

काम करने वाले देखभाल कर्ता कौन होते हैं?

काम करने वाले देखभाल कर्ता वे लोग होते हैं, जिन्हें नौकरी करने के लिए वेतन मिल रहा है व वे किसी ऐसे रिश्तेदार या मित्र की देखभाल भी कर रहे हैं जो बीमार, कमजोर, विकलांग या वृद्ध है। वे पूरे या अल्प कुछ घंटों के लिए, कैज्युल रूप से नौकरी कर सकते हैं या अपना खुद का व्यवसाय कर सकते हैं।

Working Carers Gateway एक ऐसी वेबसाइट है जो आपको एक काम करने वाला देखभाल कर्ता होने के रूप में मदद देने के लिए कई प्रकार के साधन व जानकारी प्रदान करती है। www.workingcarers.org.au पर देखें।

युवा देखभाल कर्ता कौन होते हैं?

युवा देखभाल कर्ता बच्चे या युवक होते हैं जिनकी आयु 25 वर्ष तक होती है, वे अपने माता-पिता, भाई-बहन, बच्चे या दादा-दादी/नाना-नानी या किसी अन्य रिश्तेदार या मित्र की देखभाल करते हैं जो विकलांगता, मानसिक विकार से पीड़ित हैं, नशीली दवा व/या शराब के आदी हैं, जिन्हें कोई पुराना रोग है, जानलेवा बीमारी है या जो कमजोर वृद्ध है।

- Young Carers NSW (युवा देखभाल कर्ता, न्यू साऊथ वेल्स कार्यालय) 1800 242 636
- Kids Helpline (बच्चों की मदद के लिए फ़ोनलाइन) 1800 551 800

यदि आपकी प्रथम भाषा अंग्रेज़ी नहीं है तो निशुल्क अनुवाद व दुभाषिया सेवा (TIS) से 13 14 50 पर संपर्क करें।

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

Hindi

Caring
for Carers

देखभाल कर्ताओं की
देखभाल करना

उन लोगों को सहायता देना जो किसी
व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं



देखभाल कर्ता कौन होते हैं?

देखभाल कर्ता वह व्यक्ति है जो अपने परिवार के किसी सदस्य या मित्र की जो विकलांगता, मानसिक विकार से पीड़ित है, नशीली दवा व/या शराब का आदी है, उसे कोई पुराना रोग है, जानलेवा बीमारी है या जो कमजोर वृद्ध है, उसकी देखभाल करता है। देखभाल कर्ता पति, पत्नी, माता-पिता, बच्चे, दादा-दादी/नाना-नानी, पोता-पोती/नाती-नातिन, चाचा/मामा, चाची/मामी, पड़ोसी या मित्र की देखभाल कर सकते हैं।



Carer Gateway (देखभाल कर्ता गेटवे)

Carer Gateway राष्ट्रीय ऑनलाइन व फ़ोन सेवा है जो देखभाल कर्ताओं की सहायता के लिए उपयोगी जानकारी व साधन प्रदान करती है। यह इंटरएक्टिव सेवा खोजने वाला इंटरएक्टिव साधन देखभाल कर्ताओं को स्थानीय सहायता सेवाओं से जोड़ता है।

सहायता व सलाह के लिए 1800 422 737 पर फ़ोन करें (सोमवार से शुक्रवार, सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक) या www.carergateway.gov.au पर देखें।

MULTICULTURAL
HEALTH WEEK

Carers NSW (केअरर, न्यू साऊथ वेल्ज़ कार्यालय)

Carers NSW एक गैर-सरकारी संस्था है जो न्यू साऊथ वेल्ज़ में सभी देखभाल कर्ताओं की सहायता व वकालत करती है।

Carers NSW निम्नलिखित प्रदान करती है:

- सेवाओं के पास भेजना
- देखभाल कर्ताओं व देखभाल कर्ता सहायता दलों को जानकारी व साधन देना
- भावनात्मक सहायता (आमने-सामने, फ़ोन व समूहों में काऊन्सलिंग करना)
- मानसिक स्वास्थ्य के देखभाल कर्ताओं के लिए सहायता
- वृद्ध माता-पिता के देखभाल कर्ताओं के लिए कार्यक्रम
- युवकों के देखभाल कर्ताओं के लिए कार्यक्रम
- शिक्षा व प्रशिक्षण
- देखभाल कर्ताओं के प्रतिनिधियों के लिए कार्यक्रम
- प्रणाली की वकालत

अधिक जानकारी के लिए Carers NSW Carer Line (केअरर्स केअर लाईन न्यू साऊथ वेल्ज़) को 1800 242 636 पर फ़ोन करें (*निशुल्क कॉल, मोबाईल के अलावा) या www.carersnsw.org.au पर देखें।

My Aged Care (मेरा वृद्ध लोगों की देखभाल का केंद्र)

My Aged Care वृद्ध लोगों के लिए एक नया संपर्क केंद्र है तथा जहाँ उनके परिवार व देखभाल कर्ता वृद्ध लोगों के लिए सेवाएँ प्राप्त कर सकते हैं।

My Aged Care निम्नलिखित के बारे में जानकारी देती है:

