Dove gli assistenti possono trovare supporto

Sargoon, assistente di sua figlia.

L'assistente è una persona che si prende cura di un familiare o di un amico che ha una disabilità, una malattia, una malattia mentale oppure di una persona fragile a causa dell'età.

Se siete assistenti, potete ottenere aiuto e supporto tramite il Portale dell'Assistente (Carer Gateway).

Che cos'è Carer Gateway?

Carer Gateway offre servizi e supporto di persona, al telefono e online per i 2,65 milioni di assistenti australiani non retribuiti.

Carer Gateway dispone di molti servizi che possono aiutarvi con varie difficoltà quotidiane e con lo stress emotivo e finanziario che potreste avere nel vostro ruolo di assistente.

Carer Gateway
An Australian Government Initiative

benevolent SOCIETY

Come posso usare i servizi di Carer Gateway?

Potete parlare con un fornitore di servizi di Carer Gateway chiamando il numero **1800 422 737** dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle 17.00. Il personale di Carer Gateway vi spiegherà ciò di cui avrete bisogno e vi aiuterà a trovare i servizi e l'assistenza. Se volete parlare con qualcuno nella vostra lingua potete chiamare il servizio di traduzione e interpretariato al numero **131 450.** Il servizio di traduzione e interpretariato consente di accedere ad interpreti che parlano oltre 160 lingue. Il servizio è disponibile 24 ore al giorno, 7 giorni la settimana.

Carer Gateway dispone inoltre di un sito web nazionale (**carergateway.gov.au**) con servizi e informazioni online per aiutarvi nel vostro ruolo di assistente.

Carer Gateway offre molti servizi tra cui:

Coaching

Se volete imparare nuovi modi per gestire lo stress e migliorare il vostro benessere, i corsi di coaching autodidatti sul sito web di Carer Gateway possono aiutarvi.

Counselling

Se vi sentite stressati, ansiosi, tristi o frustrati, un counsellor professionista può aiutarvi con le vostre preoccupazioni e aiutarvi. Potete parlare di persona con un counsellor professionista nella vostra zona o al telefono comodamente da casa vostra. Se volete parlare con qualcuno nella vostra lingua, chiamate il servizio di traduzione e interpretariato al numero 131 450.

Assistenza di sollievo

Per 'sollievo' o 'assistenza di sollievo' si intende quando qualcun altro si prende cura della persona da voi assistita. Potreste necessitare di assistenza di sollievo se improvvisamente non potete offrire assistenza, ad esempio se state male o vi siete infortunati. Potete anche pianificare l'assistenza di sollievo per prendervi una pausa. Per organizzare assistenza di sollievo di emergenza o assistenza di sollievo pianificata, chiamate Carer Gateway al numero 1800 422 737 per discutere delle opzioni disponibili nella vostra zona.

Connettetevi ad altri assistenti

Se vi sentite soli o volete ricevere consigli da altri assistenti, Carer Gateway può aiutarvi a incontrare persone in situazioni di assistenza simili per condividere storie, conoscenze ed esperienze. Potete incontrare altri assistenti locali di persona e condividere consigli e imparare gli uni dagli altri in uno spazio sicuro. Il sito web di Carer Gateway fornisce anche un forum online a cui potete partecipare e far parte di una comunità solidale online insieme ad altri assistenti.

> "Prendersi cura di qualcuno richiede una notevole quantità di tempo ed energia, ma dovete anche dedicare del tempo a voi stessi."
>
> Sargoon, assistente di sua figlia.

Corsi di formazione online

Potete acquisire nuove competenze con i brevi corsi online interattivi sul sito web di Carer Gateway. I corsi vi aiuteranno nel vostro ruolo di assistente e forniranno informazioni su come prendersi cura del proprio benessere, gestire lo stress e le questioni legali.

Sostegno finanziario

Come assistente, potreste ottenere un aiuto finanziario. Sono disponibili due pacchetti di supporto finanziario per gli assistenti eleggibili tramite Carer Gateway. Potreste ottenere finanziamenti per acquistare un supporto pratico una tantum sotto forma di attrezzature o articoli per assistervi nel vostro ruolo di assistente. Potreste anche ottenere finanziamenti per diverse forme di aiuto pratico continuativo, come il sollievo pianificato o il trasporto, forniti nell'arco di dodici mesi.

Come posso contattare Carer Gateway?

Carer Gateway dispone di un sito web nazionale **www.carergateway.gov.au** oppure chiamate il numero **1800 422 737** dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle 17.00.

Carer Gateway
An Australian Government Initiative

benevolent SOCIETY

carergateway.gov.au
Connecting carers to support services