



Australian Government

Greek | Ελληνικά



myagedcare



Ο οδηγός σας για την Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας



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 την Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας

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. Περιλαμβάνει πολλές χρήσιμες πληροφορίες, αλλά ίσως θελήσετε να κάνετε περισσότερη έρευνα για να σας βοηθήσει να πάρετε μια 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 μέσω της Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας.

Θα πρέπει να διαβάσετε αυτό το φυλλάδιο αν έχετε αξιολογηθεί από έναν αξιολογητή φροντίδας ηλικιωμένων ως άτομο που χρειάζεται επανορθωτική φροντίδα που θα σας βοηθήσει να παραμείνετε ανεξάρτητοι.

Μπορείτε επίσης να αποκτήσετε πρόσβαση σε φυλλάδια σχετικά με τους άλλους τύπους υποστήριξης φροντίδας ηλικιωμένων που αναφέρονται παρακάτω στην ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Resources**.



Αυτό το φυλλάδιο:

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.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα MyAgedCare.gov.au/Restorative-Care-Pathway.

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 δουλειές 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 διάλειμμα.

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.

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.

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 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 πολιτείες ή επικράτειες. Αυτή η διαδρομή αποτελεί μέρος του προγράμματος Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Περιεχόμενα

Τι είναι η Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας;	4
Κόστος Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας	8
Οδός πρόσβασης στην Επανορθωτική Φροντίδα	13
1. Επικοινωνήστε με την υπηρεσία My Aged Care	14
2. Κάνετε αξιολόγηση φροντίδας ηλικιωμένων	15
3. Συμφωνήστε σε ένα σχέδιο υποστήριξης	17
4. Διαχείριση των υπηρεσιών σας	19
5. Έξοδος από την Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας	21
Περισσότερη βοήθεια	25

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 η Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας;

Αυτό το φυλλάδιο αφορά τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας, μια βραχυπρόθεσμη οδό που σας βοηθά να ανακτήσετε ή να διατηρήσετε την ανεξαρτησία σας.

Η επανορθωτική φροντίδα επικεντρώνεται στη βελτίωση της καθημερινής λειτουργίας και στη μείωση της ανάγκης για πιο εντατική, συνεχή φροντίδα – ώστε να μπορείτε να συνεχίσετε να κάνετε τις δραστηριότητες που απολαμβάνετε.

Η διαδρομή έχει σχεδιαστεί για:

- την καθυστέρηση ή την πρόληψη της ανάγκης για συνεχιζόμενη φροντίδα στο σπίτι ή μετάβαση σε ανώτερο επίπεδο φροντίδας
- να σας βοηθήσει να επιστρέψετε στις καθημερινές σας δραστηριότητες μόνοι σας
- τη διαχείριση νέων ή μεταβαλλόμενων παθήσεων που σχετίζονται με την ηλικία
- να σας διδάξει τρόπους να παραμείνετε ανεξάρτητοι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα μέσω της εκπαίδευσης για την επανάκτηση ικανοτήτων.

Κατά τη διάρκεια της αξιολόγησης φροντίδας ηλικιωμένων, ο αξιολογητής σας θα συνομιλήσει μαζί σας για να αποφασίσει αν η επανορθωτική φροντίδα μπορεί να σας βοηθήσει να παραμείνετε ανεξάρτητοι. Αν ναι, θα συνεργαστείτε με έναν πάροχο επανορθωτικής φροντίδας για να θέσετε στόχους, να καταρτίσετε ένα σχέδιο και να οργανώσετε υπηρεσίες για την επίτευξη αυτών των στόχων.



Αν πληροίτε τις προϋποθέσεις, θα λάβετε συντονισμένες και εντατικές κλινικές υπηρεσίες, όπως νοσηλευτική και συναφείς υπηρεσίες υγείας.

Κάθε περίοδος παρέχει χρηματοδότηση έως και 6.000 δολαρίων. Μπορείτε να έχετε πρόσβαση σε αυτήν τη χρηματοδότηση δύο φορές (συνολικά έως 12.000 δολάρια) σε μια περίοδο 12 μηνών, είτε ως:

- 2 ξεχωριστές περίοδοι σε διαφορετικές χρονικές περιόδους του έτους (μη συνεχόμενες), είτε ως
- 2 μονάδες χρηματοδότησης εντός μίας περιόδου 16 εβδομάδων, αν εγκριθεί από τον αξιολογητή φροντίδας ηλικιωμένων.

