

Ai là người chăm sóc có đi làm?

Người chăm sóc có đi làm là những người đi làm có lãnh lương và cũng chăm sóc một thân nhân/bạn bè bị đau yếu, khuyết tật hoặc già lão. Họ có thể có làm việc toàn thời, bán thời, bất định kỳ hoặc tự làm chủ thương nghiệp của mình.

Working Carers Gateway là một trang mạng cung ứng nhiều thông tin và tài nguyên nhằm hỗ trợ vai trò những người chăm sóc còn đang đi làm. Viếng trang mạng www.workingcarers.org.au

Ai là người chăm sóc trẻ tuổi?

Người chăm sóc trẻ tuổi là trẻ em hoặc thanh thiếu niên 25 tuổi trở xuống, đang giúp chăm sóc cha/mẹ, anh/chị/em, trẻ nhỏ hoặc ông/bà, hoặc ngay cả chăm sóc thân nhân nào khác hoặc bạn bè bị khuyết tật, bệnh tâm thần, lệ thuộc ma túy và/hoặc rượu bia, bị bệnh mãn tính, bệnh nan y hoặc già yếu.

- Young Carers NSW (Đường dây dành cho Người Chăm sóc Trẻ tuổi NSW) 1800 242 636
- Kids Helpline (Đường dây hỗ trợ Trẻ em) 1800 551 800

Nếu Anh ngữ không phải là bản ngữ của quý vị, hãy liên lạc dịch vụ Thông phiên dịch miễn phí (TIS) qua số 13 14 50

MULTICULTURAL
HEALTH WEEK
multiculturalhealthweek.com

Caring
for Carers

Supporting people who
look after someone

NSW
GOVERNMENT Health
health.nsw.gov.au

multicultural health
communication
mhcs.health.nsw.gov.au

Carers
AustraliaNSW
carersnsw.org.au

MDAA
mdaa.org.au

CASS
cass.org.au

Caring for Carers

Chăm lo cho Người Chăm sóc

Hỗ trợ cho những người chăm sóc



Ai là Người Chăm sóc?

Người chăm sóc là người đang trông nom người thân hoặc bạn bè bị khuyết tật, bệnh tâm thần, phụ thuộc vào ma túy và/hoặc rượu bia, bị bệnh mãn tính, nan y hoặc già yếu. Người chăm sóc có thể đang chăm sóc chồng, vợ, cha/mẹ, con, ông/bà, cháu nội/ngoại, cô/dì, chú/bác, hàng xóm hoặc bạn bè.



Carer Gateway (Cửa ngõ cho Người Chăm sóc)

Carer Gateway là một dịch vụ trực tuyến và qua điện thoại trên toàn quốc nhằm cung ứng tài nguyên và thông tin thực tiễn để hỗ trợ người chăm sóc. Công cụ tương tác tìm dịch vụ (service finder) giúp người chăm sóc kết nối với các dịch vụ hỗ trợ tại địa phương.

Để được hỗ trợ và tư vấn, hãy gọi số 1800 422 737 (thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 6 giờ chiều) hoặc viếng trang mạng www.carergateway.gov.au

MULTICULTURAL
HEALTH WEEK

Carers NSW (Người Chăm sóc NSW)

Carers NSW là cơ quan phi chính phủ nhằm hỗ trợ và bênh vực cho tất cả những người chăm sóc tại NSW.

Carers NSW cung ứng:

- Việc giới thiệu đến các dịch vụ
- Thông tin và tài nguyên cho người chăm sóc và các nhóm hỗ trợ người chăm sóc
- Hỗ trợ tinh thần (trực diện, hoặc qua điện thoại và tư vấn theo nhóm)
- Hỗ trợ cho người chăm sóc người thân/bạn bè bị bệnh tâm thần
- Chương trình Người Chăm sóc là Cha/mẹ Cao niên
- Chương trình Người Chăm sóc Trẻ tuổi
- Giáo dục và huấn luyện
- Chương trình đại diện người chăm sóc
- Bênh vực để ảnh hưởng/thay đổi một hệ thống

Muốn biết thêm thông tin, gọi đến Carers NSW Carer Line qua số 1800 242 636 (*điện thoại miễn phí trừ khi gọi từ điện thoại di động) hoặc viếng trang mạng www.carersnsw.org.au

My Aged Care (Chăm sóc người Cao niên)

My Aged Care là trung tâm liên lạc mới và dành cho người cao niên, cùng gia đình và người chăm sóc của họ nhằm giúp họ tiếp cận các dịch vụ chăm sóc cao niên.

