Australian Government

myagedcare

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਗਾਈਡ

Support at Home

ਨਵੰਬਰ 2025

ਕੌਮਨਵੈਲਥ ਕੋਟ ਆਫ਼ ਆਰਮਜ਼ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਹੋਰ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਉਲੇਖ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਾਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਕ੍ਰੀਏਟਿਵ ਕੌਮਨਜ਼ ਐਟ੍ਰਿਬਿਊਸ਼ਨ 4.0 ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ **(CreativeCommons.org/Licenses/By/4.0/)** ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੇ ਅਧੀਨ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੀਆਂ ਸੰਬੰਧਤ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਕ੍ਰੀਏਟਿਵ ਕੌਮਨਜ਼ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜੋ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਲਿੰਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ CC BY 4.0 ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਲਾਇਸੈਂਸ **(CreativeCommons.org/Licenses/By/4.0/LegalCode)** ਲਈ ਪੂਰਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕੋਡ ਵੀ ਉਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ‘ਤੇ Department of Health, Disability and Ageing [ਸਿਹਤ, ਅਪੰਗਤਾ ਅਤੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਭਾਗ] ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਗਾਈਡ

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਇਸ ਲਾਇਸੈਂਸ ਅਤੇ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਬੰਧੀ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਇਸ ਈਮੇਲ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ: **Communication.AgedCare@health.gov.au**।

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ **MyAgedCare.gov.au** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲਈ ਹੋਰ ਖੋਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ 1 ਨਵੰਬਰ 2025 ਤੱਕ ਤਾਜ਼ਾ ਹੈ।

ਕੀ ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ?

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ (Restorative Care Pathway) ਰਾਹੀਂ ਕਿਵੇਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਸੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਵਲੋਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲਈ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਜ਼ਰੂਰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਤਾਬਚਿਆਂ ਤੱਕ ਵੀ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ **MyAgedCare.gov.au/Resources** 'ਤੇ।

ਕੀ ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ?

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ

'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ 'ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ' ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ/ਨਰਸਿੰਗ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਮਾਰਗ ਹੈ। ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **MyAgedCare.gov.au/Restorative-Care-Pathway**।

ਘਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ-ਪੱਧਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ

ਕੌਮਨਵੈਲਥ ਹੋਮ ਸਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (CHSP) ਰਾਹੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਜਾਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਆਵਾਜਾਈ, ਖ਼ਰੀਦਦਾਰੀ, ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਅਸਥਾਈ ਰਾਹਤ ਲੈਣ ਲਈ ਰੈਸਪਾਈਟ ਕੇਅਰ ਲਈ ਵੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀ ਮਿਲੇਗੀ।

CHSP 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ, ਪਰ 1 ਜੁਲਾਈ 2027 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ। CHSP ਘੱਟ-ਪੱਧਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ।

ਘਰ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ

ਇਹ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' (Support at Home) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਸਰਗਰਮ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉੱਚ ਪੱਧਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਲੋੜਾਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਮੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹੂਲਤ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਰੈਸਪਾਈਟ ਕੇਅਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੀਵਨ ਦੇ ਆਖ਼ਰੀ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

ਜੀਵਨ ਦੇ ਆਖ਼ਰੀ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਮਾਰਗ (End-of-Life Pathway) ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ 3 ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਬਚਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼-ਅਧਾਰਿਤ ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਦੇਖਭਾਲ (ਅੰਤਿਮ ਚਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਲ) ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਪੂਰਕ ਵਜੋਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵਧੀਕ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਹ ਤਰੀਕਾ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਕੀ ਹੈ?	4
ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ	8
ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ	13
1. My Aged Care ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ	14
2. ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਓ	15
3. ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੋ	17
4. ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ	19
5. ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ	21
ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ	25

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ

ਪਿਛਲੇ ਕੁੱਝ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਰੌਇਲ ਕਮਿਸ਼ਨ [Royal Commission into Aged Care Quality and Safety] ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਸ਼ਾਲ-ਪੱਧਰੀ ਸੁਧਾਰਾਂ ਨੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆ ਕੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਵਧਾਈ ਹੈ।

ਉੱਚ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

Aged Care Act 2024 (ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਨੂੰਨ 2024)ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸੁਧਾਰ ਲੈ ਕੇ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਨਿਯਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣਗੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਭਰੋਸਾ, ਕੰਟਰੋਲ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਰਸਤਾ ਹੈ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਤੀਬਰ, ਨਿਰੰਤਰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ - ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਮਾਰਗ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

