδεια CC BY 4.0 International. (**[CreativeCommons.org/Licenses/By/4.0/LegalCode](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode)**).

Το έγγραφο πρέπει να αποδίδεται στο Department of Health, Disability and Ageing [Υπουργείο Υγείας, Αναπηρίας και Γήρανσης].

Ο οδηγός σας για συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον

Επικοινωνήστε μαζί μας

Ερωτήσεις σχετικά με την άδεια χρήσης και οποιαδήποτε χρήση αυτού του εγγράφου είναι ευπρόσδεκτες μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου στη διεύθυνση **Communication.AgedCare@health.gov.au**.

Μπορείτε να βρείτε αυτό το προϊόν στο **[MyAgedCare.gov.au](https://myagedcare.gov.au)**.

Αυτό το φυλλάδιο έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει εσάς, την οικογένειά σας ή τους φίλους σας να παίρνετε σημαντικές αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα σας. Παρ' όλο που προσπαθήσαμε να το κάνουμε όσο το δυνατόν πιο περιεκτικό, ίσως θελήσετε να αναζητήσετε πιο συγκεκριμένες πληροφορίες σχετικά με την ατομική σας περίπτωση, ώστε να λάβετε μια τεκμηριωμένη απόφαση.

Οι πληροφορίες ισχύουν από την 1η Νοεμβρίου 2025.

Είναι αυτό το φυλλάδιο κατάλληλο για εσάς;

Αυτό το φυλλάδιο εξηγεί πώς οι ηλικιωμένοι μπορούν να λάβουν υποστήριξη στο σπίτι και στην καθημερινή τους ζωή μέσω του προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Θα πρέπει να διαβάσετε αυτό το φυλλάδιο αν ένας αξιολογητής φροντίδας ηλικιωμένων σας έχει εγκρίνει ως επιλέξιμο για το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Μπορείτε επίσης να αποκτήσετε πρόσβαση σε φυλλάδια σχετικά με τους άλλους τύπους υποστήριξης φροντίδας ηλικιωμένων που αναφέρονται παρακάτω στην ιστοσελίδα

MyAgedCare.gov.au/Accessible-All.



Είναι αυτό το φυλλάδιο κατάλληλο για εσάς;

Συνεχής φροντίδα στο σπίτι

Το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον παρέχει πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας και υποστήριξης, εξοπλισμό και τροποποιήσεις στο σπίτι για να βοηθήσει τους ηλικιωμένους να παραμείνουν υγιείς, δραστήριοι και κοινωνικά συνδεδεμένοι με την κοινότητά τους.

Η Υποστήριξη Κατ' Οίκον παρέχει υψηλότερο επίπεδο φροντίδας σε άτομα με σύνθετες ανάγκες που χρειάζονται περισσότερη βοήθεια για να παραμείνουν στο σπίτι τους.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα MyAgedCare.gov.au/Support-Home-Program.

Φροντίδα εισαγωγικού επιπέδου στο σπίτι

Συνεχιζόμενη ή βραχυπρόθεσμη φροντίδα και υπηρεσίες υποστήριξης μέσω του Κοινοπολιτειακού Προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον (CHSP). Μπορείτε να λάβετε βοήθεια με τις δουλιές του σπιτιού, την προσωπική φροντίδα, τα γεύματα και την προετοιμασία φαγητού, τις μεταφορές, τα ψώνια, καθώς και με συναφείς υπηρεσίες υγείας, όπως φυσικοθεραπεία και κοινωνική υποστήριξη. Μπορείτε επίσης να υποβάλετε αίτηση για προγραμματισμένη ανάπαυλα, δίνοντας στον φροντιστή σας ένα διάλεμμα.

Το CHSP θα ενταχθεί στο πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον το νωρίτερο την 1η Ιουλίου 2027. Το CHSP θα συνεχιστεί για υπάρχοντες και νέους πελάτες με ανάγκες υποστήριξης χαμηλού επιπέδου.

Φροντίδα ηλικιωμένων σε οίκους ευγηρίας

Προσωπική και νοσηλευτική φροντίδα σε οίκους ευγηρίας, αν δεν μπορείτε να ζήσετε ανεξάρτητα στο σπίτι σας. Αυτό περιλαμβάνει επίσης φροντίδα ανάπαυλας για σύντομες διαμονές σε οίκο ευγηρίας.

Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας

Η Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας είναι μια βραχυπρόθεσμη διαδρομή που επικεντρώνεται στην υγεία/νοσηλευτική, στο πλαίσιο του προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον. Η επανορθωτική φροντίδα μπορεί να σας βοηθήσει να παραμείνετε ανεξάρτητοι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα και να σας υποστηρίξει στην εκτέλεση των δραστηριοτήτων που απολαμβάνετε.

Διαδρομή Τέλους Ζωής

Η Διαδρομή Τέλους Ζωής υποστηρίζει ηλικιωμένους οι οποίοι έχουν διαγνωστεί με 3 μήνες ζωής ή λιγότερο και επιθυμούν να παραμείνουν στο σπίτι τους. Προορίζεται για την παροχή πρόσθετης κατ' οίκον φροντίδας ηλικιωμένων, η οποία συμπληρώνει τις διαθέσιμες υπηρεσίες στο πλαίσιο προγραμμάτων παρηγορητικής φροντίδας σε πολίτες ή επικράτειες. Αυτή η διαδρομή αποτελεί μέρος του προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Περιεχόμενα

Τι είναι το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον;	4
Κόστος Υποστήριξης Κατ' Οίκον	8
Διαδρομή για πρόσβαση στην Υποστήριξη Κατ' Οίκον	14
1. Λάβετε το αποτέλεσμα της αξιολόγησής σας	15
2. Περιμένετε να σας χορηγηθεί χρηματοδότηση	16
3. Βρείτε έναν πάροχο Υποστήριξης Κατ' Οίκον	17
4. Συνάψτε μια συμφωνία	19
5. Διαχειριστείτε τις υπηρεσίες σας	22
Περαιτέρω βοήθεια	30
Λίστα ελέγχου - Βρείτε παρόχους Υποστήριξης Κατ' Οίκον και υπολογίστε το κόστος	36
Λίστα ελέγχου - Έναρξη υπηρεσιών	37
Λίστα ελέγχου - Αλλαγή παρόχων	38

Βελτίωση του συστήματος φροντίδας ηλικιωμένων της Αυστραλίας

Τα τελευταία χρόνια, η Αυστραλιανή Κυβέρνηση έχει επιφέρει σημαντικές αλλαγές στη φροντίδα ηλικιωμένων, ανταποκρινόμενη στη Βασιλική Επιτροπή Ποιότητας και Ασφάλειας Φροντίδας Ηλικιωμένων. Αυτές οι ευρείες μεταρρυθμίσεις έχουν επιφέρει θετικές αλλαγές, αυξάνοντας τη διαφάνεια και βελτιώνοντας την ποιότητα της φροντίδας που παρέχεται στους ηλικιωμένους στην Αυστραλία.

Η υψηλής ποιότητας φροντίδα και υποστήριξη θα πρέπει να είναι προσβάσιμες, είτε επιλέξετε να παραμείνετε στο σπίτι είτε να μετακομίσετε σε οίκο ευγηρίας.

Ο Νόμος περί Φροντίδας Ηλικιωμένων 2024 οδηγεί σε περαιτέρω βελτιώσεις για τα ηλικιωμένα άτομα που έχουν πρόσβαση στη φροντίδα ηλικιωμένων. Αυτό περιλαμβάνει κανονισμούς για τη διασφάλιση ενός ισχυρότερου τομέα φροντίδας ηλικιωμένων, ώστε οι ηλικιωμένοι να έχουν μεγαλύτερη εμπιστοσύνη, έλεγχο και αυτοπεποίθηση στη φροντίδα τους.

Τι είναι το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον;

Το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον παρέχει συντονισμένη ανθρωποκεντρική φροντίδα, για να σας βοηθήσει να ζήσετε ανεξάρτητα στο σπίτι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Περιλαμβάνει συνεχιζόμενες υπηρεσίες και βραχυπρόθεσμες διαδρομές.

Οι υπηρεσίες συνεχούς Υποστήριξης Κατ' Οίκον περιλαμβάνουν:

- κλινική υποστήριξη, όπως υπηρεσίες νοσηλευτικής ή εργοθεραπεία
- υποστήριξη για ανεξαρτησία, όπως βοήθεια με την προσωπική φροντίδα (ντους, ντύσιμο, χρήση τουαλέτας), λήψη φαρμάκων, μεταφορά ή φροντίδα ανάπαυλας
- την καθημερινή ζωή, όπως το καθάρισμα, την κηπουρική, τα ψώνια ή την προετοιμασία γευμάτων.

Κατά τη διάρκεια της αξιολόγησης φροντίδας ηλικιωμένων, ο αξιολογητής σας θα συζητήσει τις τρέχουσες ανάγκες φροντίδας σας. Αν εγκριθείτε για συνεχείς υπηρεσίες, θα σας ανατεθεί μία από τις 8 κατηγορίες που ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες σας και στη συνέχεια θα σας δοθεί ένας τριμηνιαίος προϋπολογισμός. Εσείς και ο πάροχός σας μπορείτε να συνεργαστείτε για να διαχειριστείτε αυτόν τον προϋπολογισμό και να συντονίσετε τις υπηρεσίες που χρειάζεστε.



Στο πλαίσιο του προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον, υπάρχουν επίσης 3 βραχυπρόθεσμες διαδρομές:

- **Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας** – πρόσβαση σε έως και 16 εβδομάδες εντατικής υποστήριξης από συναφείς επαγγελματίες υγείας ή/και νοσηλευτικής υποστήριξης για να σας βοηθήσει να ενισχύσετε τη δύναμή σας και να ανακτήσετε τη λειτουργικότητά σας.
- **Το πρόγραμμα Υποστηρικτικής Τεχνολογίας και Τροποποιήσεων Σπιτιού (AT-HM)** – μια διαδρομή που σας βοηθά να αποκτήσετε πρόσβαση σε υποστηρικτική τεχνολογία ή σε τροποποιήσεις στο σπίτι, για να κάνετε το σπίτι σας ασφαλέστερο και να παραμείνετε ανεξάρτητοι. Έχει 3 επίπεδα χρηματοδότησης και είναι ξεχωριστό από τον προϋπολογισμό σας για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον.
- **Διαδρομή Τέλους Ζωής** – υποστήριξη για άτομα που τους απομένουν 3 μήνες ζωής ή λιγότερο και που επιθυμούν να παραμείνουν στο σπίτι τους. Συνολικά 25.000 δολάρια θα είναι διαθέσιμα ανά επιλέξιμο συμμετέχοντα σε διάστημα 12 εβδομάδων, με συνολικά 16 εβδομάδες για τη χρήση των κεφαλαίων για την παροχή πρόσθετης ευελιξίας για υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων στο σπίτι.

Ο αξιολογητής σας θα ελέγξει αν είστε επιλέξιμος για βραχυπρόθεσμες διαδρομές κατά τη διάρκεια της αξιολόγησής σας. Μπορείτε να ζητήσετε πρόσβαση σ' αυτές τις διαδρομές, ενώ λαμβάνετε συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, αλλά ενδέχεται να μην έχετε πρόσβαση σε πολλαπλές διαδρομές ταυτόχρονα. Μπορείτε να διαβάσετε περισσότερα για τις βραχυπρόθεσμες υπηρεσίες στο **MyAgedCare.gov.au/Support-Home-Program**.



Σε τι μπορεί να χρησιμοποιηθεί η χρηματοδότηση της Υποστήριξης Κατ' Οίκον;

Στην αξιολόγηση φροντίδας ηλικιωμένων, ο αξιολογητής εξετάζει τι μπορείτε να κάνετε μόνοι σας και με τι μπορεί να χρειαστείτε βοήθεια. Μπορείτε να ξοδέψετε τη χρηματοδότηση για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον μόνο σε πράγματα για τα οποία έχετε εγκριθεί βάσει των αξιολογημένων αναγκών σας.