Αν χρειαστεί να αποκτήσετε πρόσβαση σε μη συνεχόμενες περιόδους, θα πρέπει να περιμένετε τουλάχιστον 3 μήνες από την ολοκλήρωση της αρχικής περιόδου.

Δεν υπάρχουν διατάξεις άδειας για την πρόσβαση σε επανορθωτική φροντίδα.



Σχετικά με τη διαδρομή

Μέσω της Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας, μπορείτε να λάβετε έως και 16 συνεχόμενες εβδομάδες εντατικής υποστήριξης συναφών επαγγελματιών υγείας, με επίκεντρο την επίτευξη συγκεκριμένων στόχων ή αποτελεσμάτων. Η διαδρομή απαιτεί ενεργή συμμετοχή και θέληση καθώς εργάζεστε για την αύξηση της λειτουργικότητας για μεγαλύτερη ανεξαρτησία. Αυτό σας βοηθά να καθυστερήσετε την ανάγκη για υψηλότερα επίπεδα βοήθειας φροντίδας ηλικιωμένων.

Η διαδρομή περιλαμβάνει υποστήριξη από μια ομάδα συναφών επαγγελματιών υγείας ή/και νοσηλευτικής, γνωστή ως διεπιστημονική ομάδα (MDT). Η ατομική σας MDT θα αποτελείται από διάφορους επαγγελματίες υγείας, όπως:

- έναν φυσικοθεραπευτή
- έναν εργοθεραπευτή
- έναν νοσηλευτή
- έναν ποδίατρο
- έναν διαιτολόγο.

Ένας επαγγελματίας υγείας (όπως ένας γιατρός ή ένας ειδικός) μπορεί να είναι μέλος της ομάδας, αλλά δεν είναι απαραίτητο. Αν χρειαστεί να επισκεφτείτε έναν γιατρό, το Medicare μπορεί να καλύψει μέρος του κόστους ή μπορεί να χρειαστεί να το πληρώσετε εσείς.

Οι μη συναφείς υπηρεσίες υγείας και νοσηλευτικής θα πρέπει να χρησιμοποιούνται μόνο μέσω της Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας για την επίτευξη συγκεκριμένων αποτελεσμάτων-στόχων.

Διαθέσιμες υπηρεσίες

Οι τύποι υπηρεσιών που διατίθενται μέσω αυτής της οδού θα εξαρτηθούν από τις αξιολογημένες ανάγκες σας. Οι υπηρεσίες θα επιλεγούν με βάση τις επιθυμίες σας, αλλά πρέπει να προέρχονται από τη λίστα υπηρεσιών Υποστήριξης Κατ' Οίκον.

Μάθετε περισσότερα σχετικά με τις διαθέσιμες υπηρεσίες στη λίστα υπηρεσιών Υποστήριξης Κατ' Οίκον: **[Health.gov.au/Support-at-Home-Service-List](https://www.health.gov.au/support-at-home-service-list)**.

Υποστηρικτική τεχνολογία και μικρές τροποποιήσεις στο σπίτι μπορούν επίσης να παρασχεθούν ως μέρος της επανορθωτικής φροντίδας, αν ο αξιολογητής φροντίδας ηλικιωμένων κρίνει ότι αυτό απαιτείται. Αυτό θα παρέχεται μέσω του προγράμματος Υποστηρικτικής Τεχνολογίας και Τροποποιήσεων Κατοικίας (AT-HM).

Μάθετε περισσότερα για το πρόγραμμα AT-HM: **[MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Programs/Assistive-Technology-And-Home-Modifications-Scheme](https://www.myagedcare.gov.au/aged-care-programs/assistive-technology-and-home-modifications-scheme)**.

Αν λαμβάνετε ήδη συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, εξακολουθείτε να έχετε πρόσβαση στη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας. Για παράδειγμα, μπορεί να λάβετε συναφείς υπηρεσίες υγείας στο πλαίσιο της πορείας ανάρρωσης από μια πτώση, ενώ παράλληλα θα εξακολουθείτε να λαμβάνετε υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, όπως ο καθαρισμός του σπιτιού.