- ਘਰ ਵਿੱਚ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਜਾਂ ਉੱਚ-ਸਤਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਟਾਲਣਾ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਤੋਂ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਖੁਦ ਕਰਨ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣਾ
- ਉਮਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਵੇਂ ਜਾਂ ਬਦਲ ਰਹੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਰੀਏਬਲਮੈਂਟ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਦੋਬਾਰਾ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ) ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸਿਖਾਉਣਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੀਚੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ, ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋਗੇ।

ਜੇਕਰ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਰਸਿੰਗ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਵਰਗੀਆਂ ਤਾਲਮੇਲ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਕਲੀਨੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਹਰੇਕ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਐਪੀਸੋਡ ਲਈ $6,000 ਤੱਕ ਦੀ ਰਕਮ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਰਕਮ ਨੂੰ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ (ਕੁੱਲ $12,000 ਤੱਕ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ:

- ਸਾਲ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ 2 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਐਪੀਸੋਡ (ਲਗਾਤਾਰ ਨਹੀਂ), ਜਾਂ
- ਜੇਕਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਦੁਆਰਾ ਮੰਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ 16-ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੋਨੋਂ ਵਾਰ ਦੀ ਰਕਮ ਇਕੱਠੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਐਪੀਸੋਡਾਂ ਤਹਿਤ ਰਕਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲੇ ਐਪੀਸੋਡ ਦੇ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਮਹੀਨੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕੋਈ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਰਾਹੀਂ, ਤੁਸੀਂ ਖ਼ਾਸ ਟੀਚਿਆਂ ਜਾਂ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਉੱਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ 16 ਲਗਾਤਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਮਾਰਗ ਲਈ ਸਰਗਰਮ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਧਾਉਣ ਵੱਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਚ ਪੱਧਰੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਮਾਰਗ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਰਸਿੰਗ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਬਹੁ-ਵਿਭਾਗੀ ਟੀਮ (ਮਲਟੀਡਿਸਿਪਲਿਨਰੀ ਟੀਮ, MDT) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ MDT ਵਿੱਚ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ
- ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਥੈਰੇਪਿਸਟ
- ਨਰਸ
- ਪੋਡੀਆਟ੍ਰਿਸਟ (ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਮਾਹਰ)
- ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ (ਖ਼ੁਰਾਕ ਮਾਹਰ)।

ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਮਾਹਰ) ਟੀਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਕੁੱਝ ਖ਼ਰਚੇ ਪੂਰੇ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਖ਼ੁਦ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਰਾਹੀਂ ਗ਼ੈਰ-ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਟੀਚੇ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਣ।

ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਇਸ ਮਾਰਗ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤੀਆਂ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਨਾਲ ਚੁਣੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ, ਪਰ ਇਹ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਣੀਆਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ।

ਇੱਥੇ ਜਾ ਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ ਕਿ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: **Health.gov.au/Support-at-Home-Service-List**।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਸਹਾਇਕ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਛੋਟੇ ਬਦਲਾਅ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਸਹਾਇਕ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੀ' (Assistive Technology and Home Modifications, AT-HM) ਸਕੀਮ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਇੱਥੇ ਜਾ ਕੇ AT-HM ਸਕੀਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: **MyAgedCare.gov.au/Aged-Care-Programs/Assistive-Technology-And-Home-Modifications-Scheme**।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲਈ ਇਸ ਮਾਰਗ ਹੇਠ ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਘਰ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਵਰਗੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਹੀ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਲਈ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਦਾਤਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਮੌਜੂਦਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਦੋਹਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਹੀ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਛੋਟਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ **ਅਯੋਗ** ਹੋ ਜਾਓਗੇ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ:

- ਜੀਵਨ ਦੇ ਆਖ਼ਰੀ ਸਮੇਂ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ (ਜਾਂ ਪੈਲੀਏਟਿਵ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ)
- ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਐਪੀਸੋਡ ਜਾਂ ਫੰਡਿੰਗ ਦੇ ਦੋ ਯੂਨਿਟਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੋ (ਜਾਂ ਪਿਛਲੇ 90 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ)
- ਤੁਸੀਂ ਟ੍ਰਾਂਜੀਸ਼ਨ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ (ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਰਗੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ)
- ਸਥਾਈ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫ਼ਤ ਮਿਲਣਗੀਆਂ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੀਆਂ ਹੋਣ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੁੱਲ ਲਾਗਤ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਭਰੋਗੇ।