My Aged Care cung ứng thông tin về:

- các loại dịch vụ chăm sóc khác nhau dành cho người cao niên
- việc hội đủ điều kiện để được nhận dịch vụ
- giúp quý vị tìm các dịch vụ địa phương để đáp ứng nhu cầu của mình, và quý vị có thể tự chọn cơ quan cung ứng dịch vụ cho mình
- phí tổn của dịch vụ chăm sóc cao niên

Hãy gọi đến cơ quan My Aged Care qua số 1800 200 422 hoặc viếng trang mạng www.myagedcare.gov.au



National Disability Insurance Scheme (Chương trình Bảo hiểm Khuyết tật Toàn quốc) (NDIS)

National Disability Insurance Scheme (NDIS) là phương cách mới để hỗ trợ từng cá nhân những người có khuyết tật vĩnh viễn và đáng kể, cũng như hỗ trợ gia đình và những người chăm sóc họ.

NDIS hỗ trợ tất cả người dân Úc nào hội đủ điều kiện, nhằm đảm bảo người khuyết tật và gia đình họ nhận được sự hỗ trợ khi cần. NDIS cũng cho người khuyết tật và gia đình có quyền đề ra mục tiêu cho chính mình cũng như tự chọn dịch vụ hỗ trợ cho mình.

NDIS có thể cung ứng cơ hội cho người khuyết tật tham gia vào các sinh hoạt xã hội và giải trí. Đây cũng có thể là lúc mà người chăm sóc có thể nghỉ ngơi và tạm nghỉ khỏi vai trò chăm sóc.

Muốn biết mình có hội đủ điều kiện để nhận được chương trình NDIS hay không, quý vị hãy gọi số: 1800 800 110 hoặc viếng trang mạng www.ndis.gov.au

Centrelink Assistance (Trợ giúp từ Centrelink)

Nếu là người chăm sóc, quý vị có thể hội đủ điều kiện nhận được Trợ cấp dành cho người Chăm sóc (Carer Payment) và/hoặc Phụ cấp dành cho Người Chăm sóc (Carer Allowance).

Trợ giúp của Centrelink sẽ tùy thuộc vào lợi tức và hoàn cảnh cá nhân của quý vị.

Centrelink có thể giúp đỡ về:

- Thẻ giảm giá, ví dụ Health Care Card (Thẻ Chăm sóc Y tế)
- Phụ cấp Dược phẩm
- Trợ giúp Tiền thuê nhà
- Phụ cấp Điện thoại
- Phụ cấp Tiện ích (ví dụ điện nước/khí đốt)
- Quỹ Tín thác Khuyết tật Đặc biệt
- Phụ cấp Di chuyển
- Hóa đơn (trả qua Centrepay)
- Phụ cấp Học tập dành cho Người lãnh Trợ cấp

Gọi đến Centrelink qua số 13 27 17 hoặc viếng trang mạng www.humanservices.gov.au/customer/themes/carers

Để nói chuyện với Centrelink bằng tiếng Việt, hãy gọi đến đường dây Điện thoại Đa ngôn ngữ qua số 13 12 02 hoặc viếng trang mạng www.humanservices.gov.au/customer/information-in-your-language



Các Ưu tư về Pháp lý của quý vị

Với cương vị là người chăm sóc, quý vị có thể đảm trách vấn đề pháp lý và tài chánh cho người mà quý vị đang chăm sóc. Trách nhiệm này có thể hơi lớn lao nhưng điều quan trọng là nên hoạch định cho tương lai vì sự an ổn của chính mình và của người mà mình chăm sóc. Điều cũng hữu ích là nên thu xếp sẵn đối với những lúc khủng hoảng hoặc khẩn cấp.

Những điều cần xem xét:

- Thu xếp tài chánh cho chính mình và người mà mình chăm sóc
- Ai sẽ giúp người mà quý vị đang chăm sóc nếu quý vị không thể làm được vì bị bệnh tật hoặc thương tích?
- Có một Chương trình Chăm sóc Khẩn cấp phòng khi có việc gì xảy ra cho quý vị
- Advance Care Planning (Kế hoạch Chăm sóc Tính trước) giúp quý vị và người mà quý vị chăm sóc sẽ cùng nhau xem xét loại chăm sóc y tế nào mà họ muốn nhận được nếu như họ trở nên bị bệnh trầm trọng, bị thương tích nặng hoặc không thể nói ra những gì họ muốn. Hãy viếng trang mạng của NSW Advance Care Planning www.health.nsw.gov.au/patients/acp/pages/default.aspx

Có nhiều loại thu xếp pháp lý cần làm trong lúc người được chăm sóc vẫn có thể tự quyết định được, bao gồm:

- Di chúc
 - Giấy Ủy quyền (Power of Attorney)
 - Quyền Thu ủy Dài hạn (Enduring Power of Attorney)
 - Quyền Giám hộ dài hạn
- Viếng trang mạng của NSW Civil and Administrative Tribunal (NCAT) (Tòa tài phán Dân sự và Hành chính NSW) www.ncat.nsw.gov.au

Để được tư vấn pháp lý tổng quát, liên lạc LawAccess NSW (dịch vụ của chính phủ qua điện thoại và miễn phí) qua số 1300 888 529 hoặc viếng trang mạng www.lawaccess.nsw.gov.au