Ωστόσο, μόνο ένας πάροχος Υποστήριξης Κατ' Οίκον μπορεί να παρέχει τις υπηρεσίες σας – δεν μπορείτε να χρησιμοποιήσετε δύο διαφορετικούς παρόχους για συνεχείς υπηρεσίες και τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας. Αν ο τρέχων πάροχος σας δεν προσφέρει τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας, θα χρειαστεί να αλλάξετε πάροχο τόσο για τις τρέχουσες όσο και για τις επανορθωτικές υπηρεσίες σας.

Εξαιρέσεις επιλεξιμότητας

Δεν δικαιούστε επανορθωτική φροντίδα αν:

- λαμβάνετε ή πληροίτε τα κριτήρια για να λάβετε τη Διαδρομή Τέλους Ζωής (ή χρειάζεστε παρηγορητική φροντίδα)
- είχατε πρόσβαση σε δύο ξεχωριστές περιόδους ή δύο μονάδες χρηματοδότησης για την επανορθωτική φροντίδα μέσω της Υποστήριξης Κατ' Οίκον τους τελευταίους 12 μήνες (ή λάβατε τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας τις τελευταίες 90 ημέρες)
- λαμβάνετε ή δικαιούστε να λάβετε υπηρεσίες του Προγράμματος Μεταβατικής Φροντίδας (με παραμονή σε νοσοκομείο ή παρόμοιο)
- λαμβάνετε μόνιμη φροντίδα ηλικιωμένων σε οίκο ευγηρίας.



Κόστος Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας

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

Θα σας ζητηθεί να συνεισφέρετε μόνο σε υπηρεσίες που έχετε λάβει. Για παράδειγμα, αν έχετε βοήθεια με τις μετακινήσεις σας, θα συνεισφέρετε σε ένα μέρος του συνολικού κόστους.

Η κυβέρνηση θα χρηματοδοτήσει πλήρως την κλινική περίθαλψη, όπως τη νοσηλευτική και τη φυσικοθεραπεία. Δεν θα χρειαστεί να καταβάλετε κάποια εισφορά γι' αυτές τις υπηρεσίες.

Το ποσό που θα σας ζητηθεί να συνεισφέρετε θα εξαρτηθεί από την αξιολόγηση του εισοδήματος και των περιουσιακών σας στοιχείων από την υπηρεσία Services Australia. Ο πάροχός σας μπορεί να σας βοηθήσει να κατανοήσετε τις εισφορές σας. Εξαρτάται επίσης από το καθεστώς σύνταξης γήρατος και από το να έχετε Κοινοπολιτειακή Κάρτα Υγείας Ηλικιωμένων (CSHC).

Αυτός ο πίνακας συνοψίζει τις τυπικές συνεισφορές του προγράμματος Υποστήριξη στο Σπίτι:

	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%

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-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.

Διαβάστε το ενημερωτικό δελτίο συνεισφορών των συμμετεχόντων στην Υποστήριξη Κατ' Οίκον για περισσότερες πληροφορίες στη διεύθυνση **Health.gov.au/Resources/Publications/Support-At-Home-Program-Participant-Contributions**.

Πώς μπορώ να λάβω μια αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων;

Αν λαμβάνετε ήδη πλήρη ή μερική σύνταξη από την υπηρεσία Services Australia ή το Υπουργείο Υποθέσεων Βετεράνων (DVA), δεν θα χρειαστεί να υποβάλετε αίτηση για αξιολόγηση εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων. Ο αρμόδιος φορέας θα χρησιμοποιήσει τις υπάρχουσες οικονομικές πληροφορίες για να καθορίσει τις συνεισφορές σας. Θα πρέπει να βεβαιωθείτε ότι τα οικονομικά σας στοιχεία είναι επικαιροποιημένα πριν από την έναρξη των υπηρεσιών φροντίδας ηλικιωμένων.

Αν δεν λαμβάνετε σύνταξη ή είστε αυτοχρηματοδοτούμενος συνταξιούχος, οι εισφορές σας θα καθοριστούν μέσω αξιολόγησης εισοδήματος και περιουσιακών στοιχείων. Αν δεν υποβάλετε αίτηση, ο πάροχός σας μπορεί να σας ζητήσει να πληρώσετε το μέγιστο κόστος μέχρι να φτάσετε το όριο εφ' όρου ζωής.

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 στο **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**.

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**.

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.

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με τις χρεώσεις και τις εισφορές φροντίδας ηλικιωμένων, επισκεφθείτε ένα κέντρο εξυπηρέτησης της υπηρεσίας Services Australia ή κλείστε ραντεβού στο διαδίκτυο για ένα δωρεάν 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**.