Οι υπηρεσίες χωρίζονται σε 3 κύριες κατηγορίες:

- **Κλινική υποστήριξη:** εξειδικευμένες υπηρεσίες που σας βοηθούν να διατηρήσετε ή να ανακτήσετε τις ικανότητές σας. Αυτές παρέχονται από πιστοποιημένους επαγγελματίες, όπως νοσηλευτές ή συναφείς επαγγελματίες υγείας.
 - **Παραδείγματα συμπεριλαμβανομένων υπηρεσιών** – νοσηλευτική κλινική φροντίδα, φυσιολόγοι άσκησης, εργοθεραπεία, φυσικοθεραπεία, αναλώσιμα διαχείρισης ακράτειας.
 - **Δεν περιλαμβάνονται** – υπηρεσίες που χρηματοδοτούνται καταλληλότερα μέσω του συστήματος πρωτοβάθμιας υγειονομικής περίθαλψης, όπως το κόστος ασθενοφόρων και νοσοκομείων, η ιατρική διάγνωση και θεραπεία, η χορήγηση φαρμάκων, η ψυχιατρική, η οδοντιατρική περίθαλψη.
- **Ανεξαρτησία:** υποστήριξη που σας βοηθά να κάνετε δραστηριότητες που είναι απαραίτητες για να ζείτε ανεξάρτητα.
 - **Παραδείγματα συμπεριλαμβανομένων υπηρεσιών** – προσωπική φροντίδα, όπως το ντους και η χρήση τουαλέτας, πρόσβαση σε κοινωνικές δραστηριότητες, μεταφορές, φροντίδα ανάπαυλας, βοηθητική τεχνολογία ή τροποποιήσεις στο σπίτι, που σας βοηθούν να μείνετε ανεξάρτητοι.
 - **Δεν περιλαμβάνονται** – υπηρεσίες κομμωτικής και αισθητικής, εισιτήρια για αξιοθέατα, έξοδα λειτουργίας προσωπικού οχήματος.
- **Καθημερινή ζωή:** υποστήριξη που σας βοηθά να συντηρείτε το σπίτι σας και να παραμένετε ανεξάρτητοι.
 - **Παραδείγματα συμπεριλαμβανομένων υπηρεσιών** – οικιακή βοήθεια, όπως γενικός καθαρισμός ή πλύσιμο, βασική συντήρηση σπιτιού, προετοιμασία γευμάτων ή παραδόσεις.
 - **Δεν περιλαμβάνονται** – επαγγελματικός καθαρισμός ή συντήρηση, όπως στεγνωκαθάρισμα χαλιών, καταπολέμηση παρασίτων, φροντίδα κατοικίδιων ζώων, κόστος αγορών ή τροφίμων για άλλα μέλη του νοικοκυριού.

Αυτή η λίστα δεν είναι εξαντλητική. Ορισμένες υπηρεσίες χρηματοδοτούνται ή επιδοτούνται μέσω κρατικών ή τοπικών κυβερνητικών προγραμμάτων και δεν καλύπτονται από την Υποστήριξη Κατ' Οίκον.

Η λίστα υπηρεσιών Υποστήριξης Κατ' Οίκον περιγράφει τις υπηρεσίες στις οποίες ενδέχεται να έχετε πρόσβαση, βάσει των αξιολογημένων αναγκών σας:
Health.gov.au/Support-At-Home-Service-List.

Πώς μπορώ να συμμετάσχω στο πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον ;

Χρειάζεστε μια αξιολόγηση φροντίδας ηλικιωμένων για να συμμετάσχετε στο πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον, συμπεριλαμβανομένων των 3 βραχυπρόθεσμων διαδρομών.

Θα χρειαστεί να επαναξιολογηθείτε ή να υποβληθείτε σε Επανεξέταση Σχεδίου Υποστήριξης, αν λαμβάνετε ήδη συνεχείς υπηρεσίες και θέλετε να αποκτήσετε πρόσβαση σε μια βραχυπρόθεσμη διαδρομή.

Θα πρέπει να μιλήσετε με τον πάροχό σας ή τον οργανισμό που σας αξιολόγησε αρχικά για να ξεκινήσετε αυτήν τη διαδικασία.

Διαδικτυακά

Επισκεφθείτε τον ιστότοπο My Aged Care **MyAgedCare.gov.au** για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις αξιολογήσεις και τις επαναξιολογήσεις.

Τηλεφωνικά

Καλέστε την υπηρεσία My Aged Care για να συζητήσετε τις ανάγκες σας τηλεφωνικά, μεταξύ 8 π.μ. και 8 μ.μ. τις καθημερινές και 10 π.μ. έως 2 μ.μ. το Σάββατο.

Δωρεάν κλήση στο **1800 200 422**

Αυτοπροσώπως

Επισκεφθείτε ένα κέντρο εξυπηρέτησης πελατών της υπηρεσίας Services Australia ή ή κάντε κράτηση ηλεκτρονικά για ένα δωρεάν προσωπικό ραντεβού πρόσωπο με πρόσωπο για γενικές πληροφορίες και υποστήριξη.

Για εις βάθος υποστήριξη, μπορείτε επίσης να μιλήσετε με έναν Ειδικό Λειτουργό Φροντίδας Ηλικιωμένων, αν υπάρχει στην περιοχή σας, ή χρησιμοποιώντας βιντεοκλήση.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-to-Face-Services** ή καλέστε δωρεάν στο **1800 227 475**.

Κόστος Υποστήριξης Κατ' Οίκον

Θα χρειαστεί να συνεισφέρετε στο κόστος ορισμένων υπηρεσιών, ενώ άλλες υπηρεσίες θα είναι δωρεάν.

Το ποσό που θα σας ζητηθεί να συνεισφέρετε θα εξαρτηθεί από την ικανότητά σας να πληρώνετε με βάση το επίπεδο του εισοδήματος και των περιουσιακών σας στοιχείων. Ο πάροχός σας μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε τις εισφορές σας.

Θα σας ζητηθεί να συνεισφέρετε μόνο σε υπηρεσίες που έχετε λάβει. Για παράδειγμα, αν λάβετε δύο ώρες προσωπικής φροντίδας, θα καταβάλετε μια εισφορά στο συνολικό κόστος.

Το τι πληρώνετε εξαρτάται από το είδος της υπηρεσίας που λαμβάνετε. Για παράδειγμα, δεν θα σας ζητηθεί να συνεισφέρετε σε υπηρεσίες κλινικής υποστήριξης όπως η νοσηλευτική, αλλά θα σας ζητηθεί να συνεισφέρετε σε υπηρεσίες καθημερινής διαβίωσης όπως ο καθαρισμός.

Εξαρτάται επίσης από το καθεστώς σύνταξης γήρατος και από το αν έχετε Κάρτα Υγειονομικής Περίθαλψης Ηλικιωμένων της Κοινοπολιτείας (CSHC).

Αυτός ο πίνακας συνοψίζει τις τυπικές εισφορές της Υποστήριξης Κατ' Οίκον:

	Κλινική Υποστήριξη	Ανεξαρτησία	Καθημερινή Ζωή
Πλήρης σύνταξη	0%	5%	17.5%
Μερική σύνταξη	0%	Οι συνταξιούχοι με μερική σύνταξη και οι κάτοχοι CSHC θα πληρώνουν μεταξύ 5% και 50% βάσει αξιολόγησης του εισοδήματος και των περιουσιακών τους στοιχείων. Για τους συνταξιούχους με μερική σύνταξη, αυτό θα βασίζεται στην αξιολόγηση των οικονομικών πόρων για τη Σύνταξη Γήρατος. Οι κάτοχοι CSHC θα υποβληθούν σε ξεχωριστή αξιολόγηση για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον.	Οι συνταξιούχοι με μερική σύνταξη και οι κάτοχοι CSHC θα πληρώνουν μεταξύ 17,5% και 80% βάσει αξιολόγησης του εισοδήματος και των περιουσιακών τους στοιχείων. Για τους συνταξιούχους με μερική σύνταξη, αυτό θα βασίζεται στην αξιολόγηση των οικονομικών πόρων για τη Σύνταξη Γήρατος. Οι κάτοχοι CSHC θα υποβληθούν σε ξεχωριστή αξιολόγηση για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον.
Αυτοχρηματοδοτούμενος συνταξιούχος (επιλέξιμος για Κάρτα Υγειονομικής Περίθαλψης Ηλικιωμένων της Κοινοπολιτείας – CHSC)	0%		
Αυτοχρηματοδοτούμενος συνταξιούχος (μη επιλέξιμος για Κάρτα Υγείας Ηλικιωμένων της Κοινοπολιτείας)	0%	50%	80%

Αν θέλετε μια εκτίμηση των πιθανών εισφορών σας:

- Το διαδικτυακό εργαλείο «Εκτιμητής Τελών» μπορεί να σας δώσει μια εκτίμηση του κόστους φροντίδας ηλικιωμένων **MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator**.
- Επισκεφθείτε ένα κέντρο εξυπηρέτησης πελατών της υπηρεσίας Services Australia ή ή κάντε κράτηση ηλεκτρονικά για ένα δωρεάν προσωπικό ραντεβού για γενικές πληροφορίες και υποστήριξη. Για εις βάθος υποστήριξη, μπορείτε επίσης να μιλήσετε με έναν Ειδικό Λειτουργό Φροντίδας Ηλικιωμένων, αν υπάρχει στην περιοχή σας, ή χρησιμοποιώντας βιντεοκλήση.
- Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-to-Face-Services** ή καλέστε δωρεάν στο **1800 227 475**.
- Καλέστε την υπηρεσία My Aged Care για να συζητήσετε την περίπτωση σας, με δωρεάν κλήση στο **1800 200 422** μεταξύ 8 π.μ. και 8 μ.μ. τις καθημερινές και 10 π.μ. έως 2 μ.μ. το Σάββατο.

Υπάρχουν διαφορετικές ρυθμίσεις για άτομα που λάμβαναν ή είχαν εγκριθεί για Πακέτο Κατ' Οίκον Φροντίδας έως τις 12 Σεπτεμβρίου 2024. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Costs-And-Contributions**.

Ανώτατο όριο εφ' όρου ζωής

Υπάρχει ένα ανώτατο όριο εφ' όρου ζωής στις συνεισφορές. Αυτό σημαίνει ότι δεν θα χρειάζεται πλέον να συνεισφέρετε σε καμία υπηρεσία Υποστήριξης Κατ' Οίκον μόλις καταβάλλετε 130.000 δολάρια (με βάση τον δείκτη τιμών καταναλωτή). Ακόμα κι αν μετακομίσετε σε οίκο ευγηρίας αργότερα, τυχόν εισφορές που πληρώσατε για υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον θα υπολογίζονται για το ανώτατο όριο.

Για περισσότερες πληροφορίες, ανατρέξτε στο ενημερωτικό δελτίο «Εισφορές συμμετεχόντων στην Υποστήριξη Κατ' Οίκον» στη διεύθυνση **Health.gov.au/Resources/Publications/Support-At-Home-Program-Participant-Contributions**.

Πώς μπορώ να λάβω μια αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων;

Αν έχετε ήδη πλήρη ή μερική σύνταξη από την υπηρεσία Services Australia ή το Υπουργείο Υποθέσεων Βετεράνων (DVA), θα χρησιμοποιήσουν τις πληροφορίες για το υπάρχον εισόδημά σας και τα περιουσιακά σας στοιχεία για να καθορίσουν τις εισφορές σας. Θα πρέπει να βεβαιωθείτε ότι τα οικονομικά στοιχεία σας είναι ενημερωμένα πριν από την έναρξη των υπηρεσιών φροντίδας ηλικιωμένων.

Αν δεν λαμβάνετε σύνταξη ή είστε αυτοχρηματοδοτούμενος συνταξιούχος, η αξιολόγηση του εισοδήματός σας και της περιουσίας σας θα καθορίσει τις εισφορές σας.

Επιβεβαιώστε αν πρέπει να ολοκληρώσετε μια αξιολόγηση οικονομικών μέσων μεταβαίνοντας στον ιστότοπο της υπηρεσίας Services Australia:

ServicesAustralia.gov.au/Aged-Care-Calculation-Your-Cost-Care.

Αν χρειάζεστε βοήθεια για να κατανοήσετε ή να ολοκληρώσετε την αξιολόγηση οικονομικών μέσων:

- Δωρεάν κλήση στην υπηρεσία Services Australia: **1800 227 475**, Δευτέρα έως Παρασκευή από τις 8 π.μ. έως τις 5 μ.μ.
- Επισκεφθείτε ένα κέντρο εξυπηρέτησης πελατών της υπηρεσίας Services Australia ή ή κάντε κράτηση ηλεκτρονικά για ένα δωρεάν προσωπικό ραντεβού για γενικές πληροφορίες και υποστήριξη. Για εις βάθος υποστήριξη, μπορείτε επίσης να μιλήσετε με έναν Ειδικό Λειτουργό Φροντίδας Ηλικιωμένων, αν υπάρχει στην περιοχή σας, ή χρησιμοποιώντας βιντεοκλήση. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-to-Face-Services** ή καλέστε δωρεάν στο **1800 227 475**.

Θα χρειαστούν τουλάχιστον 4 εβδομάδες από την ημερομηνία υποβολής της φόρμας αξιολόγησης εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων για να λάβετε μια επιστολή σχετικά με τις εισφορές σας. Αν δεν έχετε λάβει επιστολή μετά από 4 εβδομάδες, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την υπηρεσία Services Australia στο **1800 227 475** και να ζητήσετε ενημέρωση.