ਨਰਸਿੰਗ ਜਾਂ ਫਿਜੀਓਥੈਰੇਪੀ ਵਰਗੀਆਂ ਕਲੀਨੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਫ਼ੰਡ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ Services Australia ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਬੁਢਾਪਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੌਮਨਵੈਲਥ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ (CSHC) ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਸ 'ਤੇ ਵੀ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਾਰਣੀ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਮਿਆਰੀ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਦਾ ਸਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ:

	ਕਲੀਨੀਕਲ ਸਹਾਇਤਾ	ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ	ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਜੀਵਨ
ਪੂਰੀ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਵਾਲਾ	0%	5%	17.5%
ਅੰਸ਼ਕ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਵਾਲਾ	0%	ਅੰਸ਼ਕ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ CSHC ਧਾਰਕ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੇ **ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ 5% ਤੋਂ 50%** ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਅੰਸ਼ਕ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬੁਢਾਪਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੋਵੇਗੀ। CSHC ਧਾਰਕਾਂ ਨੂੰ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।	ਅੰਸ਼ਕ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ CSHC ਧਾਰਕ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੇ **ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ 17.5% ਅਤੇ 80%** ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਅੰਸ਼ਕ ਪੈਨਸ਼ਨ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬੁਢਾਪਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਦੀ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੋਵੇਗੀ। CSHC ਧਾਰਕਾਂ ਨੂੰ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।
ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਹੋਏ ਲੋਕ (ਜੋ ਕੌਮਨਵੈਲਥ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ - CHSC ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ)	0%		
ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਹੋਏ ਲੋਕ (ਜੋ ਕੌਮਨਵੈਲਥ ਸੀਨੀਅਰਜ਼ ਹੈਲਥ ਕਾਰਡ - CHSC ਲਈ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ)	0%	50%	80%

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹਨ, ਜੋ 12 ਸਤੰਬਰ 2024 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੱਕ ਹੋਮ ਕੇਅਰ ਪੈਕੇਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ ਜਾਂ ਇਸ ਪੈਕੇਜ ਲਈ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, **MyAgedCare.gov.au/Support-Home-Costs-And-Contributions** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਜੀਵਨਕਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਕਮ (ਲਾਈਫ਼ਟਾਈਮ ਕੈਪ)

ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਉੱਤੇ ਜੀਵਨਕਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਕਮ ਦੀ ਹੱਦ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ $130,000 ਦਾ (ਮਹਿੰਗਾਈ ਨਾਲ ਮਿਆਰੀਕ੍ਰਿਤ) ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਕਿਸੇ ਵੀ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾ ਲਈ ਹੋਰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੁਗਤਾਨ ਨੂੰ ਇਸ ਹੱਦ ਲਈ ਗਿਣਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਧੀਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ **Health.gov.au/Resources/Publications/Support-At-Home-Program-Participant-Contributions** 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰ ਯੋਗਦਾਨ ਤੱਥ-ਸ਼ੀਟ ਪੜ੍ਹੋ।

ਮੈਂ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਵਾਵਾਂ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ Services Australia ਜਾਂ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ਼ ਵੈਟਰਨਜ਼ ਅਫ਼ੇਅਰਜ਼ (DVA) ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਪੈਨਸ਼ਨ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਏਜੰਸੀ ਤੁਹਾਡੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਦੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਤੀ ਵੇਰਵੇ ਬਿਲਕੁਲ ਤਾਜ਼ਾ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਨਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨਾਲ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਹੋਏ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਗਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਜੀਵਨਕਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰਕਮ ਦੀ ਹੱਦ (ਲਾਈਫ਼ਟਾਈਮ ਕੈਪ) 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ Services Australia ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ: **ServicesAustralia.gov.au/Aged-Care-Calculation-Your-Cost-Care**।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਜਾਂ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ:

- Services Australia ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ **1800 227 475** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ Services Australia ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਬੁੱਕ ਕਰੋ। ਵਧੇਰੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਅਫ਼ਸਰ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਚੈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। **ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **1800 227 475** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਜਦੋਂ Services Australia ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਦਾਨ ਰਕਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚਿੱਠੀ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜੇ ਤੱਕ ਕੋਈ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਇੱਕ ਚਿੱਠੀ ਭੇਜੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ 120 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਵੈਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਹੀਂ ਚੁਣਦੇ ਜਾਂ ਇਸ ਚਿੱਠੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵਾਂ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੱਠੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ Services Australia ਨਾਲ **1800 227 475** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀਆਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਲਾਤ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ Services Australia ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਰਕਮ ਵਿੱਚ ਫੇਰ-ਬਦਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਦੇ ਖ਼ਰਚਿਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। **ServicesAustralia.gov.au/Changes-To-Your-Circumstances-And-Aged-Care-Costs** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ

ਆਪਣੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਿਰਪੱਖ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨਸਾਥੀ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਹਾਂ ਦੇ ਭੁਗਤਾਨ ਤਰੀਕੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਫ਼ੀਸਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਫ਼ੀਸਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, Services Australia ਦੇ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਜਾਓ, ਜਾਂ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਸਮਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਅਫ਼ਸਰ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਚੈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। **ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ **1800 227 475** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ Services Australia ਦੀ Financial Information Service (ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ) ਤੋਂ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਨਿਵੇਸ਼ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। **ServicesAustralia.gov.au/Financial-Information-Service** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕਿੰਨੀ ਫ਼ੀਸ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਉਸ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਅਸਲ ਖ਼ਰਚਿਆਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਫ਼ੀਸ ਜਾਂ ਯਾਤਰਾ ਖ਼ਰਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਜਬ ਅਤੇ ਜਾਇਜ਼ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਹੀ ਖ਼ਰਚਾ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਕਲੀਨੀਕਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਝੌਤਾ ਸਮਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖ਼ਾਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣ, ਅਤੇ ਇਹ ਭੁਗਤਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕੀਮਤਾਂ ਜਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਸਹਾਇਕ ਵੱਲੋਂ ਉਸ ਤਬਦੀਲੀ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸੇਵਾ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ (ਜੇਕਰ ਪਹਿਲਾਂ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ)। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਕੀਮਤ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ - ਪਰ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮਝੌਤਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਲਾਗੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਸੰਕੇਤਕ ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਾਜਬ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ: **Health.gov.au/Resources/Publications/Summary-Of-Indicative-Support-At-Home-Prices**।

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਖ਼ਰਚੇ My Aged Care ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ 'Find a provider' ਟੂਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ: **MyAgedCare.gov.au/Find-A-Provider**।

'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਲਈ ਖ਼ਪਤਕਾਰ ਸੁਰੱਖਿਆ - ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਲਈ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ' ਵਿੱਚ ਖ਼ਪਤਕਾਰ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: **Health.gov.au/Resources/Publications/Consumer-Protections-For-Support-At-Home-Prices-Fact-Sheet-For-Participants**।

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਯੋਗਦਾਨ ਰਕਮ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਯੋਗਦਾਨ ਰਕਮ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਭੁਗਤਾਨ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ, ਪੰਦਰਵਾੜੇ ਜਾਂ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ - ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਤਹਿ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵੱਸੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀ ਰਕਮ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, **MyAgedCare.gov.au/Financial-Hardship-Assistance** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

1. My Aged Care ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
2. ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਓ
3. ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੋ
4. ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰੋ
5. ਰੀਸਟੋਰੇਟਿਵ ਕੇਅਰ ਮਾਰਗ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੋ

Support at Home

*My Aged Care ਨਾਲ **1800 200 422** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, **MyAgedCare.gov.au** 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ Services Australia ਦੇ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਜਾਓ*

1 My Aged Care ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

My Aged Care ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫ਼ੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ My Aged Care ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ, ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਅਜੇ ਤੱਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਤਿੰਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਰਾਹੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਔਨਲਾਈਨ

ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯੋਗਤਾ ਜਾਂਚਣ ਵਾਲਾ ਟੂਲ ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

MyAgedCare.gov.au/Apply-Online ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ

ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ My Aged Care ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਭਰੋ। ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਅਤੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 2 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

1800 200 422 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ

ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ Services Australia ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਸਮਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸਟ ਅਫ਼ਸਰ [Aged Care Specialist Officer] ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਚੈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ServicesAustralia.gov.au/My-Aged-Care-Face-To-Face-Services 'ਤੇ ਜਾਓ।