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. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **ServicesAustralia.gov.au/Financial-Information-Service**.

Τι μπορούν να χρεώνουν οι πάροχοι

Οι τιμές για τις υπηρεσίες επανορθωτικής φροντίδας πρέπει να αντικατοπτρίζουν το κόστος παροχής της υπηρεσίας, συμπεριλαμβανομένων τυχόν διοικητικών ή ταξιδιωτικών τελών. Αυτές οι τιμές πρέπει να είναι λογικές και δικαιολογημένες.

Μπορείτε να χρεωθείτε μόνο για τις υπηρεσίες που λαμβάνετε και δεν μπορείτε να χρεωθείτε με τέλη για κλινική περίθαλψη ή για τη σύναψη και τη λήξη συμφωνίας με έναν πάροχο.

Ένας πάροχος πρέπει να είναι σε θέση να εξηγήσει τις τιμές του για συγκεκριμένες υπηρεσίες και να τις τεκμηριώσει στη συμφωνία υπηρεσιών σας.

Αν οι τιμές ή οι υπηρεσίες αλλάξουν, εσείς ή ο επίσημος υποστηρικτής σας πρέπει να συμφωνήσετε με την αλλαγή και να υπογράψετε νέα συμφωνία (αν δεν έχετε ήδη συμφωνήσει). Αν δεν συμφωνείτε με την τιμολόγηση, δεν χρειάζεται να υπογράψετε συμφωνία – αλλά πρέπει να υπάρχει συμφωνία για να λάβετε τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας.

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

[Health.gov.au/Resources/Publications/Summary-Of-Indicative-Support-At-Home-Prices](https://www.health.gov.au/resources/publications/summary-of-indicative-support-at-home-prices).

Το κόστος των παρόχων είναι επίσης διαθέσιμο στο εργαλείο «Εύρεση παρόχου» στον ιστότοπο της υπηρεσίας My Aged Care: **[MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider](https://www.mylagedcare.gov.au/find-a-provider)**.

Μάθετε περισσότερα σχετικά με τα δικαιώματα και την προστασία των καταναλωτών στην «Προστασία καταναλωτών για τις τιμές της Υποστήριξης στο Σπίτι – ενημερωτικό δελτίο για τους συμμετέχοντες»:

[Health.gov.au/Resources/Publications/Consumer-Protections-For-Support-At-Home-Prices-Fact-Sheet-For-Participants](https://www.health.gov.au/resources/publications/consumer-protections-for-support-at-home-prices-fact-sheet-for-participants).



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. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε τη διεύθυνση **MyAgedCare.gov.au/Financial-Hardship-Assistance**.

Μπορείτε επίσης να ανατρέξετε στην ενότητα Περισσότερες Πληροφορίες στο τέλος αυτού του φυλλαδίου.

Οδός πρόσβασης στην Επανορθωτική Φροντίδα

1

Επικοινωνήστε με την
υπηρεσία My Aged Care

2

Κάνετε μια αξιολόγηση
φροντίδας ηλικιωμένων

3

Συμφωνήστε σε ένα σχέδιο
υποστήριξης

4

Διαχειριστείτε τις
υπηρεσίες σας

5

Αποχωρήστε από την Διαδρομή
Επανορθωτικής Φροντίδας



Η υπηρεσία My Aged Care είναι το σημείο όπου διαχειρίζεστε τις υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων που χρηματοδοτούνται από την Αυστραλιανή Κυβέρνηση. Μπορείτε να έχετε πρόσβαση στην υπηρεσία My Aged Care διαδικτυακά, τηλεφωνικά ή αυτοπροσώπως.

Πρέπει να αξιολογηθείτε για να έχετε πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδα ηλικιωμένων. Αν δεν έχετε ήδη αξιολογηθεί, μπορείτε να υποβάλετε αίτηση με τρεις τρόπους:



Διαδικτυακά

Η ηλεκτρονική φόρμα αίτησης είναι γρήγορη και εύκολη στη χρήση. Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή ελέγχου επιλεξιμότητας πριν από την υποβολή αίτησης.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα **MyAgedCare.gov.au/Apply-Online**.