Αφού η υπηρεσία Services Australia υπολογίσει τις εισφορές σας, εσείς και ο πάροχός σας θα λάβετε μια επιστολή με τις εισφορές που πρέπει να καταβάλετε. Αν δεν έχετε ακόμη πάροχο, θα σας σταλεί μια επιστολή με την αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων σας. Αυτή ισχύει για 120 ημέρες. Αν δεν επιλέξετε πάροχο ή δεν του δώσετε την επιστολή εντός αυτής της προθεσμίας, θα χρειαστεί να κάνετε νέα αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων.

Αν δεν έχετε λάβει επιστολή, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την υπηρεσία Services Australia στο **1800 227 475** και να ζητήσετε ενημέρωση σχετικά με την κατάσταση της αξιολόγησης του εισοδήματος και των περιουσιακών στοιχείων σας.

Αν αλλάξουν οι περιστάσεις σας, πρέπει να ενημερώσετε την υπηρεσία Services Australia το συντομότερο δυνατόν. Οι εισφορές σας ενδέχεται να χρειαστεί να προσαρμοστούν, καθώς αυτό μπορεί να αλλάξει το ποσό που πληρώνετε για το κόστος φροντίδας ηλικιωμένων. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **ServicesAustralia.gov.au/Changes-To-Your-Circumstances-And-Aged-Care-Costs**.

Πώς θα πληρώνω τις εισφορές μου;

Θα πρέπει να μιλήσετε με τον πάροχό σας σχετικά με το πώς και πότε πρέπει να καταβάλλετε τυχόν εισφορές για τις υπηρεσίες σας. Αυτές μπορεί να είναι εβδομαδιαίες, δεκαπενθήμερες ή μηνιαίες – ή μπορείτε να ζητήσετε από τον πάροχό σας διαφορετική συχνότητα πληρωμών. Η συμφωνία υπηρεσιών σας θα πρέπει επίσης να σας ενημερώνει για το πώς και πότε πρέπει να πληρώνετε.

Αν δεν έχετε την οικονομική δυνατότητα να καταβάλετε τις εισφορές σας για λόγους πέρα από τον έλεγχό σας, ενδέχεται να δικαιούστε βοήθεια για οικονομικές δυσχέρειες. Διαβάστε το ενημερωτικό δελτίο «Οικονομική Δυσχέρεια στη φροντίδα ηλικιωμένων» για να μάθετε περισσότερα στο **MyAgedCare.gov.au/Financial-Hardship-Assistance**. Μπορείτε επίσης να ανατρέξετε στην ενότητα *Περισσότερες Πληροφορίες* στο τέλος αυτού του φυλλαδίου.

Οικονομικές πληροφορίες και εκπαίδευση

Είναι καλή ιδέα να ζητήσετε ανεξάρτητες οικονομικές συμβουλές πριν αποφασίσετε πώς θα πληρώσετε για τη φροντίδα ηλικιωμένων σας. Επίσης, αν εσείς και ο/η σύντροφός σας χρειάζεστε πρόσβαση σε φροντίδα ηλικιωμένων, κάθε μία από τις μεθόδους πληρωμής σας ενδέχεται να επηρεάσει τα τέλη και τις εισφορές φροντίδας ηλικιωμένων του άλλου.

Το διαδικτυακό εργαλείο «Εκτιμητής Τελών» μπορεί να σας δώσει μια εκτίμηση του κόστους φροντίδας ηλικιωμένων **MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator**.

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με τα τέλη και τις εισφορές για τη φροντίδα ηλικιωμένων, καλέστε δωρεάν στο **1800 227 475** για να κλείσετε ραντεβού με έναν Ειδικό Υπεύθυνο Φροντίδας Ηλικιωμένων σε επιλεγμένα κέντρα εξυπηρέτησης της υπηρεσίας Services Australia, αν υπάρχει στην περιοχή σας, ή χρησιμοποιώντας βιντεοκλήση.

Μπορείτε επίσης να λάβετε βασικές πληροφορίες σχετικά με τη διαχείριση των οικονομικών σας από την Υπηρεσία Οικονομικών Πληροφοριών της υπηρεσίας Services Australia. Αυτή η δωρεάν υπηρεσία μπορεί να σας βοηθήσει να λάβετε τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με επενδυτικά και οικονομικά ζητήματα για τις τρέχουσες και μελλοντικές σας ανάγκες.

Μπορώ να εξοικονομήσω χρήματα από το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον; Τι θα συμβεί αν ξοδέψω κάτι παραπάνω;

Η τρέχουσα χρηματοδότηση της Υποστήριξης Κατ' Οίκον κατανέμεται τριμηνιαίως για να δαπανηθεί στις υπηρεσίες σας. Θα έχετε ξεχωριστή χρηματοδότηση για τυχόν τροποποιήσεις στο σπίτι ή υποστηρικτική τεχνολογία για την κάλυψη των αξιολογημένων αναγκών μέσω του προγράμματος AT-HM.

Ο συνεργάτης φροντίδας σας θα σας βοηθήσει να παρακολουθείτε στενά τον προϋπολογισμό σας για να βεβαιωθείτε ότι καλύπτονται όλες οι υπηρεσίες σας. Είναι ευθύνη του παρόχου σας να βεβαιωθεί ότι δεν θα κάνετε υπερβολικές δαπάνες.

Αν δεν δαπανήσετε ολόκληρο τον τρέχοντα προϋπολογισμό σας μέχρι το τέλος του τριμήνου, έως και 1000 δολάρια ή 10% (όποιο ποσό είναι μεγαλύτερο) θα μεταφερθεί στο επόμενο τρίμηνο. Αυτό μπορεί να καλύψει απρογραμμάτιστες ή αναδυόμενες ανάγκες. Αυτό δεν ισχύει για όσους έχουν πρόσβαση σε βραχυπρόθεσμες διαδρομές.

Τι τιμή χρεώνει ο πάροχος μου;

Από την 1η Ιουλίου 2026, η Αυστραλιανή Κυβέρνηση θα καθορίσει τα ανώτατα όρια τιμών για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον. Μέχρι τότε, οι πάροχοι θα συνεχίσουν να καθορίζουν τις δικές τους τιμές για τις υπηρεσίες, όπως έχουν κάνει και για το Πρόγραμμα Πακέτων Κατ' Οίκον Φροντίδας.

Η τιμή για μια υπηρεσία Υποστήριξης Κατ' Οίκον είναι το συνολικό κόστος παροχής της υπηρεσίας σε εσάς. Αυτό θα είναι το συνολικό ποσό που θα χρεωθεί στον προϋπολογισμό σας.

Η τιμολόγηση της Υποστήριξης Κατ' Οίκον σας διευκολύνει να δείτε ακριβώς πόση φροντίδα έχετε λάβει και πόσο από τον προϋπολογισμό σας έχει δαπανηθεί.

Ο προϋπολογισμός σας θα χρεωθεί μόνο για τις υπηρεσίες που λαμβάνετε.

Δεν θα χρειαστεί να καταβάλετε εισφορά για οποιαδήποτε κλινική περίθαλψη λαμβάνετε, η οποία περιλαμβάνει τη διαχείριση της φροντίδας.

Θα αξιολογηθείτε από την υπηρεσία Services Australia ως προς το ποσό που θα πρέπει να συνεισφέρετε για διαφορετικούς τύπους υπηρεσιών. *Δείτε την ενότητα Τι θα χρειαστεί να συνεισφέρω;* για περισσότερες πληροφορίες.

Μπορείτε να δείτε τις τιμές που χρεώνει ένας πάροχος με αναζήτηση στο εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στον ιστότοπο My Aged Care: **[MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider](https://myagedcare.gov.au/Find-A-Provider)**.

Πώς ξέρω ότι οι τιμές μου είναι εύλογες;

Μια εύλογη τιμή αντικατοπτρίζει το κόστος παροχής της υπηρεσίας για τον πάροχό σας.

Η τιμή μπορεί να περιλαμβάνει:

- τους μισθούς των εργαζομένων για τη φροντίδα σας
- τη διαχείριση και τα γενικά έξοδα
- τις μεταφορές
- την υπεργολαβία.

Η συνολική τιμή πρέπει να είναι εύλογη και δικαιολογημένη.

Οι πάροχοι δεν μπορούν να σας χρεώσουν ξεχωριστά έξοδα διαχείρισης ή κόστος κλινικής περίθαλψης. Πρέπει επίσης να εξηγήσουν τις τιμές στη συμφωνία υπηρεσιών σας, συμπεριλαμβανομένου του πότε αλλάζουν οι τιμές και γιατί. Δεν χρειάζεται να υπογράψετε συμφωνία αν δεν κατανοείτε ή δεν συμφωνείτε με τις τιμές τους, αλλά πρέπει να έχετε συνάψει συμφωνία για να λάβετε υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Ο ενδεικτικός τιμοκατάλογος της Υποστήριξης Κατ' Οίκον μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να αποφασίσετε αν οι τιμές ενός παρόχου είναι λογικές:

Health.gov.au/Resources/Publications/Summary-Of-Indicative-Support-At-Home-Prices.

Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε το εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στον ιστότοπο My Aged Care για να αναζητήσετε και να συγκρίνετε μεμονωμένες τιμές: **MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider.**

Μάθετε περισσότερα για τα δικαιώματα και τις προστασίες στο προστασίες Καταναλωτών για τιμές Υποστήριξης Κατ' Οίκον - *ενημερωτικό δελτίο για συμμετέχοντες*: **Health.gov.au/Resources/Publications/Consumer-Protections-For-Support-At-Home-Prices-Fact-Sheet-For-Participants.**

Αν θέλετε να υποβάλετε καταγγελία σχετικά με τις τιμές σας ή να λάβετε περαιτέρω βοήθεια, μεταβείτε στην ενότητα *Περισσότερες πληροφορίες* αυτού του ενημερωτικού πόρου.

Διαδρομή για πρόσβαση στην Υποστήριξη Κατ' Οίκον

Αυτή η ενότητα περιγράφει την πιο συνηθισμένη πορεία για άτομα που έχουν αξιολογηθεί ως επιλέξιμα για συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

- 1 **Λάβετε το αποτέλεσμα της αξιολόγησής σας**
- 2 **Περιμένετε να σας χορηγηθεί χρηματοδότηση**
- 3 **Βρείτε έναν πάροχο Υποστήριξης Κατ' Οίκον**
- 4 **Συνάψτε μια συμφωνία**
- 5 **Διαχειριστείτε τις υπηρεσίες σας**



Κατά τη διάρκεια της αξιολόγησής σας, ένας αξιολογητής θα συζητήσει μαζί σας τις ανάγκες σας και θα συνεργαστεί μαζί σας για να καταρτίσει ένα σχέδιο υποστήριξης. Το σχέδιο υποστήριξης περιλαμβάνει λεπτομέρειες σχετικά με τα δυνατά σας σημεία, τις δυσκολίες, τους στόχους και τις προτιμήσεις σας για υπηρεσίες.

Μετά την αξιολόγησή σας, ένας εκπρόσωπος του οργανισμού αξιολόγησης θα αποφασίσει σε ποιες υπηρεσίες μπορείτε να έχετε πρόσβαση.

Στη συνέχεια, θα λάβετε μια επιστολή Γνωστοποίησης Απόφασης, η οποία θα περιλαμβάνει τις υπηρεσίες για τις οποίες έχετε εγκριθεί. Ενδέχεται να λάβετε έγκριση για συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον ή για βραχυπρόθεσμες υπηρεσίες όπως το πρόγραμμα AT-HM ή τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας. Αν έχετε λάβει έγκριση για υπηρεσίες, το σχέδιο υποστήρισής σας θα επισυναφθεί στην επιστολή σας.

Αν δεν λάβετε Ειδοποίηση Απόφασης ή σχέδιο υποστήριξης εντός 4 εβδομάδων, καλέστε την υπηρεσία My Aged Care δωρεάν στο **1800 200 422** ή επικοινωνήστε με τον οργανισμό αξιολόγησής σας.

Αν οι ανάγκες φροντίδας σας αλλάξουν οποιαδήποτε στιγμή, επικοινωνήστε με την υπηρεσία My Aged Care ή μιλήστε με τον πάροχό σας. Ενδέχεται να χρειαστείτε επανεξέταση του σχεδίου υποστήριξης ή νέα αξιολόγηση.

Η σελίδα «Λήψη του αποτελέσματος της αξιολόγησής σας» του ιστότοπου My Aged Care έχει περισσότερες πληροφορίες στη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Receiving-Your-Assessment-Outcome**.

Τι γίνεται αν έχω ανησυχίες σχετικά με την αξιολόγηση ή το αποτέλεσμα;

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το αποτέλεσμα της αξιολόγησής σας, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον οργανισμό που διεξήγαγε την αξιολόγησή σας. Τα στοιχεία επικοινωνίας τους αναγράφονται στην επιστολή ειδοποίησης για την απόφασή σας.