Services Australia ਦੇ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

1800 227 475 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਲ ਕਰੋ।

2 ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਓ

ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਪਸੰਦਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਵਧੀਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਜਾਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਨੂੰ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਨੂੰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣੀਆਂ ਗਈਆਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਮੌਜੂਦਾ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਇੱਕ ਡੈਲੀਗੇਟ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ। ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਫ਼ੈਸਲੇ ਦਾ ਨੋਟਿਸ' (Notice of Decision) ਨਾਮਕ ਚਿੱਠੀ ਮਿਲੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਵੀ ਇਸ ਚਿੱਠੀ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਮੁੜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੋ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀ ਹੋਰ ਬਦਤਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ 4 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 'ਫ਼ੈਸਲੇ ਦਾ ਨੋਟਿਸ' ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ My Aged Care ਨੂੰ **1800 200 422** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੰਸਥਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਸਹਾਇਤਾ

ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡਾ ਰਜਿਸਟਰਡ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ - ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁੱਝ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਰੋਤ ਦੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰਡ ਸਹਾਇਕਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਐਲਡਰ ਕੇਅਰ ਸਪੋਰਟ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੁਵਾਦਕ ਜਾਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ - ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਿਲਕੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਮੀਟਿੰਗ ਰਾਹੀਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਵੋ, ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅਸਾਧਾਰਨ ਹਾਲਾਤ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖ਼ਰਾਬ ਮੌਸਮ)।

ਮੁਲਾਂਕਣ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਨਾਲ ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਇਸ ਮੁੱਦੇ ਨੂੰ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਹਿਜ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, My Aged Care ਨਾਲ **1800 200 422** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਅਪੀਲ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਸਰੋਤ ਦਾ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਾਗ ਵੇਖੋ।

3 ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋਵੋ

ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਲਈ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰੇਗਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ 56 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਵਧੀਕ ਮਿਆਦ ਮਿਲਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ 84 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਚੁਣਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਅਜਿਹੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਨ ਜੋ ਮੇਰੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਉਹ ਮੇਰੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ? ਕੀ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀਆਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ?
- ਉਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਕਿੰਨੀ ਫ਼ੀਸ ਲੈਂਦੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਦਿਨ ਜਾਂ ਸਮਾਂ ਮੰਗ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?
- ਕੀ ਮੈਂ ਇਹ ਚੁਣ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਮੈਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ?

ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਗਰੁੱਪ, ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਇਲੈਂਡਰ ਸੰਸਥਾ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀਮਤੀ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਟੀਚੇ ਮਿੱਥਣਾ

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੇ ਤਹਿਤ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ - **ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ**। ਉਹ ਕੋਈ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਰਸਿੰਗ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਹੋਣਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿੱਥਣ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਗੇ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਇੱਕ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਹ ਟੀਚੇ ਖ਼ਾਸ, ਮਾਪਣਯੋਗ ਅਤੇ 16 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਫੇਰ-ਬਦਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸਮੇਤ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ।

ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾ/ ਸੇਵਾ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ:

- ਐਪੀਸੋਡ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਅਤੇ ਅਨੁਮਾਨਿਤ ਸਮਾਪਤੀ ਦੀ ਮਿਤੀ
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਟੀਚੇ, ਪਸੰਦਾਂ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਜੋਖ਼ਮ
- ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਮੇਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਨ ਤਾਰੀਖਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬਜਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ
- ਨਿਯਮਤ ਸਮੀਖਿਆ ਵੇਰਵੇ
- ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸੇਵਾ ਮਾਰਗ ਨੂੰ ਸਮਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੋ ਰਹੀ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਵੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਜ਼ੋਖਮ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਵਿਕਲਪ ਵੀ ਸੁਝਾਅ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਜਾਂ ਕਸਰਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ।

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ?

ਤੁਹਾਡੀ ਮਲਟੀਡਿਸਿਪਲਿਨਰੀ ਟੀਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਆਪ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਰਜਿਸਟਰਡ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਲੱਖਣ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਕੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਹੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ

ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿੱਗਣਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਘਟਨਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਆਪਣੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਦੱਸਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਦਲ ਗਈਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸਪਸ਼ਟ ਤਸਵੀਰ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਢੁੱਕਵੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਮੁੜ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਦਲਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਮਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਫ਼ੀਸ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਵਿੱਚ ਛੁੱਟੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਦਲੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਸਮਾਪਤੀ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਤੁਹਾਡੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇ ਖ਼ਰਚੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ। ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ ਟੀਚਾ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਬਜਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