Τηλεφωνικά

Καλέστε την υπηρεσία My Aged Care για να συζητήσετε τις ανάγκες σας και να συμπληρώσετε την αίτηση για αξιολόγηση μέσω τηλεφώνου. Το τηλεφωνικό κέντρο είναι ανοιχτό από τις 8 π.μ. έως τις 8 μ.μ. τις καθημερινές και από τις 10 π.μ. έως τις 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 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**.

Τα κέντρα εξυπηρέτησης της υπηρεσίας Services Australia είναι ανοιχτά τις καθημερινές από τις 8 π.μ. έως τις 5 μ.μ.

Δωρεάν κλήση στο **1800 227 475**.

Κατά τη διάρκεια της αξιολόγησης, θα ερωτηθείτε για τις καθημερινές σας δραστηριότητες, τις ανάγκες και τις προτιμήσεις σας. Θα σας ρωτήσουν επίσης τι μπορείτε να κάνετε καλά, με τι χρειάζεστε βοήθεια και τι θέλετε να είστε σε θέση να κάνετε.

Ενδέχεται να ερωτηθείτε για το ιατρικό σας ιστορικό – ιατρικά αρχεία ή αναφορές μπορούν να βοηθήσουν τον αξιολογητή σας να λάβει αποφάσεις, εφόσον συναινέσετε να τα προσκομίσετε.

Ο αξιολογητής σας θα πρέπει να συζητήσει μαζί σας επιλογές με βάση τις ανάγκες σας που προσδιορίστηκαν κατά την αξιολόγηση, συμπεριλαμβανομένης της επιλεξιμότητάς σας για την Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας. Μπορείτε επίσης να σκεφθείτε αν ο τρέχων πάροχος Υποστήριξης Κατ' Οίκον σάς παρέχει τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας ή αν χρειάζεται να βρείτε έναν νέο.

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. Αν έχετε λάβει έγκριση για υπηρεσίες, το σχέδιο υποστήριξής σας θα επισυναφθεί στην επιστολή σας. Το σχέδιο υποστήριξής σας θα καθοδηγήσει τη φροντίδα που χρειάζεστε για να ανακτήσετε τις ικανότητές σας ή να αποτρέψετε περαιτέρω επιδείνωση.

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

Υποστήριξη κατά τη διαδικασία αξιολόγησης

Μπορεί να θέλετε να έχετε ένα μέλος της οικογένειας, έναν φίλο ή έναν φροντιστή στην αξιολόγηση για να σας υποστηρίξει.

Το άτομο υποστήριξής σας μπορεί να είναι ο επίσημος υποστηρικτής σας – έχει καθήκοντα που πρέπει να τηρεί όταν σας υποστηρίζει στη λήψη αποφάσεων. Μάθετε περισσότερα σχετικά με τους επίσημους υποστηρικτές στην ενότητα Περισσότερων Πληροφοριών αυτού του ενημερωτικού πόρου.

Αν είστε Αβορίγινας ή/και Νησιώτης των Νήσων του Πορθμού Torres, ίσως θελήσετε να έχετε την υποστήριξη ενός εργαζομένου Υποστήριξης Φροντίδας Ηλικιωμένων κατά την αξιολόγηση ή να μιλήσει εκ μέρους σας.

Θα πρέπει να ενημερώσετε τον αξιολογητή σας πριν από την αξιολόγησή σας αν χρειάζεστε μεταφραστική ή διερμηνεία – μπορεί να οργανώσει δωρεάν υπηρεσίες για την υποστήριξή σας.

Αν δεν είναι δυνατή η προσωπική αξιολόγηση, ο αξιολογητής φροντίδας ηλικιωμένων μπορεί να κανονίσει την αξιολόγηση τηλεφωνικώς ή μέσω βιντεοκλήσης. Αυτό μπορεί να συμβεί αν βρίσκεστε σε απομακρυσμένη περιοχή ή αν υπάρχουν εξαιρετικές περιστάσεις (όπως κάποιο καιρικό φαινόμενο).

Καταγγελίες αξιολόγησης

Αν έχετε ανησυχίες σχετικά με την αξιολόγησή σας, προσπαθήστε να μιλήσετε πρώτα με τον αξιολογητή φροντίδας ηλικιωμένων. Οι οργανισμοί αξιολόγησης φροντίδας ηλικιωμένων έχουν θεσπίσει διαδικασίες υποβολής καταγγελιών και θα συνεργαστούν μαζί σας για να αντιμετωπίσουν τις ανησυχίες σας.