Μεταβείτε στην ενότητα *Περισσότερες Πληροφορίες* αυτού του πόρου για να μάθετε πώς μπορείτε να ζητήσετε επανεξέταση ή να υποβάλετε καταγγελία σχετικά με την αξιολόγησή σας.

Αφού εγκριθείτε για συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον , ίσως χρειαστεί να περιμένετε μέχρι να σας χορηγηθεί χρηματοδότηση για να αρχίσετε να λαμβάνετε υπηρεσίες. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τους αναμενόμενους χρόνους αναμονής, επισκεφθείτε τον ιστότοπο My Aged Care.

Ίσως θα ήταν καλό να ξεκινήσετε την αναζήτηση παρόχων νωρίς, καθώς ο πάροχος της προτίμησής σας ενδέχεται να μην είναι διαθέσιμος για να σας παρέχει τις υπηρεσίες που χρειάζεστε.

Το Σύστημα Προτεραιότητας Υποστήριξης Κατ' Οίκον

Υπάρχει μια εθνική λίστα αναμονής που ονομάζεται Σύστημα Προτεραιότητας Υποστήριξης Κατ' Οίκον. Τοποθετείστε αυτόματα σ' αυτό το σύστημα όταν εγκριθείτε.

Αν δεν θέλετε φροντίδα κατά την αξιολόγηση, μπορείτε να μπειτε στη λίστα αναμονής, αλλά ο αξιολογητής σας θα σας χαρακτηρίσει ως «δεν αναζητά υπηρεσίες». Δεν θα σας χορηγηθεί χρηματοδότηση μέχρι να τους ενημερώσετε για το αντίθετο.

Μπορείτε να ζητήσετε να οριστείτε ως «αναζητά υπηρεσίες» ή «δεν αναζητά υπηρεσίες» ανά πάσα στιγμή καλώντας την υπηρεσία My Aged Care δωρεάν στο **1800 200 422**.

Πόσο καιρό θα πρέπει να περιμένω;

Το πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον έχει χρόνους αναμονής πριν να αρχίσετε να λαμβάνετε συνεχείς υπηρεσίες.

Ο χρόνος που θα περιμένετε για να αρχίσετε να λαμβάνετε υπηρεσίες ποικίλλει ανάλογα με το επίπεδο προτεραιότητάς σας και τη ζήτηση για υπηρεσίες. Τα 4 επίπεδα προτεραιότητας είναι επείγον, υψηλό, μεσαίο και τυπικό. Το επίπεδο προτεραιότητάς σας καθορίζεται χρησιμοποιώντας πληροφορίες που συλλέγονται κατά την αξιολόγηση από τον αξιολογητή φροντίδας ηλικιωμένων. Όσο υψηλότερο είναι το επίπεδο προτεραιότητάς σας, τόσο λιγότερο χρόνο θα πρέπει να περιμένετε για να αρχίσετε να λαμβάνετε την εγκεκριμένη χρηματοδότησή σας.

Αν οι ανάγκες σας αλλάξουν όσο περιμένετε να λάβετε υπηρεσίες, επικοινωνήστε με την υπηρεσία My Aged Care ή τον οργανισμό αξιολόγησής σας.

Αφού λάβετε μια επιστολή που σας ενημερώνει ότι σας έχει διατεθεί συνεχής χρηματοδότηση, θα πρέπει να βρείτε έναν πάροχο Υποστήριξης Κατ' Οίκον για την παροχή των υπηρεσιών σας.

Έχετε 56 ημέρες από την ημερομηνία διάθεσης της χρηματοδότησής σας για να βρείτε έναν πάροχο και να αποδεχτείτε τη θέση σας συνάπτοντας μια συμφωνία υπηρεσιών και ξεκινώντας τις υπηρεσίες. Μπορείτε να επικοινωνήσετε με την υπηρεσία My Aged Care για παράταση 28 ημερών, αν χρειάζεστε περισσότερο χρόνο, καλώντας δωρεάν στο **1800 200 422**.

Αν δεν συνάψετε συμφωνία υπηρεσιών και δεν ξεκινήσετε τις υπηρεσίες εντός 56 ημερών, η χρηματοδότησή σας θα αποσυρθεί. Στη συνέχεια, θα πρέπει να καλέσετε την υπηρεσία My Aged Care για να εγγραφείτε ξανά στο Σύστημα Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Πώς μπορώ να βρω έναν πάροχο;

Θα πρέπει να λάβετε υπ' όψη τι είναι σημαντικό για εσάς όταν επιλέγετε ποιος θα σας παρέχει τις υπηρεσίες σας. Για παράδειγμα:

- Έχει εργαζομένους που μιλούν την προτιμώμενη γλώσσα μου;
- Κατανοεί τις πολιτισμικές ή τις θρησκευτικές μου πεποιθήσεις; Μπορεί να με βοηθήσει να συμμετάσχω σε πολιτιστικές ή θρησκευτικές δραστηριότητες;
- Θα συνεργαστεί μαζί μου για την ανάπτυξη στόχων και την προώθηση της ανεξαρτησίας μου;
- Τι χρεώνει για τις υπηρεσίες;
- Μπορώ να ζητήσω συγκεκριμένες ημέρες ή ώρες για να λαμβάνω υπηρεσίες; Μπορώ να επιλέξω ποιοι εργαζόμενοι θα παρέχουν τις υπηρεσίες μου;
- Ποιες πτυχές της φροντίδας μου μπορώ να διαχειριστώ μόνος μου;
- Προσφέρει βραχυπρόθεσμη φροντίδα όπως τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας;

Θα πρέπει επίσης να σκεφτείτε αν θέλετε να αποκτήσετε πρόσβαση σε βραχυπρόθεσμες διαδρομές αργότερα, όπως στη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας. Δεν προσφέρουν όλοι οι πάροχοι αυτές τις υπηρεσίες, οπότε μπορεί να χρειαστεί να αλλάξετε πάροχο, αν θέλετε να έχετε πρόσβαση σε μια υπηρεσία παράλληλα με τις τρέχουσες υπηρεσίες Κατ' Οίκον Υποστήριξης.

Δοκιμάστε να μιλήσετε με την οικογένεια ή με άτομα που γνωρίζετε τα οποία λαμβάνουν υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον και ζητήστε τους συστάσεις.

Μπορείτε επίσης να μιλήσετε με τον γενικό γιατρό σας, την τοπική πολυπολιτισμική ομάδα ή τον οργανισμό Αβοριγίνων και Νησιωτών του Πορθμού Torres, σχετικά με παρόχους υπηρεσιών με τους οποίους είναι εξοικειωμένοι.

Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε το εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στον ιστότοπο My Aged Care για να αναζητήσετε και να συγκρίνετε παρόχους.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider**.

Επιλογές υποστήριξης

Μπορεί να συζητηθούν πολλές πληροφορίες στη συνάντησή σας με έναν πάροχο, επομένως μπορεί να είναι χρήσιμο να φέρετε μαζί σας ένα άτομο υποστήριξης, όπως ένα μέλος της οικογένειας, έναν φίλο ή έναν φροντιστή. Μπορείτε να μιλήσετε μαζί τους και με τον πάροχο σχετικά με το πώς θέλετε να λάβετε υποστήριξη για να πάρετε τις δικές σας αποφάσεις, συμπεριλαμβανομένου του τρόπου με τον οποίο θα συμπεριλάβετε τυχόν μορφές υποστήριξης στο σχέδιο φροντίδας σας.

Το άτομο υποστήριξής σας μπορεί να είναι ο επίσημος υποστηρικτής σας – έχει καθήκοντα που πρέπει να τηρεί όταν σας υποστηρίζει στη λήψη αποφάσεων.

Αν χρειάζεστε επιπλέον βοήθεια και δεν έχετε φροντιστή ή οικογένεια για να σας υποστηρίξει, ίσως έχετε πρόσβαση στο δωρεάν πρόγραμμα Care Finder (Ευρετής Φροντίδας). Αυτοί είναι οργανισμοί σε όλη την Αυστραλία που μπορούν να σας υποστηρίξουν για να λάβετε υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον ή να εισέλθετε σε οίκο ευγηρίας. Επισκεφθείτε τον ιστότοπο My Aged Care στη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder** ή καλέστε δωρεάν στο **1800 200 422**.

Αν είστε ηλικιωμένος Αβορίγινας ή Νησιώτης των Νήσων του Πορθμού Torres, το πρόγραμμα Υποστήριξης Φροντίδας Πρεσβυτέρων μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε τις υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων, να περάσετε από τη διαδικασία αξιολόγησης και να επιλέξετε έναν πάροχο. Μπορούν επίσης να σας υποστηρίξουν και να συνεργαστούν με παρόχους για να καλύψουν τις ανάγκες σας. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program**.

Μόλις επιλέξετε έναν πάροχο Υποστήριξης Κατ' Οίκον που ανταποκρίνεται καλύτερα στις ανάγκες σας, θα πρέπει να συνάψετε μια συμφωνία υπηρεσιών μαζί του.

Αυτή η συμφωνία υπηρεσιών ορίζει:

- πώς θα παρέχονται οι υπηρεσίες σας
- ποιος θα τις παρέχει
- το κόστος των υπηρεσιών και τη δική σας εισφορά
- τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις σας.

Σας συνιστούμε να αναζητήσετε ανεξάρτητες συμβουλές σχετικά με τη συμφωνία υπηρεσιών σας, ειδικά αν δεν την κατανοείτε πλήρως.

Η συμφωνία υπηρεσιών σας θα περιγράφει τι πρέπει να κάνετε αν εσείς ή ο πάροχος σας θέλετε να κάνετε αλλαγές, όπως επικαιροποίηση τιμών ή αλλαγή των υπηρεσιών που λαμβάνετε. Μπορεί να χρειαστεί να συμφωνήσετε και να υπογράψετε μια νέα συμφωνία υπηρεσιών ή μπορεί να χρειαστεί να επαναξιολογηθείτε, αν οι ανάγκες σας έχουν αλλάξει.

Θα χρειαστεί επίσης να δώσετε στον πάροχό σας την αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων σας, αν έχετε. *Ανατρέξτε στην ενότητα Πώς μπορώ να λάβω μια αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων;* παραπάνω σε αυτό το φυλλάδιο για περισσότερες πληροφορίες.

Οι στόχοι σας

Όταν μιλάτε για τις δικές σας ανάγκες φροντίδας που σχετίζονται με την γήρανση, σκεφτείτε ποιοι είναι οι στόχοι σας και τι είναι πιο σημαντικό για εσάς.

Ο προσδιορισμός των στόχων θα σας βοηθήσει να σχεδιάσετε τη φροντίδα και τις υπηρεσίες σας ώστε να υποστηρίξουν τις ανάγκες σας με τον καλύτερο τρόπο. Ένας στόχος μπορεί να είναι η διατήρηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής, η διατήρηση των κινητικών δεξιοτήτων ή η συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες.

Θα πρέπει επίσης να λάβετε υπ' όψη τις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας. Για παράδειγμα:

- Πού και πότε χρειάζομαι υποστήριξη;
- Υπάρχουν θρησκευτικές ημέρες ή πρακτικές που θέλω να τηρήσω;
- Τι υποστήριξη χρειάζομαι για να παραμείνω ασφαλής;
- Με ποιες κοινωνικές δραστηριότητες ή χόμπι θέλω υποστήριξη;
- Πώς συνδυάζεται αυτό με τη βοήθεια που μου παρέχει ο φροντιστής μου;

Το σχέδιο φροντίδας σας

Κάποιος που συνεργάζεται με τον πάροχό σας θα συναντηθεί μαζί σας για να συζητήσει τις ανάγκες σας, χρησιμοποιώντας το σχέδιο υποστήριξής σας και την ειδοποίηση αξιολόγησης. Αυτό το άτομο ονομάζεται συνεργάτης φροντίδας – θα σας υποστηρίξει με τον συντονισμό των υπηρεσιών σύμφωνα με τους στόχους σας και θα σας βοηθήσει στη διαχείριση του προϋπολογισμού σας. Μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να απαντήσετε σε τυχόν ερωτήσεις ή ανησυχίες που μπορεί να έχετε.

Όταν εσείς και ο συνεργάτης φροντίδας σας συμφωνείτε για τις υπηρεσίες σας και τους στόχους ή τις προτιμήσεις σας, αυτό καταγράφεται σε ένα σχέδιο φροντίδας. Αυτό είναι ένα ανθρωποκεντρικό έγγραφο που καθορίζει τις επιλογές σας και τον έλεγχο που έχετε επί των υπηρεσιών σας, σύμφωνα με τις ανάγκες σας. Ο συνεργάτης φροντίδας μπορεί να ζητήσει να μιλήσει με τον γενικό γιατρό σας (GP) ή άλλους ειδικούς για περισσότερες πληροφορίες, με τη συγκατάθεσή σας.