5 ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ

ਤੁਹਾਡਾ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਮਾਰਗ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸਨੂੰ ਇੱਕ **ਸਮਾਪਤੀ ਯੋਜਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ** ਹੈ। ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਤਿਆਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਟੀਚੇ, ਅਤੇ ਕੀ ਉਹ ਪੂਰੇ ਹੋਏ ਹਨ
- ਤੁਹਾਡੀ ਬਹੁ-ਵਿਭਾਗੀ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਕੋਈ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ
- ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁੜ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਮਾਪਤੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਕਾਪੀ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮੱਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਰੋਗਤਾ ਦੇਖਭਾਲ ਮਾਰਗ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁੜ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਚ-ਪੱਧਰ ਦੇ ਵਰਗੀਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

Aged Care Act (ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਨੂੰਨ) ਦੇ ਤਹਿਤ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ।

ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਘੋਸ਼ਣਾ ਪੱਤਰ

Aged Care Act ਵਿੱਚ Statement of Rights (ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਘੋਸ਼ਣਾ ਪੱਤਰ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

Statement of Rights ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ — ਤਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਤੈਅ ਕਰ ਸਕੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰ ਸਕੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਨੂੰ ਆਦਰ ਮਿਲੇ। ਇਹ ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਸਗੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਵੀ ਕਰਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਚੁਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਕਿਸਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **MyAgedCare.gov.au/Know-Your-Rights**

ਰਜਿਸਟਰਡ ਸਹਾਇਕ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਉਸਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲਈ ਸਹਾਇਕਾਂ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਨਵੀਂ ਰਜਿਸਟਰਡ ਸਹਾਇਕ ਭੂਮਿਕਾ, My Aged Care ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਵਸਥਾ ਦੀ ਥਾਂ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮੁੱਚੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ My Aged Care ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰਡ ਸਹਾਇਕਾਂ ਵਜੋਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਵੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਵਿਆਉਣ ਲਈ ਜਾਂ ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ, My Aged Care 'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਓ ਜਾਂ **1800 200 422** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:
MyAgedCare.gov.au/Registering-Supporter

ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਕਰਨਾ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਾਮਜ਼ਦ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਸੰਬੰਧੀ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਬਾਰੇ Services Australia ਜਾਂ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ਼ ਵੈਟਰਨਜ਼ ਅਫ਼ੇਅਰਜ਼ (DVA) ਕੋਲੋਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਫਿਰ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮਜ਼ਦ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਫ਼ੀਸਾਂ, ਯੋਗਦਾਨ ਰਕਮਾਂ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਖ਼ਰਚਿਆਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਵੱਲੋਂ Services Australia ਜਾਂ DVA ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰ ਸਕੇਗਾ।

- Services Australia ਲਈ, 'ਤੁਹਾਡੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ (SS313) ਫਾਰਮ' ਭਰੋ: **ServicesAustralia.gov.au/ss313**
- DVA ਲਈ, 'DVA ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਨਾਮਜ਼ਦਗੀ ਲਈ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਬੇਨਤੀ (AC019) ਫਾਰਮ' ਭਰੋ: **ServicesAustralia.gov.au/ac019**

ਆਪਣੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। Aged Care Act ਦੇ ਤਹਿਤ, ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਕੋਲ ਇੱਕ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨਿਪਟਾਰਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੋਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਮਿਸ਼ਨ (ਇਹ ਕਮਿਸ਼ਨ) ਕੋਲ ਮੁੱਦਾ ਉਠਾਉਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਇਹ ਕਮਿਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਕਿਵੇਂ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਗੁਪਤ ਜਾਂ ਗੁੰਮਨਾਮ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ 'ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋਣਾ' ਨਹੀਂ ਹੈ - ਇਹ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਉਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨਾਲ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **AgedCareQuality.gov.au/Complaints-Concerns**
- ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: **1800 951 822**
- ਡਾਕ ਪਤਾ : Aged Care Quality and Safety Commission
  GPO Box 9819
  [ਤੁਹਾਡੀ ਰਾਜਧਾਨੀ] [ਤੁਹਾਡਾ ਰਾਜ/ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼]

ਵਕਾਲਤ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਸਰਕਾਰ ਉੱਚ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਆਫ਼ ਐਲਡਰਜ਼, ਕੌਂਸਲ ਔਨ ਦਾ ਏਜਿੰਗ (COTA), ਨੈਸ਼ਨਲ ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕੌਂਸਲ ਅਤੇ ਓਲਡਰ ਪਰਸਨਜ਼ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਨੈੱਟਵਰਕ (OPAN)।