Αν εσείς και ο αξιολογητής φροντίδας ηλικιωμένων δεν μπορείτε να επιλύσετε το πρόβλημα ή αισθάνεστε άβολα να τον προσεγγίσετε απευθείας, επικοινωνήστε με την υπηρεσία My Aged Care με δωρεάν κλήση στο **1800 200 422**.

Μπορείτε επίσης να ασκήσετε έφεση κατά μιας απόφασης ή να υποβάλετε καταγγελία. Ανατρέξτε στην ενότητα *Περισσότερων Πληροφοριών* αυτού του ενημερωτικού πόρου για να μάθετε περισσότερα.

Κατά τη διάρκεια της αξιολόγησής σας, ο αξιολογητής σας θα συνεργαστεί μαζί σας για να καταρτίσει ένα εξατομικευμένο σχέδιο υποστήριξης. Το σχέδιο υποστήριξής σας θα προσαρμοστεί στις ανάγκες σας και θα αναπτυχθεί για να μεγιστοποιήσει την ανεξαρτησία και την ποιότητα ζωής σας. Το σχέδιο υποστήριξής σας θα εξηγήει για ποιες υπηρεσίες έχετε εγκριθεί.

Αν εγκριθείτε για την Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας, το σχέδιο υποστήριξής σας θα χρησιμοποιηθεί από τον πάροχό σας για την κατάρτιση ενός σχεδίου στόχων που θα σας βοηθήσει να ολοκληρώσετε την περίοδο επανορθωτικής φροντίδας σας.

Αν έχετε ήδη πρόσβαση σε τρέχουσες υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, θα πρέπει να ελέγξετε αν ο πάροχός σας παρέχει τη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας. Διαφορετικά, ίσως χρειαστεί να βρείτε άλλον πάροχο, καθώς οι υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον μπορούν να παρέχονται μόνο από έναν πάροχο.

Αν δεν λαμβάνετε ήδη συνεχείς υπηρεσίες Υποστήριξης Κατ' Οίκον, θα πρέπει να επιλέξετε έναν πάροχο εντός 56 ημερών από την έγκρισή σας ή 84 ημερών με παράταση. Θα πρέπει να λάβετε υπ' όψη τι είναι σημαντικό για εσάς όταν επιλέγετε έναν πάροχο, όπως:

- 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 να πετύχω τους στόχους μου και να προωθήσω την ανεξαρτησία 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;

Δοκιμάστε να μιλήσετε με φίλους, συγγενείς ή τον γιατρό σας σχετικά με το ποιον πάροχο σάς συνιστούν. Η τοπική σας πολυπολιτισμική ομάδα, ο οργανισμός Αβοριγίνων και Νησιωτών του Πορθμού Torres ή η κοινοτική ομάδα ενδέχεται επίσης να έχουν πολύτιμες συμβουλές για την κάλυψη των αναγκών σας.

Καθορισμός στόχων

Ο πάροχός σας θα έχει ένα μέλος του προσωπικού αφιερωμένο στη φροντίδα σας στο πλαίσιο της Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας – **αυτό το άτομο ονομάζεται συνεργάτης επανορθωτικής φροντίδας**. Θα είναι ένας εξειδικευμένος νοσηλευτής ή συναφής επαγγελματίας υγείας που θα σας βοηθήσει να σχεδιάζετε στόχους, να διαχειρίζεστε υπηρεσίες και να λαμβάνετε αποφάσεις, και θα σας υποστηρίξει για να μάθετε πώς μπορείτε να βοηθήσετε τον εαυτό σας να παραμείνει ανεξάρτητος για όσο το δυνατόν περισσότερο.

Ο συνεργάτης επανορθωτικής φροντίδας θα συνεργαστεί μαζί σας χρησιμοποιώντας το σχέδιο υποστήριξής σας για να δημιουργήσει ένα σχέδιο στόχων. Οι στόχοι σας θα πρέπει να είναι συγκεκριμένοι, μετρήσιμοι και εφικτοί εντός της βραχυπρόθεσμης περιόδου έως και 16 εβδομάδων. Ο συνεργάτης σας στην επανορθωτική φροντίδα θα σας βοηθήσει να επανεξετάζετε τακτικά το σχέδιο στόχων σας, για να διασφαλίζει ότι οι υπηρεσίες και οι μορφές υποστήριξής σας εξακολουθούν να σας βοηθούν να επιτύχετε τους στόχους σας. Μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να προσαρμόσετε το πρόγραμμά σας ή να οργανώσετε τις τρέχουσες υπηρεσίες, όπως χρειάζεται. Το σχέδιο στόχων σας θα πρέπει να είναι εξατομικευμένο, ώστε να σας υποστηρίξει στην ανάκτηση της λειτουργικότητάς σας και να σας βοηθά να μάθετε πώς να συνεχίσετε να είστε ανεξάρτητοι.