Τα σχέδια φροντίδας πρέπει να επανεξετάζονται τουλάχιστον κάθε 12 μήνες. Μπορείτε να ζητήσετε επανεξέταση ανά πάσα στιγμή – συμπεριλαμβανομένων των περιπτώσεων όπου οι ανάγκες ή οι στόχοι σας αλλάξουν, αν ξεκινήσετε μια βραχυπρόθεσμη διαδρομή ή αν θέλετε να αλλάξετε τις υπηρεσίες σας. Ο συνεργάτης φροντίδας θα σας ενημερώσει επίσης αν χρειάζεται να επανεξετάσει το σχέδιο φροντίδας σας.

Μηνιαίες καταστάσεις κίνησης λογαριασμού

Ο πάροχός σας πρέπει να σας παρέχει μια μηνιαία κατάσταση κίνησης λογαριασμού που να σας ενημερώνει για τη χρηματοδότησή σας. Πρέπει να περιλαμβάνει τυχόν διαθέσιμα κεφάλαια στην αρχή του μήνα, μια αναλυτική λίστα φροντίδας και υπηρεσιών που παρασχέθηκαν, μαζί με τυχόν παραδοθέντα προϊόντα, εισφορές σε υπηρεσίες/προϊόντα και τυχόν κεφάλαια που απομένουν στο τέλος του μήνα.

Πρέπει να σας τη δώσει πριν από το τέλος του επόμενου μήνα. Για παράδειγμα, έως το τέλος Φεβρουαρίου πρέπει να λάβετε μια κατάσταση για υπηρεσίες που παρασχέθηκαν τον Ιανουάριο.

Αυτό εξακολουθεί να απαιτείται ακόμη και αν δεν λαμβάνετε υπηρεσίες προσωρινά. Μπορείτε να ρωτήσετε τον πάροχο ή τον συνεργάτη φροντίδας αν δεν καταλαβαίνετε τι σημαίνει η κατάσταση.

Πώς παρέχεται η φροντίδα σας

Για να βεβαιωθείτε ότι λαμβάνετε την καλύτερη δυνατή φροντίδα, όλοι οι πάροχοι φροντίδας ηλικιωμένων που χρηματοδοτούνται από την Αυστραλιανή Κυβέρνηση πρέπει να πληρούν τα πρότυπα ποιότητας.

Ο πάροχός σας πρέπει να παρέχει φροντίδα που συμμορφώνεται με τα Πρότυπα Ποιότητας Φροντίδας Ηλικιωμένων. Τα Πρότυπα Ποιότητας ορίζουν με σαφήνεια πώς πρέπει να είναι μια καλή φροντίδα και διευκολύνουν τον έλεγχο του ότι οι άνθρωποι λαμβάνουν καλή φροντίδα. Τα Πρότυπα Ποιότητας αντικατοπτρίζουν το επίπεδο φροντίδας και υπηρεσιών που μπορείτε να περιμένετε από τον πάροχό σας.

Διαβάστε περισσότερα για τα Πρότυπα Ποιότητας Φροντίδας Ηλικιωμένων στον ιστότοπο της Επιτροπής Ποιότητας και Ασφάλειας Φροντίδας Ηλικιωμένων στη διεύθυνση **AgedCareQuality.gov.au**.



Αφού υπογράψετε τη συμφωνία υπηρεσιών, μπορούν να ξεκινήσουν οι υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Η καλή διαχείριση της φροντίδας σας βοηθά να λαμβάνετε φροντίδα που είναι κατάλληλη και προσαρμοσμένη στις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας.

Αν λαμβάνετε συνεχείς υπηρεσίες στο πλαίσιο της Υποστήριξης Κατ' Οίκον, το 10% του προϋπολογισμού σας κάθε τρίμηνο χρησιμοποιείται για τη διαχείριση της φροντίδας.

Η διαχείριση της φροντίδας αναφέρεται σε πράγματα όπως:

- τον σχεδιασμό ή τον συντονισμό φροντίδας και υπηρεσιών
- την ανάπτυξη, την αναθεώρηση και την αξιολόγηση του προϋπολογισμού φροντίδας σας
- την υποστήριξη σε εσάς και την οικογένειά σας ώστε να λαμβάνετε τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα ή τις υπηρεσίες σας
- την υποστήριξη συνδέσεων με υπηρεσίες υγείας και άλλες υπηρεσίες, με τον τρόπο που χρειάζεται.

Ο συνεργάτης φροντίδας σας συχνά ενεργεί ως το αποκλειστικό σημείο επαφής για τον πάροχό σας και εκτελεί δραστηριότητες διαχείρισης εκ μέρους σας.

Ο συνεργάτης φροντίδας σας θα σας βοηθήσει να επανεξετάσετε το σχέδιο φροντίδας σας τακτικά ή αν αλλάξουν οι ανάγκες, οι περιστάσεις ή οι υπηρεσίες σας. Για παράδειγμα, μπορεί να σας βοηθήσει να προσαρμόσετε τις υπηρεσίες σας μετά από νοσηλεία ή τραυματισμό ή να σας βοηθήσει να συντονίσετε τις υπηρεσίες, ώστε να ταιριάζουν καλύτερα στον προϋπολογισμό και τις προτιμήσεις σας.

Τι γίνεται αν θέλω να διαχειριστώ μόνος μου τη φροντίδα μου;

Αν λαμβάνετε συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, μπορείτε επίσης να διαχειρίζεστε μόνοι σας τμήματα της φροντίδας σας. Εξακολουθείτε να χρειάζεστε έναν πάροχο και πρέπει να συμφωνήσετε και οι δύο για το πώς θα διαχειρίζεστε μόνοι σας τη φροντίδα ή τον προϋπολογισμό σας.

Η αυτοδιαχείριση φαίνεται διαφορετική για τον καθένα, αλλά μπορεί να περιλαμβάνει:

- επιλογή και συντονισμό υπηρεσιών, ανάλογα με τις ανάγκες και τον προϋπολογισμό σας
- επιλογή των δικών σας προμηθευτών ή εργαζομένων
- προγραμματισμό υπηρεσιών και εργαζομένων
- αποτελεσματική επικοινωνία με τον πάροχο και τους εργαζομένους στη φροντίδα σας.

Οι δραστηριότητες που θα κάνετε θα διαφέρουν ανάλογα με τις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας. Για παράδειγμα, μπορείτε να αποφασίζετε ποιοι εργαζόμενοι έρχονται στο σπίτι σας και ποιοι είναι, αλλά ο πάροχός σας εξακολουθεί να τους προγραμματίζει. Ή μπορείτε να αποφασίζετε ποιοι εργαζόμενοι έρχονται στο σπίτι σας, ποιοι είναι, τότε έρχονται, αλλά ο πάροχός σας εξακολουθεί να διαχειρίζεται την αίτηση αποζημίωσης από την υπηρεσία Services Australia.

Τι γίνεται αν θέλω να επιλέξω έναν εργαζόμενο που δεν απασχολείται από τον πάροχό μου;

Αν διαχειρίζεστε μόνοι σας τη φροντίδα ηλικιωμένων, ενδέχεται να μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τους δικούς σας εργαζομένους, συμπεριλαμβανομένων ατόμων που δεν εργάζονται για τον πάροχό σας. Αυτό ονομάζεται χρήση τρίτου εργαζομένου.

Ο Νόμος περί Φροντίδας *Ηλικιωμένων του 2024* αλλάζει τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζονται αυτοί οι εργαζόμενοι. Ο πάροχός σας θα πρέπει να προσλάβει τον εργαζόμενο ως τρίτο μέρος για να σας παρέχει υπηρεσίες. Ο πάροχος μπορεί να το κάνει αυτό μόνος του ή μέσω ενός συνεργαζόμενου παρόχου.

Ο πάροχός σας είναι υπεύθυνος για την παροχή υπηρεσιών σε εσάς από όλους τους εργαζομένους φροντίδας ηλικιωμένων, συμπεριλαμβανομένων των τρίτων εργαζομένων. Ο πάροχός σας πρέπει να διασφαλίσει ότι τυχόν τρίτοι εργαζόμενοι πληρούν οποιεσδήποτε απαιτήσεις που σχετίζονται με το εργατικό δυναμικό.

Αυτό σημαίνει ότι ο κάθε πάροχος δεν θα είναι σε θέση να υποστηρίξει αυτήν τη ρύθμιση, επομένως είναι σημαντικό να το λάβετε υπ' όψη όταν επιλέγετε πάροχο.

Αν ενδιαφέρεστε να χρησιμοποιήσετε έναν τρίτο εργαζόμενο, μιλήστε με τον συνεργάτη φροντίδας σας σχετικά με αυτήν τη διαδικασία. Θα σας εξηγήσει τι πρέπει να κάνετε και θα σας βοηθήσει στον προϋπολογισμό και την πληρωμή αυτής της υπηρεσίας. Ενδέχεται να χρειαστεί να πληρώσετε επιπλέον έξοδα από τον προϋπολογισμό σας για να καλύψετε τυχόν επιπλέον διοικητικές δαπάνες.

Πώς μπορώ να διακόψω προσωρινά τις υπηρεσίες ή να αλλάξω παρόχους;

Μπορείτε να αλλάξετε τον πάροχο Υποστήριξης Κατ' Οίκον ανά πάσα στιγμή και δεν πρέπει να χρεωθείτε με τέλη εξόδου γι' αυτό. Θα πρέπει να ενημερώσετε τον πάροχό σας το συντομότερο δυνατό, που συμπεριλαμβάνει σε ποιον πάροχο μεταφέρετε και τη συγκεκριμένη ημερομηνία που θέλετε να διακόψετε τις υπηρεσίες. Αυτό θα βοηθήσει την ομαλή διευθέτηση της διαδικασίας.

Ο προϋπολογισμός σας και οι υπηρεσίες για τις οποίες έχετε εγκριθεί θα μεταφερθούν μαζί σας στον νέο σας πάροχο.

Μπορείτε να σταματήσετε προσωρινά να λαμβάνετε υπηρεσίες λόγω νοσηλείας σε νοσοκομείο, διακοπών ή εισαγωγής σε φροντίδα ανάπαυλας. Θα πρέπει να ενημερώσετε τον πάροχό σας το συντομότερο δυνατόν για τα σχέδιά σας, ώστε να μην χρεωθείτε κατά λάθος για υπηρεσίες που δεν μπορείτε να λάβετε.

Αν περάσει μεγάλο χρονικό διάστημα χωρίς να λάβετε κάποια υπηρεσία, ο πάροχός σας ενδέχεται να σας στείλει υπενθυμίσεις. Αν έχει περάσει ένα έτος (4 συνεχόμενα τρίμηνα) από το τέλος του τελευταίου τριμήνου που χρησιμοποιήσατε μια υπηρεσία ή φύγατε από έναν πάροχο, η χρηματοδότησή σας θα αποσυρθεί και δεν θα έχετε πρόσβαση σ' αυτήν.

Αν θέλετε να έχετε ξανά πρόσβαση σε χρηματοδότηση, θα πρέπει να καλέσετε την υπηρεσία My Aged Care και να ζητήσετε να αλλάξει η κατάστασή σας σε «αναζητώ υπηρεσίες». Στη συνέχεια, θα επανενταχθείτε στο Σύστημα Προτεραιότητας Υποστήριξης Κατ' Οίκον και η θέση σας θα βασιστεί στην ημερομηνία που εγκριθήκατε για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον. Αυτό σημαίνει ότι δεν θα χρειαστεί να περιμένετε πολύ για να λάβετε ξανά τη χρηματοδότησή σας.

Βραχυπρόθεσμες διαδρομές

Στο πρόγραμμα Υποστήριξης Κατ' Οίκον, υπάρχουν τρεις διαδρομές που σας παρέχουν βραχυπρόθεσμη υποστήριξη για την κάλυψη συγκεκριμένων αναγκών. Μπορείτε να συζητήσετε αυτές τις διαδρομές με τον αξιολογητή σας κατά τη διάρκεια της αξιολόγησής σας ή με τον πάροχό σας, αν έχετε έναν. Η αξιολόγηση των ατομικών σας αναγκών και η ειδοποίηση αξιολόγησης θα σας πουν αν είστε επιλέξιμοι για αυτές τις διαδρομές.

Το πρόγραμμα AT-HM

Το πρόγραμμα Υποστηρικτικής Τεχνολογίας και Οικιακών Τροποποιήσεων (AT-HM) σάς παρέχει άμεση πρόσβαση σε χρηματοδότηση για προϊόντα, εξοπλισμό ή οικιακές τροποποιήσεις για την κάλυψη των αξιολογημένων αναγκών σας. Η αξιολόγηση των ατομικών σας αναγκών ή η επανεξέταση του σχεδίου υποστήριξης θα σας ενημερώσει για το διαθέσιμο ποσό χρηματοδότησης.