ਸਰਕਾਰ OPAN ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਵਕਾਲਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (National Aged Care Advocacy Program) ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਫ਼ੰਡ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫ਼ੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ, ਗੁਪਤ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

OPAN ਦੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਵਕੀਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਆਪਣੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫ਼ੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਆ ਰਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਲਾਈਨ** ਨੂੰ **1800 700 600** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਕੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਵਕਾਲਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੰਸਥਾ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

OPAN.org.au ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ

ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸਹਾਇਤਾ

ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ (TIS National) – **131 450**, ਔਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ My Aged Care ਨੂੰ **1800 200 422**'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

My Aged Care - **1800 200 422** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ।

ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ: **MyAgedCare.gov.au/Accessible-All**

ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

Deaf Connect (ਡੈਫ਼ ਕਨੈਕਟ) - **1300 773 803** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਜਾਂ **Interpreting@DeafConnect.org.au** 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ, ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **DeafConnect.org.au**

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲ਼ੇ ਹੋ, ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

NRS ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਪਸੰਦੀਦਾ ਫ਼ੋਨ ਚੈਨਲ ਚੁਣ ਕੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਰੀਲੇਅ ਸਰਵਿਸ (NRS) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਚੁਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, NRS ਨੂੰ My Aged Care ਨੂੰ **1800 200 422** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **AccessHub.gov.au/About-The-NRS**

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਸਹਾਇਤਾ

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਸਰਕਾਰ ਸਾਰੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ।

- **ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਸਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (NDSP)** ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ, ਔਨਲਾਈਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਿੱਖਿਆ, ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ, ਸਹਾਇਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਸਾਥੀ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

  ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ - ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ **1800 100 500** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

  ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **Health.gov.au/NDSP**

- **ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਿਵਹਾਰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੇਵਾ** (DBMAS) ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਲੱਛਣ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨ ਜਾਂ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

  ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਸਪੋਰਟ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ - ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ **1800 699 799** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

  DBMAS ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **Health.gov.au/DBMAS**

ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਜਾਓ:
MyAgedCare.gov.au/Living-Memory-Loss-Dementia-Or-Depression

ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲਾਪਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਖ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਏਜਡ ਕੇਅਰ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਵਿਜ਼ਟਰ ਸਕੀਮ (ACVVS) ਰਾਹੀਂ ਵਲੰਟੀਅਰ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ' ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ 'ਸਪੋਰਟ ਐਟ ਹੋਮ ਤਰਜੀਹੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ' ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੈ, ਉਹ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੀ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਵਿਜ਼ਟਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਵਾਲੰਟੀਅਰ ਵਿਜ਼ਟਰ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾ ਕੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ: **Health.gov.au/Our-Work/Aged-Care-Volunteer-Visitors-Scheme-ACVVS/Request**

ACVVS ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ Department of Health, Disability and Ageing [ਸਿਹਤ, ਅਪੰਗਤਾ ਅਤੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਭਾਗ] ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **Health.gov.au/ACVVS**

ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਅਣਚਾਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ

ਸਹਾਇਤਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

- ਜੋ ਅਣਚਾਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ
- ਜੋ ਗੰਦਗੀ ਭਰੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ
- ਜੋ ਲੋੜੀਂਦੀ ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਅਯੋਗ ਹਨ।

ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ
- ਮਾਹਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ
- ਇਕ ਵਾਰੀ ਲਈ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸੇਵਾ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੇਅਰ ਫਾਈਂਡਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੇਘਰ ਹੋ ਜਾਂ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖ਼ਮ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੌਮਨਵੈਲਥ ਹੋਮ ਸਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੇ ਵੀ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

My Aged Care ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ - ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ **1800 200 422** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਜਾਂ Services Australia ਦੇ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।

