Bakıcıların destek bulduğu yer

Sargoon kızının bakıcılığını üstleniyor.

Engeli ya da akıl hastalığı olan bir aile üyesiyle veya arkadaşıyla ya da yaşı nedeniyle zayıf düşen biriyle ilgilenen kimseye bakıcı denir.

Siz de bakıcıysanız Carer Gateway sayesinde yardım ve destek bulabilirsiniz.

Carer Gateway nedir?

Carer Gateway, Avustralya'nın ücretsiz çalışan 2,65 milyon bakıcısına yüz yüze, telefonla ve internet üzerinden hizmet ve destek sağlar.

Carer Gateway, bakıcılık görevinizde her gün karşılaştığınız zorluklar, duygusal ve mali baskılar konusunda size yardımcı olabilecek pek çok hizmet sunar.

Carer Gateway
An Australian Government Initiative

benevolent SOCIETY

Carer Gateway hizmetlerinden nasıl yararlanırım?

Pazartesi ile cuma günleri arasında sabah 8'den akşam 5'e kadar **1800 422 737** numaralı telefonu arayarak bir Carer Gateway hizmet sağlayıcısıyla konuşabilirsiniz. Carer Gateway çalışanları ihtiyaçlarınızla ilgili sizinle görüşüp uygun hizmet ve desteği bulmanıza yardımcı olacaktır. Kendi dilinizde konuşmak isterseniz **131 450** numaralı telefondan Sözlü ve Yazılı Çeviri Hizmetlerini arayabilirsiniz. Sözlü ve Yazılı Çeviri Hizmetleri, 160'ın üzerinde dil konuşan çevirmenlere erişmenizi sağlar. Bu hizmet 7 gün 24 saat açıktır.

Carer Gateway, siz bakıcıları desteklemek amacıyla internet üzerinden (**carergateway.gov.au**) hizmet ve bilgi sunan bir ulusal web sitesine de sahiptir.

Carer Gateway'in sağladığı pek çok hizmetten bazıları:

Koçluk

Stresle başa çıkmak ve daha sağlıklı olmak için yeni yöntemler öğrenmek isterseniz, Carer Gateway sitesinde kendi kendinize öğreneceğiniz koçluk dersleri size yardımcı olabilir.

Rehberlik

Stresli, endişeli, üzgün veya kızgınsanız, duygularınızı konuşabileceğiniz profesyonel bir rehber size yardımcı olabilir. Bölgenizdeki bir profesyonel rehberle birebir, yüz yüze görüşebileceğiniz gibi, evinizden çıkmadan telefonla da görüşebilirsiniz. Kendi dilinizde konuşmak için 131 450 numaralı telefonu arayarak Sözlü ve Yazılı Çeviri Hizmetlerine bağlanabilirsiniz.

Bakımı paylaşın

Bakımını üstlendiğiniz kişiye geçici olarak başka birinin bakmasına "respite" veya "respite care" denir. Hastalandığınız veya yaralandığınız acil durumlarda bakım sağlayamadığınızda bakımı paylaşmanız gerekebilir. Ayrıca biraz ara verip dinlenmek istediğiniz zamanlar için de plan yapabilirsiniz. Acil bakım paylaşımına veya planlı bakım paylaşımına ihtiyaç duyarsanız 1800 422 737 numaralı telefonu arayarak Carer Gateway ile bulunduğunuz bölgedeki seçeneklerle ilgili görüşün.

Diğer bakıcılarla iletişime geçin

Kendinizi yalnız hissederseniz veya diğer bakıcılardan tavsiye almak isterseniz, Carer Gateway, hikâyelerinizi, bilgilerinizi ve deneyiminizi paylaşmanız için sizi benzer durumdaki bakıcılarla tanıştırabilir. Yakınınızdaki bakıcılarla yüz yüze görüşebilir, güvenli bir ortamda deneyimlerinizi paylaşabilir, birbirinizden yeni şeyler öğrenebilirsiniz. Ayrıca, Carer Gateway web sitesinde diğer bakıcılarla bir araya gelebileceğiniz, size destek olacak bir internet topluluğunun parçası olmak için çevrimiçi foruma da katılabilirsiniz.

"Birinin bakımını üstlendiğinizde kayda değer enerji ve vakit harcarsınız, oysa kendinize de zaman ayırmanız gerekir."

Sargoon kızının bakıcılığını üstleniyor.

Çevrimiçi beceri kursları

Carer Gateway web sitesindeki kısa, etkileşimli çevrimiçi kurslara katılarak yeni beceriler edinebilirsiniz. Bu kurslar bakıcılık görevinizde size yardım eder ve kendi sağlığınızla nasıl ilgileneceğinize, stresle ve hukuki meselelerle nasıl başa çıkabileceğinize ilişkin bilgiler sağlar.

Mali destek

Bakıcı olarak mali destek almanız mümkün olabilir. Bu destekten yararlanabilecek bakıcılar için Carer Gateway aracılığıyla sunulan iki mali destek paketi bulunur. Bakıcılık görevinizde size yardımcı olacak gereç veya eşya almanız için bir defalık destek alabilirsiniz. Ayrıca, on iki ay boyunca sağlanan planlı geçici bakım veya ulaştırma gibi bir dizi devamlı pratik destek için de fon alabilirsiniz.

Carer Gateway'e nasıl ulaşırım?

Carer Gateway'e www.carergateway.gov.au adresindeki ulusal web sitesinden veya pazartesiden cumaya sabah 8 akşam 5 arasında 1800 422 737 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Carer Gateway
An Australian Government Initiative

benevolent SOCIETY

carergateway.gov.au
Connecting carers to support services