Ορισμένα προϊόντα πρέπει να συνταγογραφηθούν από έναν εξειδικευμένο επαγγελματία, όπως οι περπατούρες (Πι) ή ο προσαρμοζόμενος εξοπλισμός μπάνιου. Άλλα προϊόντα παρέχονται καλύτερα με επαγγελματικές συμβουλές και άλλα μπορεί να είναι απλά προϊόντα που δεν απαιτούν συνταγή.

Ο πάροχός σας μπορεί να σας βοηθήσει να οργανώσετε μια συνταγή, μια παραγγελία, μια εγκατάσταση ή εκπαίδευση, όπως τη χρειάζεστε, και θα σας ενημερώσει για τυχόν έξοδα που προκύπτουν και πώς να τα διαχειριστείτε. Οποιοσδήποτε υπηρεσίες εκπαίδευσης ή συνταγογράφησης θεωρούνται κλινικό κόστος, επομένως δεν μπορεί να σας ζητηθεί να συνεισφέρετε γι' αυτές.

Αυτό το πρόγραμμα καλύπτει επίσης τροποποιήσεις στο σπίτι, όπως προσθήκη τροποποιημένων κλειδαριών στις πόρτες, αντιολισθητικών επιφανειών ή χειρολαβών, για να κάνετε το σπίτι σας ασφαλέστερο και πιο προσβάσιμο.

Η λίστα AT-HM αναφέρει λεπτομερώς ποια προϊόντα περιλαμβάνονται και εξαιρούνται, καθώς και ποια προϊόντα πρέπει να έχουν ιατρική συνταγή. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Assistive-Technology-And-Home-Modifications**.

Αυτός ο πίνακας περιέχει περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τα επίπεδα χρηματοδότησης:

Επίπεδο χρηματοδότησης	Ανώτατο όριο κατανομής χρηματοδότησης	Περίοδος χρηματοδότησης
Υποστηρικτική τεχνολογία		
Χαμηλό	\$500	12 μήνες
Μέσο	\$2.000	12 μήνες
Υψηλό	\$15.000 ¹ (ονομαστική αξία)	12 μήνες
¹ Οι συμμετέχοντες μπορούν να έχουν πρόσβαση σε υποστηρικτική τεχνολογία πέραν αυτού του ποσού, εφόσον μπορούν να προσκομίσουν συνταγή και ανάγκη.		
Τροποποιήσεις σπιτιού		
Χαμηλό	\$500	12 μήνες
Μέσο	\$2.000	12 μήνες
Υψηλό	\$15.000	12 μήνες ²
² Η χρηματοδότηση μπορεί να παραταθεί για 12 επιπλέον μήνες για την ολοκλήρωση σύνθετων τροποποιήσεων σπιτιού (24 μήνες συνολικά), εφόσον προσκομίστούν αποδεικτικά στοιχεία προόδου στην υπηρεσία Services Australia.		
Άλλη χρηματοδότηση		
Συντήρηση σκύλων βοηθών/συνοδών	\$2.000 ετησίως	Σε εξέλιξη ³
³ Η χρηματοδότηση για τη συντήρηση των σκύλων βοήθειας θα κατανέμεται αυτόματα κάθε 12 μήνες. Ωστόσο, η χρηματοδότηση δεν μπορεί να συσσωρευτεί ή να μεταφερθεί.		

Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας

Η Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας παρέχει έως και 16 εβδομάδες εντατικών υπηρεσιών συναφών υπηρεσιών υγείας ή/και νοσηλευτικής με προϋπολογισμό \$6.000. Αυτό έχει σχεδιαστεί για να σας βοηθήσει να αποκαταστήσετε τη λειτουργικότητά σας μετά από ένα περιστατικό ή ασθένεια.

Δεν υπάρχει καμία επίπτωση στον τρέχοντα προϋπολογισμό ή τις υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, καθώς αυτή η διαδρομή έχει ξεχωριστό προϋπολογισμό. Οι υπηρεσίες επανορθωτικής φροντίδας θα πρέπει να είναι κλινικά εστιασμένες και διαφορετικές από τις υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Αν θέλετε να αποκτήσετε πρόσβαση σ' αυτήν την διαδρομή, θα χρειαστείτε μια αξιολόγηση φροντίδας ηλικιωμένων - θα εξετάσουν πώς οι εντατικές βραχυπρόθεσμες υπηρεσίες θα βοηθήσουν εσάς και τους στόχους ανάρρωσής σας. Στη συνέχεια, θα καταρτίσετε ένα σχέδιο στόχων με τον συνεργάτη επανορθωτικής φροντίδας σας, το οποίο περιγράφει τις ανάγκες και τους στόχους σας και λειτουργεί ως σχέδιο φροντίδας γι' αυτήν τη διαδρομή.

Ο συνεργάτης επανορθωτικής φροντίδας θα σας βοηθήσει να καταρτίσετε ένα σχέδιο εξόδου για να επιστρέψετε στην κανονική σας φροντίδα και να διασφαλίσετε ότι το συνεχιζόμενο σχέδιο φροντίδας σας προσαρμόζεται ανάλογα (αν είναι απαραίτητο). Θα παρέχει διαχείριση επανορθωτικής φροντίδας ενώ εσείς ακολουθείτε τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας.

Μάθετε περισσότερα γι' αυτήν τη διαδρομή στο **MyAgedCare.gov.au/Restorative-Care-Pathway**.

Διαδρομή Τέλους Ζωής

Η Διαδρομή Τέλους Ζωής θα υποστηρίξει τους συμμετέχοντες οι οποίοι έχουν διαγνωστεί με 3 μήνες ζωής ή λιγότερο και επιθυμούν να παραμείνουν στο σπίτι τους, παρέχοντας αύξηση του επιπέδου των διαθέσιμων υπηρεσιών.

Συνολικά \$25.000 θα είναι διαθέσιμα ανά επιλέξιμο συμμετέχοντα σε διάστημα 12 εβδομάδων, με συνολικά 16 εβδομάδες για τη χρήση των κεφαλαίων για την παροχή πρόσθετης ευελιξίας. Ένας συμμετέχων μπορεί να λάβει μία περίοδο υποστήριξης της Διαδρομής Τέλους Ζωής στο πλαίσιο του προγράμματος Υποστήριξη κατ' Οίκον.

Η Διαδρομή Τέλους Ζωής είναι διαθέσιμη σε συμμετέχοντες που έχουν ήδη πρόσβαση σε Υποστήριξη Κατ' Οίκον, καθώς και σε ηλικιωμένους που δεν έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες μέσω του προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον. Αυτή η διαδρομή έχει ως στόχο να παρέχει πρόσθετες υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων κατ' οίκον, όπως προσωπική φροντίδα, οικιακή βοήθεια και γενική νοσηλευτική φροντίδα, για να συμπληρώσει τις υπηρεσίες που διατίθενται στο πλαίσιο προγραμμάτων παρηγορητικής φροντίδας σε πολιτείες και επικράτειες.

Ένα ηλικιωμένο άτομο είναι επιλέξιμο για πρόσβαση στη Διαδρομή Τέλους Ζωής αν πληροί τα ακόλουθα κριτήρια:

- ένας ιατρός ή νοσηλευτής παρέχει ένα εκτιμώμενο προσδόκιμο ζωής 3 μηνών ή λιγότερο, και
- βαθμολογία 40 ή λιγότερο στην τροποποιημένη για την Αυστραλία βαθμολογία Karnofsky Performance Status (AKPS), η οποία είναι ένας δείκτης κινητικότητας και ευπάθειας που αξιολογείται από επαγγελματία υγείας.

Η φόρμα για τη Διαδρομή Τέλους Ζωής πρέπει να συμπληρωθεί και να υποβληθεί προτού ένας συμμετέχων αξιολογηθεί ως επιλέξιμος για τη Διαδρομή Τέλους Ζωής.

Μάθετε περισσότερα για αυτήν τη διαδρομή στην ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/End-Life-Pathway**.

Τα νόμιμα δικαιώματα και οι ευθύνες σας

Σύμφωνα με τον Νόμο περί Φροντίδας Ηλικιωμένων, τα δικαιώματά σας βρίσκονται στο επίκεντρο της φροντίδας ηλικιωμένων που λαμβάνετε. Αν λαμβάνετε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων, θα πρέπει να αναμένετε ότι τα δικαιώματά σας θα γίνουν σεβαστά και οι επιθυμίες σας θα ικανοποιηθούν, είτε ζείτε ανεξάρτητα στο σπίτι είτε σε οίκο ευγηρίας.

Δήλωση Δικαιωμάτων

Ο Νόμος περί Φροντίδας Ηλικιωμένων περιλαμβάνει μια Δήλωση Δικαιωμάτων.

Η Δήλωση Δικαιωμάτων θέτει τα δικαιώματά σας στο επίκεντρο της φροντίδας σας - έτσι ώστε να μπορείτε να λαμβάνετε αποφάσεις σχετικά με τον τρόπο και τον τόπο διαμονής σας, να λαμβάνετε τις πληροφορίες και την υποστήριξη που χρειάζεστε, να ανακοινώνετε τις επιθυμίες σας και να γίνονται σεβαστά ο πολιτισμός και η ταυτότητά σας. Διασφαλίζει επίσης ότι όσοι βρίσκονται γύρω σας, συμπεριλαμβανομένης της οικογένειάς σας και των φροντιστών σας, όχι μόνο αποδέχονται αλλά και σέβονται τις επιλογές σας.

Θα έχετε επίσης το δικαίωμα να επιλέξετε ποιος θέλετε να σας υποστηρίξει στη λήψη αυτών των αποφάσεων.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Know-Your-Rights**.

Επίσημοι υποστηρικτές

Μπορεί να θέλετε ή να χρειάζεστε υποστήριξη από κάποιο άλλο άτομο που θα σας βοηθήσει να πάρετε και να ανακοινώσετε τις αποφάσεις σας. Μπορείτε να εξουσιοδοτήσετε επίσημα υποστηρικτές που θα σας βοηθήσουν να κατανοήσετε τις πληροφορίες και να ανακοινώσετε τις επιθυμίες σας, αν το επιθυμείτε.

Ο νέος ρόλος των επίσημων υποστηρικτών αντικαθιστά τις υπάρχουσες σχέσεις εκπροσώπου στην υπηρεσία My Aged Care και θα ισχύει για ολόκληρο το σύστημα φροντίδας ηλικιωμένων. Δεν χρειάζεται να κάνετε τίποτε αν θέλετε οι υπάρχοντες εκπρόσωποί σας στην υπηρεσία My Aged Care να συνεχίσουν να είναι επίσημοι υποστηρικτές.

Για να ελέγξετε ή να επικαιροποιήσετε τους εκπροσώπους σας ή για να εξαιρεθείτε, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα My Aged Care στο διαδίκτυο ή καλέστε δωρεάν το **1800 200 422**.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Registering-Supporter**.

Ρυθμίσεις εξουσιοδοτημένου εκπροσώπου για αξιολογήσεις οικονομικών μέσων

Μπορείτε επίσης να διορίσετε έναν εκπρόσωπο που μπορεί να υποβάλει ερωτήσεις ή να ενεργεί εκ μέρους σας με την υπηρεσία Services Australia ή το Υπουργείο Υποθέσεων Βετεράνων (DVA) σχετικά με την αξιολόγηση οικονομικών μέσων φροντίδας ηλικιωμένων.

Ο εξουσιοδοτημένος εκπρόσωπός σας θα μπορεί στη συνέχεια να λαμβάνει πληροφορίες σχετικά με τα τέλη, τις εισφορές και το κόστος διαμονής σας και να επικαιροποιεί τα προσωπικά σας στοιχεία με την υπηρεσία Services Australia ή το DVA εκ μέρους σας.

- Για την υπηρεσία Services Australia, συμπληρώστε τη φόρμα «Εξουσιοδότηση ατόμου ή οργανισμού να υποβάλει ερώτημα ή να ενεργεί εκ μέρους σας (SS313)»: **ServicesAustralia.gov.au/ss313**.
- Για το DVA, συμπληρώστε μια φόρμα «Αίτημα Φροντίδας Ηλικιωμένων για έναν εξουσιοδοτημένο εκπρόσωπο για πελάτες του DVA (AC019)»: **ServicesAustralia.gov.au/ac019**.

Υποβολή καταγγελίας σχετικά με τη φροντίδα σας

Αν έχετε κάποια ανησυχία σχετικά με τη φροντίδα που λαμβάνετε εσείς ή κάποιος άλλος, είναι σημαντικό να τη συζητήσετε. Κατ' αρχάς, θα πρέπει να μιλήσετε με τον πάροχό σας. Σύμφωνα με τον νέο Νόμο περί Φροντίδας Ηλικιωμένων, όλοι οι πάροχοι υποχρεούνται να διαθέτουν σύστημα και διαδικασία διαχείρισης καταγγελιών.

