

Carer Gateway

Ενημερωτικό φυλλάδιο



Έκδοση Εύκολης Ανάγνωσης

Greek



Τι είναι η Carer Gateway;



Η Carer Gateway (Πύλη Φροντιστών) παρέχει υπηρεσίες και υποστήριξη σε άμισθους φροντιστές σε ολόκληρη την Αυστραλία.

Ένας άμισθος φροντιστής:



- φροντίζει ένα μέλος της οικογένειας ή φίλο
- δεν πληρώνεται χρήματα.

Η Carer Gateway παρέχει υπηρεσίες και υποστήριξη:



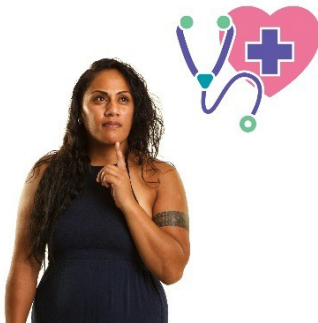
- αυτοπροσώπως
- από τηλεφώνου
- μέσω διαδικτύου.

Μπορεί η Carer Gateway να σας υποστηρίξει;



Φροντίζετε ένα μέλος της οικογένειας ή φίλο:

- με αναπηρία;
- που είναι άρρωστος;
- που είναι ηλικιωμένος;



Επηρεάζει την υγεία σας το γεγονός ότι είστε φροντιστής;

Επηρεάζει το γεγονός ότι είστε φροντιστής το χρόνο που αφιερώνετε:



- στη δουλειά;
- στο σχολείο;
- με φίλους;



Εάν απαντήσατε «Ναι» σε οποιαδήποτε από αυτές τις ερωτήσεις, η Carer Gateway μπορεί να σας βοηθήσει.

Υπηρεσίες μέσω της Carer Gateway



Η Carer Gateway μπορεί να σας βοηθήσει να βρείτε υπηρεσίες για να:

- σας στηρίζουν
- μαθαίνετε νέες δεξιότητες
- συναντηθείτε με άλλους φροντιστές.

Καθοδήγηση



Καθοδήγηση είναι όταν κάποιος βοηθά ένα άλλο άτομο να μάθει νέους τρόπους για να κάνει πράγματα.

Μπορείτε να κάνετε διαδικτυακά μαθήματα με το δικό σας ρυθμό για να μάθετε νέους τρόπους να:



- φροντίζετε τον εαυτό σας
- διαχειρίζεστε το άγχος σας.

Συμβουλευτική

Συμβουλευτική είναι όταν:



- μιλάτε σε κάποιον για το πώς σκέφτεστε και αισθάνεστε
- μιλάτε για τρόπους που θα σας βοηθήσουν να αισθάνεστε καλύτερα.

Μπορεί να αισθάνεστε:



- στρες
- στενοχώρια
- απογοήτευση.

Μπορείτε να λάβετε συμβουλές:



- αυτοπροσώπως
- από τηλεφώνου.

Φροντίδα ανάπαυλας



Ανάπαυλα είναι όταν κάποιος άλλος φροντίζει ένα άτομο, έτσι ώστε ο φροντιστής του να μπορεί να κάνει ένα διάλειμμα.



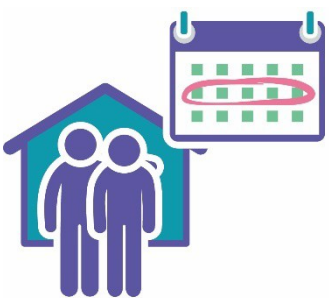
Όλοι χρειάζονται ένα διάλειμμα από την καθημερινή τους ρουτίνα κάθε τόσο.



Η ανάπαυλα είναι ένα καλό διάλειμμα για:

- φροντιστές
- το άτομο που φροντίζουν.

Μπορείτε να λάβετε:



- προγραμματισμένη ανάπαυλα – ένα διάλειμμα για ξεκούραση ενώ αναλαμβάνει μια υπηρεσία ανάπαυλας την επιμέλεια του ατόμου που φροντίζετε



- ανάπαυλα έκτακτης ανάγκης – εάν συμβεί κάτι επείγον και δεν μπορείτε να παρέχετε εσείς φροντίδα στο άτομο που φροντίζετε.

Σύνδεση με άλλους φροντιστές



Μπορείτε να συναντηθείτε με νέα άτομα που φροντίζουν κι αυτά κάποιο μέλος της οικογένειάς τους ή φίλο.

Μπορείτε να συναντηθείτε:



- αυτοπροσώπως
- μέσω διαδικτύου.

Μπορείτε να:



- μοιραστείτε την ιστορία σας
- λάβετε συμβουλές και πληροφορίες
- μάθετε από άλλους.

Διαδικτυακά μαθήματα δεξιοτήτων



Μπορείτε να μάθετε νέες δεξιότητες σχετικά με τη φροντίδα ενός μέλους της οικογένειας ή φίλου.



Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει θέματα όπως:

- αντιμετώπιση του άγχους
- διαχείριση χρημάτων
- βοήθεια με σημαντικά έγγραφα.

Οικονομική στήριξη

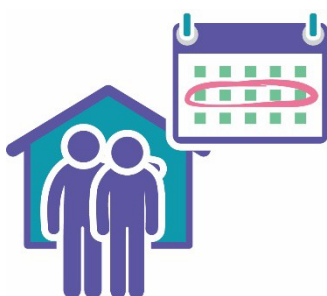


Ίσως να μπορείτε να λάβετε οικονομική υποστήριξη για να σας βοηθήσει να φροντίζετε ένα μέλος της οικογένειας ή ένα φιλικό πρόσωπο.

Αυτή η χρηματική υποστήριξη μπορεί να περιλαμβάνει πληρωμή για:



- εξοπλισμό που θα σας βοηθήσει να φροντίζετε κάποιον



- προγραμματισμένη ανάπαυλα, ώστε να μπορείτε να κάνετε ένα διάλειμμα



- μετακινήσεις.

Επικοινωνήστε μαζί μας



Μπορείτε να επικοινωνήσετε με την Carer Gateway:

- για να μάθετε περισσότερα σχετικά με αυτές τις υπηρεσίες
- για να χρησιμοποιήσετε αυτές τις υπηρεσίες.



1800 422 737



www.carergateway.gov.au



Η Information Access Group (Ομάδα Πρόσβασης Πληροφοριών) δημιούργησε αυτό το έγγραφο Εύκολης Ανάγνωσης χρησιμοποιώντας φωτογραφίες αποθέματος και προσαρμοσμένες εικόνες. Οι εικόνες δεν επιτρέπεται να επαναχρησιμοποιηθούν χωρίς άδεια. Για οποιοσδήποτε ερωτήσεις σχετικά με τις εικόνες, επισκεφθείτε το **www.informationaccessgroup.com**. Αναφέρετε τον αριθμό εργασίας 3512-F.