Αυτά θα καταγραφούν στο σχέδιο στόχων σας, μαζί με τις υπηρεσίες που θα λάβετε και που θα σας βοηθήσουν να τους επιτύχετε.

Η συμφωνία σχεδίου στόχων/υπηρεσιών θα έχει:

- την ημερομηνία έναρξης και την εκτιμώμενη ημερομηνία λήξης της περιόδου
- τις ανάγκες, τους στόχους, τις προτιμήσεις και τις υπάρχουσες υποστηρίξεις σας
- μια λίστα με οποιεσδήποτε άλλες υπηρεσίες ή υποστηρίξεις λαμβάνετε που θα σας βοηθήσουν να επιτύχετε τον στόχο σας
- τυχόν κινδύνους που εντοπίστηκαν στην αξιολόγησή σας
- τις υπηρεσίες που θα παρασχεθούν, συμπεριλαμβανομένης της διαχείρισης της επανορθωτικής φροντίδας, καθώς και τη συχνότητα και τις αναμενόμενες ημερομηνίες
- πρόσβαση στον εξατομικευμένο προϋπολογισμό σας
- λεπτομέρειες τακτικής επανεξέτασης
- πώς σχεδιάζετε να βγείτε από τη διαδρομή.

Ο συνεργάτης σας στην επανορθωτική φροντίδα θα επικοινωνεί τακτικά μαζί σας για να εξετάζει την πρόοδό σας και να συζητά πώς εργάζεστε για την επίτευξη των στόχων σας. Μπορεί να παρέχει υποστήριξη και να επιλύει προβλήματα και κινδύνους καθώς προκύπτουν.

Μπορεί επίσης να σας προτείνει επιλογές που δεν αποτελούν μέρος της Διαδρομής Επανορθωτικής Φροντίδας, όπως κοινοτικά προγράμματα υγείας ή άσκησης, για την υποστήριξη της ανεξαρτησίας σας.

Τι να περιμένετε από τους παρόχους υπηρεσιών

Η διεπιστημονική σας ομάδα και οι πάροχοι υπηρεσιών θα πρέπει να σας υποστηρίζουν ώστε να κάνετε όσο το δυνατόν περισσότερα και να σας βοηθούν να επιτύχετε τους στόχους σας.

Θα πρέπει να παρέχουν υπηρεσίες για τις οποίες είναι πιστοποιημένοι, προσαρμοσμένες στις μοναδικές σας περιστάσεις και να συνεργάζονται μαζί σας, την οικογένειά σας, τους φίλους και τους φροντιστές σας. Πρέπει να σέβονται τις πεποιθήσεις, τον πολιτισμό και τον τρόπο ζωής σας. Οι πάροχοι πρέπει να παρέχουν μόνο υπηρεσίες που έχουν εγκριθεί για εσάς στο σχέδιο υποστήριξής σας.

Αλλαγή των αναγκών φροντίδας

Η Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας δεν έχει σχεδιαστεί για μακροχρόνια φροντίδα. Αν οι ανάγκες σας αλλάξουν ή ενδέχεται να μην είστε σε θέση να επιτύχετε τους στόχους σας, θα πρέπει να μιλήσετε με τον συνεργάτη της επανορθωτικής φροντίδας σας. Θα πρέπει να ενημερώσετε τον συνεργάτη επανορθωτικής φροντίδας αν έχετε κάποια αλλαγή στις περιστάσεις σας, όπως κάποια πτώση ή άλλο συμβάν, που επηρεάζει τη συμμετοχή σας στην περίοδο επανορθωτικής φροντίδας.

Ο πάροχος ή ο συνεργάτης σας στην επανορθωτική φροντίδα μπορεί επίσης να μιλήσει μαζί σας αν πιστεύει ότι οι ανάγκες σας έχουν αλλάξει ή αν ενδέχεται να μην είστε σε θέση να επιτύχετε τους στόχους σας.

