

Gdje skrbnici mogu naći potporu



Sargoon, skrbnik
svoje kćeri.

Skrbnik je osoba koja se brine o članu obitelji ili prijatelju koji ima invaliditet, neku bolest, mentalnu bolest, ili o nekome tko je nemoćan zbog starosti.

Ako ste skrbnik, pomoć i potporu možete dobiti putem Carer Gateway.

Što je Carer Gateway?

Carer Gateway pruža usluge osobno, putem telefona i interneta neplaćenim skrbnicima kojih u Australiji ima 2.65 milijuna.

Carer Gateway nudi brojne usluge koje vam mogu pomoći u svakodnevnim izazovima, emocionalnim i financijskim stresovima koje biste mogli doživjeti u svojoj ulozi skrbnika.

Kako mogu koristiti usluge Carer Gateway?

Uslugama Carer Gateway možete se obratiti ako nazovete **1800 422 737** od ponedjeljka do petka između 8 i 17 sati. Osoblje Carer Gateway-a razgovarat će s vama o onome što vam je potrebno i pomoći vam da pronađete usluge i potporu. Ako želite razgovarati s nekim na svom jeziku, nazovite Služba za prevođenje i tumačenje na **131 450**. Služba za prevođenje i tumačenje pruža pristup tumačima koji govore više od 160 jezika. Ova služba je dostupna 24 sata dnevno sedam dana u tjednu.

Carer Gateway ima i nacionalnu web stranicu (carergateway.gov.au) koja ima usluge i informacije putem interneta kao potporu vama kao skrbniku.

Carer Gateway pruža brojne usluge, uključujući:



Obuka

Ako želite naučiti nove načine nošenja sa stresom i poboljšati svoju dobrobit, samoinicijativni tečajevi za obuku na web stranici Carer Gateway mogu vam pomoći.



Savjetovanje

Ako se osjećate stresno, tjeskobno, tužno ili frustrirano, stručni savjetnik može razgovarati s vama o stvarima koje vas brinu i pomoći vam. Možete razgovarati izravno, u susretu sa stručnim savjetnikom na području na kojem živite ili telefonom iz vlastitog doma. Ako želite razgovarati s nekim na svom jeziku, nazovite Službu za prevođenje i tumačenje na 131 450.



Predah od skrbi

'Predah' ili 'predah od skrbi' je kada netko drugi skrbi o osobi o kojoj vi inače skrbite. Možda će vam biti potrebna hitna skrb radi predaha ako iznenada ustanovite da ne možete pružati skrb, na primjer ako ste bolesni ili ozlijeđeni. Predah od skrbi možete planirati i kako biste se odmorili. Ako želite organizirati hitnu ili planiranu skrb radi predaha, nazovite Carer Gateway na 1800 422 737 kako biste porazgovarali o mogućnostima koje vam se nude na vašem području.



Povežite se s drugim skrbnicima

Ako se osjećate usamljeno ili želite savjet drugih skrbnika, Carer Gateway vam može pomoći da upoznate osobe u sličnim skrbničkim situacijama kako biste podijelili svoje probleme, znanja i iskustva. Možete se osobno upoznati s lokalnim skrbnicima i razmijeniti savjete i učiti jedni od drugih u sigurnom okruženju. Web stranica Carer Gateway također nudi internetski forum kojem se možete pridružiti i postati dio internetske zajednice za potporu s ostalim skrbnicima.

“Značajan dio vremena i energije ulažu se u skrb o nekome, no morate naći i vremena za sebe.”

Sargoon, skrbnik svoje kćeri.



Tečajevi za stjecanje vještina korištenja interneta

Nova znanja možete steći putem kratkih interaktivnih tečajeva na internetu na web stranici Carer Gateway. Ovi tečajevi će vam pomoći u vašoj ulozi skrbnika i pružiti vam informacije o tome kako voditi brigu o svojoj dobrobiti, nositi se sa stresom i pravnim pitanjima.



Financijska potpora

Kao skrbnik, možda ćete moći dobiti financijsku potporu. Dva paketa financijske potpore skrbnicima nude se onima koji na to imaju pravo putem Carer Gateway. Možda imate pravo na sredstva za kupnju jednokratne praktične potpore u vidu opreme ili stvari koje će vam pomoći u vašoj ulozi skrbnika. Možda ćete moći dobiti sredstva za niz tekućih praktičnih potreba, kao što su planirani predah ili prijevoz, koji se pruža kroz razdoblje od dvanaest mjeseci.

Kako mogu kontaktirati Carer Gateway?

Carer Gateway ima nacionalnu web stranicu na www.carergateway.gov.au ili nazovite **1800 422 737** od ponedjeljka do petka između 8.00 i 17 h.