Αν εκφράσετε κάποια ανησυχία στον πάροχό σας, θα πρέπει να σας ακούσει και να σας απαντήσει γρήγορα και δίκαια. Αν δεν το κάνει, έχετε το δικαίωμα να θέσετε το ζήτημα στην Επιτροπή Ποιότητας και Ασφάλειας Φροντίδας Ηλικιωμένων (η Επιτροπή) χωρίς φόβο τιμωρίας.

Η Επιτροπή μπορεί να σας βοηθήσει να διευθετήσετε το ζήτημα ή την καταγγελία σας. Μπορεί επίσης να σας δώσει πληροφορίες σχετικά με το πώς να μιλήσετε απευθείας με τον πάροχο υπηρεσιών σας.

Η διατύπωση ανησυχίας είναι ασφαλής και εύκολη. Μπορείτε να επιλέξετε να υποβάλετε εμπιστευτική ή ανώνυμη καταγγελία. Η υποβολή καταγγελίας δεν σας κάνει να φαίνεστε «δύσκολος/η» – μπορεί να βοηθήσει στη βελτίωση της ποιότητας της φροντίδας και να βοηθήσει άλλα άτομα με το ίδιο πρόβλημα.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε με την Επιτροπή με διάφορους τρόπους:

- Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: **AgedCareQuality.gov.au/Complaints-Concerns**
- Δωρεάν κλήση: **1800 951 822**
- Γράψτε στην: Aged Care Quality and Safety Commission (Επιτροπή Ποιότητας και Ασφάλειας Φροντίδας Ηλικιωμένων)
GPO Box 9819
[Στην πρωτεύουσά σας] [Στην πολιτεία/επικράτειά σας]

Συνηγορία, πληροφόρηση και υποστήριξη

Η Αυστραλιανή Κυβέρνηση συνεργάζεται στενά με κορυφαίους φορείς και άλλες ομάδες που εκπροσωπούν και υπερασπίζονται τις ανάγκες των ηλικιωμένων, όπως για παράδειγμα: το Συμβούλιο Φροντίδας Ηλικιωμένων, το COTA [Συμβούλιο για τη Γήρανση], το Εθνικό Συμβουλευτικό Συμβούλιο Φροντίδας Ηλικιωμένων και το Δίκτυο Συνηγορίας Ηλικιωμένων (OPAN).

Η κυβέρνηση χρηματοδοτεί το OPAN για την υλοποίηση του Εθνικού Προγράμματος Συνηγορίας Φροντίδας Ηλικιωμένων. Αυτό το πρόγραμμα παρέχει δωρεάν, εμπιστευτικές και ανεξάρτητες πληροφορίες και υποστήριξη σε ηλικιωμένους που αναζητούν ή λαμβάνουν κρατικά χρηματοδοτούμενη φροντίδα ηλικιωμένων, στις οικογένειές τους ή στους υποστηρικτές τους.

Οι συνήγοροι της φροντίδας ηλικιωμένων του OPAN μπορούν να σας βοηθήσουν:

- να κατανοήσετε και να ασκήσετε τα δικαιώματά σας στη φροντίδα ηλικιωμένων
- να βρείτε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων που ανταποκρίνονται στις ανάγκες σας, και
- να επιλύσετε προβλήματα με τον πάροχο φροντίδας ηλικιωμένων που χρηματοδοτείται από την κυβέρνηση.

Αν έχετε ερωτήσεις ή ανησυχίες, μπορείτε να μιλήσετε με έναν συνήγορο φροντίδας ηλικιωμένων καλώντας τη **Γραμμή Συνηγόρων Φροντίδας Ηλικιωμένων** στο **1800 700 600**. Θα συνδεθείτε με τον οργανισμό συνηγόρων φροντίδας ηλικιωμένων στην πολιτεία ή την επικράτειά σας.

Επισκεφθείτε τον ιστότοπο **OPAN.org.au**.

Περισσότερη βοήθεια

Υποστήριξη μετάφρασης και διερμηνείας

Για υπηρεσίες μετάφρασης και διερμηνείας, καλέστε:

Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας (TIS National) – **131 450**, πείτε στον χειριστή τη γλώσσα που μιλάτε και ζητήστε του να καλέσει την υπηρεσία My Aged Care στο **1800 200 422**.

Για υπηρεσίες διερμηνείας για Αβορίγινες και Νησιώτες του Πορθμού Torres, καλέστε:

Καλέστε την υπηρεσία My Aged Care –στο **1800 200 422** και ζητήστε διερμηνέα.

Δείτε μια λίστα με τις διαθέσιμες γλώσσες στην ιστοσελίδα:
MyAgedCare.gov.au/Accessible-All.

Για υπηρεσίες διερμηνείας νοηματικής γλώσσας, καλέστε:

Deaf Connect – **1300 773 803** ή στείλτε email στη διεύθυνση
Interpreting@DeafConnect.org.au.

Επικοινωνήστε αρκετά νωρίτερα για να βεβαιωθείτε ότι υπάρχει διαθέσιμος διερμηνέας.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **DeafConnect.org.au**.

Αν είστε κωφός, έχετε προβλήματα ακοής ή δυσκολία στην ομιλία ή την επικοινωνία, καλέστε:

Την Εθνική Υπηρεσία Αναμετάδοσης (NRS) επιλέγοντας το κανάλι κλήσης που προτιμάτε στον ιστότοπο της NRS. Κατόπιν επιλογής, ζητήστε από την NRS να καλέσει την υπηρεσία My Aged Care στο **1800 200 422**.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα
AccessHub.gov.au/About-The-NRS.

Υποστήριξη για άνοια

Η Αυστραλιανή Κυβέρνηση αναμένει από όλους τους παρόχους φροντίδας ηλικιωμένων να προσφέρουν υπηρεσίες που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των ατόμων με άνοια.

- Το **Εθνικό Πρόγραμμα Υποστήριξης Άνοιας** (NDSP) παρέχει ένα ευρύ φάσμα υπηρεσιών υποστήριξης για άτομα που ζουν με άνοια, τις οικογένειές τους, τους φροντιστές και τους εκπροσώπους τους. Οι υπηρεσίες είναι διαθέσιμες μέσω τηλεφώνου, διαδικτυακά και αυτοπροσώπως σε όλη την Αυστραλία και περιλαμβάνουν πληροφορίες, εκπαίδευση, συμβουλευτική, δραστηριότητες υποστήριξης, καθοδήγηση από ομοιοπαθείς και συμβουλές.

Επικοινωνήστε με την Εθνική Γραμμή Βοήθειας της Αυστραλίας για την Άνοια – καλέστε δωρεάν στο **1800 100 500**, 24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **Health.gov.au/NDSP**.

- Η Συμβουλευτική **Υπηρεσία Διαχείρισης Συμπεριφοράς Άνοιας** (DBMAS) παρέχει εξατομικευμένη υποστήριξη σε άτομα όταν τα συμπεριφορικά και ψυχολογικά συμπτώματα της άνοιας επηρεάζουν τη φροντίδα ή την ποιότητα ζωής ενός ατόμου. Εκπαιδευμένοι σύμβουλοι εργάζονται σε οποιαδήποτε τοποθεσία ή περιβάλλον για να υποστηρίξουν παρόχους υπηρεσιών και άτομα που φροντίζουν άτομα που ζουν με άνοια.

Επικοινωνήστε με την Αυστραλιανή Υποστήριξη για την Άνοια – δωρεάν κλήση στο **1800 699 799**, 24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την DBMAS, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **Health.gov.au/DBMAS**.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την υποστήριξη για άτομα με άνοια, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Living-Memory-Loss-Dementia-Or-Depression**.

Κοινωνική υποστήριξη

Αν αισθάνεστε μόνοι ή κοινωνικά απομονωμένοι, μπορείτε να ζητήσετε έναν εθελοντή μέσω του Προγράμματος Εθελοντών Επισκεπτών Φροντίδας Ηλικιωμένων (ACVVS). Οποιοσδήποτε λαμβάνει υπηρεσίες Υποστήριξη στο Σπίτι ή είναι στο Σύστημα Προτεραιότητας Υποστήριξης στο Σπίτι μπορεί να υποβάλει αίτηση. Ο συνεργάτης φροντίδας ή ο πάροχός σας μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να οργανώσετε επισκέψεις από εθελοντή.

Μπορείτε να υποβάλετε αίτηση για εθελοντή επισκέπτη εδώ: **Health.gov.au/Our-Work/Aged-Care-Volunteer-Visitors-Scheme-ACVVS/Request**.

Μάθετε περισσότερα για το ACVVS στον ιστότοπο του Υπουργείου Υγείας, Αναπηρίας και Γήρανσης: **Health.gov.au/ACVVS**.

Υποστήριξη για έλλειψη στέγης ή διαταραχή αποθησαύρισης

Η υποστήριξη είναι διαθέσιμη σε άτομα:

- που ζουν με διαταραχή αποθησαύρισης
- που ζουν σε άθλιο περιβάλλον
- που κινδυνεύουν να μείνουν άστεγοι
- που δεν μπορούν να λάβουν την υποστήριξη φροντίδας ηλικιωμένων που χρειάζονται.

Οι υποστηρίξεις περιλαμβάνουν:

- σχεδιασμό φροντίδας
- συνδέσμους προς εξειδικευμένες υπηρεσίες υποστήριξης
- εφάπαξ καθαρισμούς.

Αν λαμβάνετε βοήθεια μέσω του προγράμματος εύρεσης φροντίδας επειδή είστε άστεγοι ή κινδυνεύετε να μείνετε άστεγοι, ενδέχεται επίσης να δικαιούστε πρόσβαση στις υπηρεσίες του Κοινοπολιτειακού Προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Επικοινωνήστε με την υπηρεσία My Aged Care – καλέστε δωρεάν στο **1800 200 422** ή επισκεφθείτε ένα κέντρο εξυπηρέτησης της υπηρεσίας Services Australia για βοήθεια.



Υποστήριξη για άτομα με ποικίλες ανάγκες

Η Αυστραλιανή Κυβέρνηση αναγνωρίζει ότι η κοινωνία μας είναι ποικιλόμορφη και οι άνθρωποι έχουν ένα ευρύ φάσμα εμπειριών ζωής.

Πολλά προγράμματα και υπηρεσίες είναι διαθέσιμα για να υποστηρίξουν άτομα με ποικίλες ανάγκες ώστε να έχουν πρόσβαση στη βοήθεια που χρειάζονται. Στην περιοχή σας ενδέχεται να υπάρχουν εξειδικευμένες υπηρεσίες που απευθύνονται ειδικά σε ομάδες με ειδικές ανάγκες. Μπορείτε να μάθετε περισσότερα μέσω της υπηρεσίας My Aged Care ή ρωτώντας τον αξιολογητή φροντίδας ηλικιωμένων.

Οι πάροχοι υπηρεσιών θα πρέπει να λαμβάνουν υπόψη, να σέβονται και να υποστηρίζουν συγκεκριμένες και ποικίλες ανάγκες κατά την παροχή φροντίδας και υπηρεσιών. Κανένας πάροχος υπηρεσιών δεν πρέπει να κάνει διακρίσεις εις βάρος κανενός, συμπεριλαμβανομένων:

- Αβοριγίνων και Νησιωτών του Πορθμού Torres, συμπεριλαμβανομένων των επιζώντων της Κλεμμένης Γενιάς
- βετεράνων ή χηρών πολέμου
- ατόμων από ποικίλα πολιτισμικά, εθνοτικά και γλωσσικά υπόβαθρα
- οικονομικά ή κοινωνικά μειονεκτούντων ατόμων
- ατόμων που βιώνουν έλλειψη στέγης ή κινδυνεύουν να μείνουν άστεγοι
- γονέων και παιδιών που έχουν χωριστεί λόγω αναγκαστικής υιοθεσίας ή μετακίνησης
- ενήλικων θυμάτων σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών σε ιδρύματα
- Ατόμων που έζησαν σε ιδρύματα φροντίδας [Care Leavers], συμπεριλαμβανομένων των Ξεχασμένων Αυστραλών και πρώην παιδιών-μεταναστών που έχουν τοποθετηθεί σε κέντρα φροντίδας εκτός σπιτιού
- λεσβιών, ομοφυλοφίλων, αμφιφυλοφίλων, τρανς/τρανσέξουαλ ή ίντερσεξ ή άλλου σεξουαλικού προσανατολισμού ή ατόμων με διαφορετικό φύλο ή σωματική ποικιλομορφία
- ατόμων με αναπηρία ή ψυχικά προβλήματα
- νευροδιαφορετικών ανθρώπων
- κωφών, κωφαλάλων, ατόμων με προβλήματα όρασης ή βαρήκων ατόμων
- ατόμων που ζουν σε αγροτικές, απομακρυσμένες ή πολύ απομακρυσμένες περιοχές.