Μόλις έχετε μια σαφή εικόνα για τις νέες σας ανάγκες, θα σας δοθούν επιλογές σχετικά με τη φροντίδα και τις υπηρεσίες που σας ταιριάζουν καλύτερα. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει συνεχείς υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων. Αυτό σημαίνει ότι θα χρειαστεί να ζητηθεί επαναξιολόγηση.

Αλλαγή παρόχων

Μπορείτε να αλλάξετε παρόχους ανά πάσα στιγμή. Αν θέλετε να αλλάξετε τον πάροχό σας, θα πρέπει πρώτα να μιλήσετε με τον τρέχοντα πάροχό σας. Δεν μπορείτε να χρεωθείτε τέλη εισόδου ή εξόδου για την αλλαγή παρόχου. Οι διατάξεις περί άδειας δεν ισχύουν στη Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας, επομένως η ημερομηνία λήξης της περιόδου σας θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψη κατά την αλλαγή παρόχου.

Διαχείριση φροντίδας

Ο προϋπολογισμός επανορθωτικής φροντίδας σας θα περιλαμβάνει το κόστος διαχείρισης φροντίδας που εφαρμόζεται από τον πάροχό σας. Η διαχείριση της φροντίδας μπορεί να περιλαμβάνει τον προγραμματισμό στόχων, τη διαχείριση προϋπολογισμών, την αξιολόγηση της προόδου σας και την υποστήριξή σας για να ανακτήσετε την ικανότητά σας. Μπορεί επίσης να περιλαμβάνει υποστήριξη που θα σας βοηθήσει να μάθετε περισσότερα για το πώς να παραμένετε ανεξάρτητοι και να λαμβάνετε τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα σας.

Αυτές οι δραστηριότητες εκτελούνται γενικά από τον συνεργάτη επανορθωτικής φροντίδας.



Ο συνεργάτης σας στην επανορθωτική φροντίδα θα σας βοηθήσει να σχεδιάσετε την έξοδό σας από αυτήν την οδό σε ένα **σχέδιο εξόδου**. Αυτό το σχέδιο θα πρέπει να ξεκινά από την αρχή της περιόδου σας και να περιλαμβάνει:

- υπηρεσίες που λάβατε
- στόχους που θέσατε και αν επιτεύχθηκαν
- τυχόν συστάσεις από την διεπιστημονική σας ομάδα
- αν χρειάζεστε επαναξιολόγηση ή αν δεν χρειάζεστε περαιτέρω υποστήριξη.

Θα πρέπει να φυλάξετε το αντίτυπο του σχεδίου εξόδου σας, καθώς μπορεί να σας φανεί χρήσιμο αν χρειαστείτε συνεχή φροντίδα αργότερα ή αν επιλέξετε να έχετε πρόσβαση σε άλλες υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων.

Όταν βγείτε από την Διαδρομή Επανορθωτικής Φροντίδας, ενδέχεται να υποβληθείτε σε επαναξιολόγηση αν αλλάξουν οι ανάγκες φροντίδας σας. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την πρόσβαση σε συνεχείς υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων.

Αν λαμβάνετε ήδη συνεχιζόμενες υπηρεσίες, αυτό θα καθορίσει αν χρειάζεστε υψηλότερη κατάταξη.

Τα νόμιμα δικαιώματα και οι ευθύνες σας

Σύμφωνα με τον Νόμο περί Φροντίδας Ηλικιωμένων, τα δικαιώματά σας βρίσκονται στο επίκεντρο της φροντίδας σας. 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 υποβάλλει ερωτήσεις ή να ενεργεί εκ μέρους σας στην υπηρεσία Services Australia ή στο 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 του 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 Νόμο περί Φροντίδας Ηλικιωμένων, όλοι οι πάροχοι οφείλουν να διαθέτουν σύστημα και διαδικασία διαχείρισης παραπόνων. 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 υποστηρίζουν τις ανάγκες των ηλικιωμένων, όπως για παράδειγμα: το Συμβούλιο Πρεσβυτέρων Φροντίδας Ηλικιωμένων, Συμβούλιο για τη Γήρανση (COTA), το Εθνικό Συμβουλευτικό ή Επιτροπή Φροντίδας Ηλικιωμένων και το Δίκτυο Συνηγόρων 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 την ιστοσελίδα **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 βαρήκοων 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 Εθνικών 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**.





MyAgedCare.gov.au
1800 200 422