誰是在職護理者？

在職護理者是指有薪受僱，同時也照顧患病、身體衰弱、患有殘障或年老的親戚朋友的人。他們可能是全職、兼職、臨時工，也可能是自己做生意。

Working Carers Gateway 是一個提供各種資源和資訊來幫助您發揮在職護理者作用的網站。請訪問網站 www.workingcarers.org.au

誰是年輕護理者？

年輕護理者是指幫忙照顧父母、兄弟姊妹、小孩或祖父母甚至患有殘障、精神疾病、毒癮或酗酒、慢性病、晚期疾病或年老體弱的親戚朋友的25歲以下青少年或小孩。

- Young Carers NSW (年輕護理者) 電話 1800 242 636
- Kids Helpline (兒童幫助熱線) 電話 1800 551 800

如果英語不是您的第一語言，請聯絡免費的翻譯或口譯服務 (TIS)，電話是 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

Chinese Traditional

Caring for Carers
關心護理者

支持那些照顧他人的人

MULTICULTURAL HEALTH WEEK

誰是護理者？

護理者是指為有殘障、精神疾病、毒癮或酒癮、慢性病、晚期疾病或年老體衰的家人或朋友提供照顧的人。他們照顧的可能是丈夫、妻子、父母、兒童、祖父母、孫輩、叔伯、姨嬸、鄰居或朋友。

Carer Gateway（護理者門戶）

Carer Gateway是一個全國性的網絡和電話服務，提供各種實用的資訊和資源來幫助護理者。交互式服務搜索器能幫助護理者與當地支持服務機構聯絡。

如需支持和建議，請致電1800 422 737 （週一至週五，早上8點至下午6點），或訪問網站 www.carergateway.gov.au

Carers NSW （新南威爾士州護理者）

Carers NSW是一個非政府組織，為NSW所有的護理者提供支持，維護他們的權益。

Carers NSW 提供：

- 轉介服務
- 針對護理者和護理者支持團體的資訊和資源
- 情感支持（面對面輔導、電話輔導或分組輔導）
- 針對精神健康護理者的支持服務
- 年老父母護理者計劃
- 年輕護理者計劃
- 教育及培訓
- 護理者代表計劃
- 全面維權

如果需要更多資訊，請致電Carers NSW Carer Line 1800 242 636 (*除手提電話以外免費通話)，或訪問網站 www.carersnsw.org.au

My Aged Care（我的長者照顧機構）

My Aged Care 是長者及其家人和護理者獲得長者照顧服務的新聯繫中心。

My Aged Care提供如下資訊：

- 不同類型的長者照顧服務
- 您接受服務的條件
- 協助您尋找合適需求的當地服務，您可以選擇自己的服務供應商。
- 您的長者照顧服務費用

請致電 My Aged Care，號碼是 1800 200 422，或訪問網站 www.myagedcare.gov.au

National Disability Insurance Scheme (全國殘障保險計劃) (NDIS)

National Disability Insurance Scheme是為患有永久和重大殘障者及其家人和護理者提供個性化支持的新方式。

NDIS為所有合資格的澳大利亞人提供支持服務，確保殘障者及其家人在需要時獲得他們所需要的支持。NDIS還讓殘障者及其家人能夠設定自己的目標及選擇自己的支持服務。

NDIS可以為殘障者提供參與社交和娛樂活動的機會。這也是護理者休息和從照顧工作中緩解壓力的時間。

如果要查詢您是否符合申請 NDIS 的資格，請致電 1800 800 110， 或訪問網站 www.ndis.gov.au

Centrelink Assistance (澳大利亞福利處補助)

如果您是護理者，那麼或許有資格申請護理者補助和/或護理者津貼。

澳大利亞福利處的補助取決於您的收入和個人經濟狀況。

澳大利亞福利處可以提供以下幫助：

- 優惠卡，如Health Care Card （醫療保健卡）
- 醫藥津貼
- 租金援助
- 電話津貼
- 公共事業津貼
- 特殊殘障信託
- 交通津貼
- 付帳單（經由Centrepay支付）
- 領取養老金者教育補助

請致電澳大利亞福利處，號碼是13 27 17，或訪問網站 www.humanservices.gov.au/customer/themes/carers

如果需要使用您的語言與澳大利亞福利處通話，請致電多種語言電話服務處，號碼是 13 12 02， 或訪問網站 www.humanservices.gov.au/customer/information-in-your-language

您在法律方面的擔憂

作為護理者，您或許必須對您所照顧的人負起法律和財務上的責任。這個責任可能是很重大的，但重要的是要計劃好未來，既要保障您自己，也要保障您所照顧的人。為危機或緊急時期做好安排也是很有好處的。

需要考慮的事情包括：

- 為您本人及所照顧的人做好財務上的安排。
- 如果您因病或因傷而不能照顧您目前所照顧的人，那麼誰來幫助這個人呢？
- 有一個緊急護理計劃，以防萬一您有什麼事。
- Advance Care Planning （高級護理計劃）幫助您和您所照顧的人考慮在他們患上嚴重疾病、受傷或無法表達需求的情況下他們需要得到哪種醫療護理。請訪問 NSW Advance Care Planning網站 www.health.nsw.gov.au/patients/acp/pages/default.aspx

當被照顧的人仍然有能力自己作出決定時，就必須做出各種法定安排，包括：

- 立遺囑
- 簽委託書
- 持久委託
- 持久監護

請訪問 NSW Civil and Administrative Tribunal (NCAT) (新州民事行政仲裁庭) www.ncat.nsw.gov.au

如果需要查詢一般的法律事宜，請聯絡 LawAccess NSW（政府免費電話服務）電話是 1300 888 529，或訪問網站 www.lawaccess.nsw.gov.au