Βοήθεια Υποστήριξης Φροντίδας Πρεσβυτέρων

Το εργατικό δυναμικό Υποστήριξης Φροντίδας Πρεσβυτέρων βοηθά τους ηλικιωμένους Αβορίγινες και τους Νησιώτες του Πορθμού Torres, τις οικογένειές τους και τους φροντιστές τους να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων για την κάλυψη των σωματικών και πολιτισμικών τους αναγκών. Ο Εθνικός Οργανισμός Υγείας που Ελέγχεται από την Κοινότητα των Αβοριγίνων παρέχει αυτό το πρόγραμμα μέσω των συνεργαζόμενων οργανισμών του σε όλη τη χώρα.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program**.

Βοήθεια από υπηρεσία εύρεσης φροντίδας

Οι υπηρεσίες εύρεσης φροντίδας βοηθούν τους ηλικιωμένους που χρειάζονται εντατική βοήθεια να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων και άλλες μορφές υποστήριξης στην κοινότητα. Είναι μια δωρεάν υπηρεσία για ευάλωτα άτομα που δεν έχουν κανέναν άλλον που να μπορεί να τα υποστηρίξει. Αυτό περιλαμβάνει άτομα που:

- δυσκολεύονται στην επικοινωνία λόγω γνωστικών ή γραμματικών προβλημάτων
- δυσκολεύονται να κατανοήσουν πληροφορίες
- διστάζουν να συνεργαστούν με τη φροντίδα ηλικιωμένων ή την κυβέρνηση
- ή βρίσκονται σε επικίνδυνη κατάσταση αν δεν λάβουν υπηρεσίες.

Επισκεφθείτε τον ιστότοπο My Aged Care για να δείτε μια λίστα με τις Υπηρεσίες Εύρεσης Φροντίδας [Care Finders] στην περιοχή σας.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder**.

Ομοσπονδία Συμβουλίων Εθνοτικών Κοινοτήτων Αυστραλίας

Η Ομοσπονδία Συμβουλίων Εθνικών Κοινοτήτων Αυστραλίας (FECCA) είναι ένας εθνικός ανώτατος φορέας που εκπροσωπεί Αυστραλούς από ποικίλα πολιτισμικά και γλωσσικά υπόβαθρα. Η FECCA εργάζεται για να διασφαλίσει ότι κανείς δεν θα μείνει πίσω λόγω πολιτισμικών ή γλωσσικών εμποδίων.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **FECCA.org.au**.

Συνεργάτες στην Πολιτισμικά Κατάλληλη Φροντίδα (PICAC)

Οι PICAC είναι οργανισμοί πολιτειών και επικρατειών που βοηθούν ηλικιωμένα άτομα με πολιτισμική και γλωσσική ποικιλομορφία και τις οικογένειές τους να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με τις δικές τους ανάγκες φροντίδας ηλικιωμένων.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **PICACAlliance.org**.

Τέλος στην κακοποίηση και την κακομεταχείριση των ηλικιωμένων

Η κακοποίηση ηλικιωμένων δεν είναι ποτέ αποδεκτή. Η κακοποίηση μπορεί να είναι σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή συναισθηματική, οικονομική ή παραμέληση. Προκαλεί βλάβη, οδύνη και απώλεια αξιοπρέπειας και σεβασμού. Η κακοποίηση και η κακομεταχείριση ηλικιωμένων αποτελεί παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Αν αντιμετωπίζετε κακοποίηση ή γνωρίζετε κάποιον που μπορεί να έχει υποστεί κακοποίηση, υπάρχει διαθέσιμη βοήθεια και υποστήριξη.

Μιλήστε με κάποιον που εμπιστεύεστε για πληροφορίες ή συμβουλές:

- Δωρεάν κλήση στο 1800ELDERHelp ή στο **1800 353 374**.
- Επισκεφθείτε τη διεύθυνση **Compass.info** για να μάθετε περισσότερα.
- Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, καλέστε το **000**.

Υποστήριξη για φροντιστές

Η υπηρεσία Carer Gateway παρέχει υπηρεσίες και υποστήριξη αυτοπροσώπως, τηλεφωνικά και ηλεκτρονικά σε εθνικό επίπεδο για να βοηθήσει τον φροντιστή σας στον ρόλο του ως φροντιστή.

- Δωρεάν κλήση στο **1800 422 737**, τις καθημερινές μεταξύ 8 π.μ. και 5 μ.μ., και επιλέξτε την επιλογή 1 για να μιλήσετε με τον τοπικό πάροχο υπηρεσιών Carer Gateway.
- Επισκεφθείτε τη διεύθυνση **CarerGateway.gov.au** για πληροφορίες, συμβουλές και ενημερωτικούς πόρους.
- Επισκεφθείτε τον ιστότοπο My Aged Care για περισσότερους πόρους, υπηρεσίες και ομάδες υποστήριξης στη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/For-Carers**.

ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

Βρείτε παρόχους Υποστήριξης Κατ' Οίκον και υπολογίστε το κόστος

Μόλις αξιολογηθείτε ως επιλέξιμοι για υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, χρησιμοποιήστε αυτήν τη λίστα ελέγχου για να σας βοηθήσει να αναζητήσετε παρόχους και να κατανοήσετε πόσα χρήματα μπορεί να χρειαστεί να συνεισφέρετε στο κόστος της φροντίδας σας.

Μετά την αξιολόγηση των αναγκών φροντίδας ηλικιωμένων

- ☐ Θα λάβετε ειδοποίηση της απόφασης μαζί με το ατομικό σας σχέδιο υποστήριξης.

Δημιουργήστε μια σύντομη λίστα παρόχων στην περιοχή σας

- ☐ Χρησιμοποιήστε το εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στον ιστότοπο My Aged Care στη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider** ή καλέστε δωρεάν στο **1800 200 422**.

Υπολογίστε τις εισφορές

- ☐ Χρησιμοποιήστε τον εκτιμητή τελών Υποστήριξης Κατ' Οίκον στον ιστότοπο My Aged Care για να υπολογίσετε το κόστος στη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Support-At-Home-Fee-Estimator**.
- ☐ Αν λαμβάνετε ήδη πληρωμή εισοδηματικής ενίσχυσης βάσει ελέγχου εισοδήματος, ανατρέξτε στην παραπάνω ενότητα: «Πώς μπορώ να λάβω μια αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων;»
- ☐ Αν δεν λαμβάνετε πληρωμή εισοδηματικής ενίσχυσης βάσει ελέγχου εισοδήματος, συμπληρώστε μια αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων μεταβαίνοντας στον ιστότοπο της υπηρεσίας Services Australia στη διεύθυνση **ServicesAustralia.gov.au/Aged-Care-Calculation-Your-Cost-Care**.

Επικοινωνήστε με πιθανούς παρόχους και συζητήστε τι μπορούν να προσφέρουν και πόσο χρεώνουν

- ☐ Πού βρίσκεται ο πάροχος;
- ☐ Προβλέπει για τυχόν ειδικές απαιτήσεις – γλώσσα, πολιτισμό, ποικιλομορφία;
- ☐ Πού και πότε θα μου παρέχει υποστήριξη;
- ☐ Ποιος θα παρέχει τις υπηρεσίες μου;
- ☐ Πόσο θα κοστίσουν η φροντίδα και οι υπηρεσίες;
- ☐ Μπορώ να διαχειρίζομαι μόνος μου τμήματα των υπηρεσιών μου;
- ☐ Ποιους ελέγχους διενεργεί για να διασφαλίσει την ποιότητα των υπηρεσιών;

Συνάψτε μια συμφωνία υπηρεσιών με τον πάροχο της επιλογής σας

* Αν λαμβάνετε πληρωμή εισοδηματικής ενίσχυσης βάσει ελέγχου εισοδήματος, αυτές οι πληροφορίες θα τηρούνται ήδη από την υπηρεσία Services Australia/DVA, επομένως δεν χρειάζεται να κανονίσετε αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων. Αν αυτές οι πληροφορίες δεν τηρούνται και επιλέξετε να μην γίνει η αξιολόγηση του εισοδήματός σας, θα σας ζητηθεί να καταβάλετε τις μέγιστες εισφορές.

ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

Έναρξη υπηρεσιών

Αφού λάβετε την επιστολή κατανομής της χρηματοδότησής σας, μπορείτε να συνάψετε συμφωνία υπηρεσιών με έναν πάροχο Υποστήριξης Κατ' Οίκον και να ξεκινήσετε τις υπηρεσίες.

Χρησιμοποιήστε αυτήν τη λίστα ελέγχου για να σας καθοδηγήσει σ' αυτήν τη διαδικασία.

Λάβετε την επιστολή σας για την κατανομή της χρηματοδότησης για την Υποστήριξη Κατ' Οίκον

Επικοινωνήστε με τον προτιμώμενο πάροχο

- ☐ Πάρτε ένα αντίγραφο του ατομικού σας σχεδίου υποστήριξης και της ειδοποίησης απόφασης.
- ☐ Πάρτε ένα αντίγραφο των αποτελεσμάτων της αξιολόγησης εισοδήματός σας.
Σημείωση: Αν δεν έχετε ολοκληρώσει ακόμη μια αξιολόγηση εισοδήματος, μπορείτε να το κάνετε μεταβαίνοντας στον ιστότοπο της υπηρεσίας Services Australia στη διεύθυνση **ServicesAustralia.gov.au/Aged-Care-Calculation-Your-Cost-Care**.
- ☐ Πάρτε μαζί σας τυχόν σχετικά ιατρικά αρχεία.

Συνάψτε τη συμφωνία υπηρεσιών σας

- ☐ Συμφωνήστε για τις υπηρεσίες και τις τιμές τους.
- ☐ Συμφωνήστε πότε θα ξεκινήσουν οι υπηρεσίες σας.
- ☐ Υπογράψτε τη συμφωνία υπηρεσιών σας.

Ξεκινήστε και διαχειριστείτε τις υπηρεσίες σας

- ☐ Καταρτίστε ένα σχέδιο φροντίδας και επανεξετάστε το όταν απαιτείται, για να βεβαιωθείτε ότι εξακολουθεί να καλύπτει τις ανάγκες σας.
- ☐ Αναπτύξτε έναν εξατομικευμένο προϋπολογισμό.
- ☐ Αν οι ανάγκες σας αλλάξουν, συζητήστε τις με τον πάροχο ή τον συνεργάτη φροντίδας.

ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

Αλλαγή παρόχων

Μπορείτε να αλλάξετε τον πάροχο της Υπηρεσίας Υποστήριξης Κατ' Οίκον ανά πάσα στιγμή, για οποιονδήποτε λόγο – δωρεάν.

Χρησιμοποιήστε αυτήν τη λίστα ελέγχου για να σας καθοδηγήσει στη διαδικασία αλλαγής παρόχων.

Διαβάστε την τρέχουσα συμφωνία υπηρεσιών σας

- ☐ Κατανοήστε τυχόν προϋποθέσεις.

Ξεκινήστε να αναζητάτε νέους παρόχους στην περιοχή σας

- ☐ Χρησιμοποιήστε το εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στον ιστότοπο My Aged Care στη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider** ή καλέστε δωρεάν στο **1800 200 422**.

Επιλέξτε έναν κατάλληλο πάροχο και ελέγξτε ότι μπορεί να σας προσφέρει τις υπηρεσίες που χρειάζεστε εντός του προϋπολογισμού σας

Συμφωνήστε για την ημερομηνία λήξης των υπηρεσιών με τον τρέχοντα πάροχό σας

Σημείωση: πρέπει να δώσετε στον πρώην πάροχό σας μια ακριβή ημερομηνία εξόδου. Είναι επίσης χρήσιμο τόσο για τον παλιό όσο και για τον νέο σας πάροχο να γνωρίζουν με ποιον ήσασταν προηγουμένως και τις ακριβείς ημερομηνίες εισόδου/εξόδου.

Συνάψτε συμφωνία παροχής υπηρεσιών με τον νέο σας πάροχο

- ☐ Συνεργαστείτε με τον πάροχό σας για να διαχειριστείτε τον προϋπολογισμό σας.
- ☐ Συμφωνήστε για την ημερομηνία έναρξης με τον νέο σας πάροχο.
Σημείωση: αυτό πρέπει να γίνει μετά την ημερομηνία λήξης των υπηρεσιών με τον τρέχοντα πάροχό σας.
- ☐ Συνάψτε τη νέα σας συμφωνία υπηρεσιών.

Δώστε στον τρέχοντα πάροχό σας τα στοιχεία του νέου παρόχου το συντομότερο δυνατόν, ώστε να μπορέσει να διαχειριστεί τη μεταφορά του προϋπολογισμού σας

Σημείωση: Αυτό πρέπει να γίνει εντός 28 ημερών από την συμφωνημένη ημερομηνία λήξης.





MyAgedCare.gov.au
1800 200 422