ਵਿਭਿੰਨ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਨੁਭਵ ਵੀ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੇਣ ਲਈ ਕਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਲੱਖਣ ਲੋੜਾਂ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਬਣਾਈ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ My Aged Care ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਗਤਾ ਮੁਲਾਂਕਣਕਰਤਾ ਕੋਲੋਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਤੇ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਕਿਸੇ ਵੀ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਭੇਦਭਾਵ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਚੁਰਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ (ਸਟੋਲਨ ਜਨਰੇਸ਼ਨਾਂ) ਦੇ ਬਚੇ ਹੋਏ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ਸਾਬਕਾ ਸੈਨਿਕ ਜਾਂ ਜੰਗੀ ਵਿਧਵਾਵਾਂ
- ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ, ਨਸਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
- ਆਰਥਿਕ ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਿੱਛੜੇ ਹੋਏ ਲੋਕ
- ਬੇਘਰ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਜਾਂ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖ਼ਮ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
- ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ, ਜੋ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਗੋਦ ਲਏ ਜਾਣ ਜਾਂ ਵੱਖ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋ ਗਏ
- ਸੰਸਥਾਗਤ ਬਾਲ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਤੋਂ ਬੱਚ ਨਿਕਲੇ ਪੀੜਤ ਬਾਲਗ਼ ਵਿਅਕਤੀ
- ਦੇਖਭਾਲ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਭੁੱਲੇ ਹੋਏ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਾਸੀ ਅਤੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਗਏ ਸਾਬਕਾ ਬਾਲ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ਲੈਸਬੀਅਨ, ਗੇਅ, ਦੋ-ਲਿੰਗੀ, ਟ੍ਰਾਂਸ/ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਜਾਂ ਇੰਟਰਸੈਕਸ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਜਾਂ ਲਿੰਗ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
- ਅਪਾਹਜਤਾ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਮਾਰ ਵਿਅਕਤੀ
- ਨਿਊਰੋਡਾਈਵਰਜੈਂਟ (ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਨਾ ਸੋਚਣ ਵਾਲੇ) ਲੋਕ
- ਬੋਲੇ, ਬੋਲੇ-ਅੰਨ੍ਹੇ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਜ਼ਰ ਜਾਂ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ
- ਪੇਂਡੂ, ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ।

ਐਲਡਰ ਕੇਅਰ ਸਪੋਰਟ ਸਹਾਇਤਾ

ਐਲਡਰ ਕੇਅਰ ਸਪੋਰਟ ਵਰਕਫੋਰਸ (ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ) ਬਜ਼ੁਰਗ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕੰਟਰੋਲਡ ਹੈਲਥ ਆਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (National Aboriginal Community Controlled Health Organisation) ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਈਵਾਲ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ:
MyAgedCare.gov.au/Elder-Care-Support-Program

ਕੇਅਰ ਫਾਈਂਡਰ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ

ਕੇਅਰ ਫਾਈਂਡਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਮੁਫ਼ਤ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਹਾਸ਼ੀਏ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜੋ:

- ਬੋਧਾਤਮਕ ਜਾਂ ਸਾਖ਼ਰਤਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕਾਰਨ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਔਖਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹਿਚਕਚਾਉਂਦੇ ਹਨ
- ਜਾਂ ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾ ਮਿਲਣ ਤਾਂ ਉਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋਣਗੇ।

ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੇਅਰ ਫਾਈਂਡਰਜ਼ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੇਖਣ ਲਈ My Aged Care ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **MyAgedCare.gov.au/Help-Care-Finder**

ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਐਥਨਿਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀਜ਼ ਕੌਂਸਲਜ਼ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ

ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ਼ ਐਥਨਿਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀਜ਼ ਕੌਂਸਲਜ਼ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ (FECCA) ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। FECCA ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾਈ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਵੀ ਪਿੱਛੇ ਨਾ ਰਹੇ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **FECCA.org.au**

ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁੱਕਵੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਭਾਈਵਾਲ (PICAC)

PICAC ਰਾਜ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਿਕ ਸੰਸਥਾ ਹਨ ਜੋ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **PICACAlliance.org**

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨਾ

ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕਦੇ ਵੀ ਠੀਕ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਸਰੀਰਕ, ਜਿਨਸੀ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਵਿੱਤੀ ਜਾਂ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦਾ, ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਿੰਦਾ ਅਤੇ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਜੋ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੱਦਦ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ:

- 1800ELDERHelp ਜਾਂ **1800 353 374** 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।
- ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ **Compass.info** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ, **000** 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

Carer Gateway (ਕੇਅਰਰ ਗੇਟਵੇਅ) ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਫ਼ੋਨ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

- ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ **1800 422 737**'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਕੇਅਰਰ ਗੇਟਵੇਅ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਕਲਪ 1 ਚੁਣੋ।
- ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਲਈ, ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ: **CarerGateway.gov.au**
- ਵਧੀਕ ਸਰੋਤਾਂ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ My Aged Care ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ **MyAgedCare.gov.au/For-Carers** 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਨੋਟਾਂ

ਨੋਟਾਂ

myagedcare

MyAgedCare.gov.au
1800 200 422

DT0004905-1025

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ 1 ਨਵੰਬਰ 2025 ਤੋਂ ਸਹੀ ਹੈ।