- वृद्ध लोगों की देखभाल के लिए विभिन्न प्रकार की सेवाएँ
- इन सेवाओं के लिए आपकी योग्यता
- आपकी ज़रूरतों को पूरा करने के लिए स्थानीय सेवाएँ खोजने में सहायता करना, आप अपने सेवा प्रदान कर्ता को अपने आप चुन सकते हैं
- आपकी वृद्ध लोगों की देखभाल सेवाओं का क्या खर्चा होगा

My Aged Care को 1800 200 422 पर फ़ोन करें या www.myagedcare.gov.au पर देखें।



National Disability Insurance Scheme (राष्ट्रीय विकलांगता बीमा योजना) (NDIS)

National Disability Insurance Scheme (NDIS), स्थाई व गंभीर विकलांगता से पीड़ित लोगों व उनके परिवारों व देखभाल कर्ताओं को निजी रूप से सहायता प्रदान करने का नया तरीका है।

NDIS सभी उपयुक्त ऑस्ट्रेलियावासियों को सहायता प्रदान करती है जिससे यह सुनिश्चित होता है कि विकलांगता से पीड़ित लोगों व उनके परिवारों को उस समय सहायता मिलती है जब उन्हें सहायता की आवश्यकता होती है। यह विकलांगता से पीड़ित लोगों व उनके परिवारों को क्षमता भी देता है कि वे अपने लक्ष्यों के बारे में खुद निर्णय लें व अपने सहायता देने वालों को चुनें।

NDIS विकलांगता से पीड़ित लोगों को अवसर प्रदान कर सकती है कि वे सामाजिक व मनोरंजक गतिविधियों में भाग ले सकें। यह ऐसा समय भी हो सकता है जब उनके देखभाल कर्ताओं को भी देखभाल करने से आराम व राहत मिल सके।

यह देखने के लिए कि आप NDIS के लिए उपयुक्त हैं या नहीं इस नम्बर पर फ़ोन करें: 1800 800 110 या www.ndis.gov.au पर देखें।

Centrelink Assistance (सेन्टरलिंग से सहायता मिलना)

यदि आप देखभाल कर्ता हैं तो आप देखभाल कर्ता भुगतान (Carer Payment) व/या देखभाल कर्ता भत्ता (Carer Allowance) मिलने के लिए उपयुक्त हो सकते हैं।

सेन्टरलिंग की सहायता आपकी आय व निजी परिस्थितियों पर आधारित होगी।

सेन्टरलिंग निम्नलिखित सहायता कर सकती है:

- कन्सेशन कार्ड, जैसे कि Health Care Card (स्वास्थ्य देखभाल कार्ड)
 - दवाइयाँ खरीदने के लिए भत्ता
 - घर के किराए के लिए सहायता
 - टेलिफ़ोन भत्ता
 - उपयोगी सामान के लिए भत्ता
 - विशेष विकलांगता ट्रस्ट
 - गतिशीलता भत्ता
 - बिल देना (सेन्टरलिंग के (Centrepay) माध्यम से बिल देना)
 - पेन्शनर शिक्षा के लिए पूरक सहायता
- सेन्टरलिंग को 13 27 17 पर फ़ोन करें या www.humanservices.gov.au/customer/themes/carers पर देखें।

सेन्टरलिंग से अपनी भाषा में बात करने के लिए बहुभाषाई फ़ोन सेवा को 13 12 02 पर फ़ोन करें या www.humanservices.gov.au/customer/information-in-your-language पर देखें।



आपकी क़ानूनी चिन्ताएँ

एक देखभाल कर्ता होने के नाते आप जिस व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं उसके क़ानूनी व वित्तीय मामलों के लिए आप ज़िम्मेदार हो सकते हैं। यह ज़िम्मेदारी बहुत परेशान करने वाली हो सकती है पर यह महत्वपूर्ण है कि भविष्य में आपकी व जिस व्यक्ति की आप देखभाल कर रहे हैं उसकी सुरक्षा के लिए योजना बनाएँ। इससे भी मदद मिलती है कि संकट या आपात स्थिति के लिए व्यवस्था की जाए।

जिन चीज़ों पर ध्यान दिया जाना चाहिए:

- आपकी व जिस व्यक्ति की आप देखभाल कर रहे हैं, आप दोनों की वित्तीय व्यवस्थाएँ
- यदि आप बीमारी या चोट लगने के कारण उस व्यक्ति की देखभाल नहीं कर पाते हैं जिस की आप देखभाल कर रहे हैं, तो कौन मदद करेगा।
- एक आपात देखभाल योजना बनाना जिससे कि यदि आपको कुछ हो जाता है तो क्या किया जाएगा।
- Advance Care Planning (पहले से ही देखभाल करने की योजना बनाना) यह योजना बनाने से आपको व जिस व्यक्ति की आप देखभाल कर रहे हैं उसे इस बात में मदद मिलती है कि आप दोनों यह सोचें कि यदि यह व्यक्ति बहुत अधिक बीमार हो जाता है, उसके चोट लग जाती है या वह बता नहीं सकता कि उसे क्या चाहिए तो वह किस प्रकार की स्वास्थ्य देखभाल पाना चाहेंगे। NSW Advance Care Planning www.health.nsw.gov.au/patients/acp/pages/default.aspx पर देखें।

जब वह व्यक्ति जिसकी देखभाल की जा रही है, इस स्थिति में है कि वह अपने निर्णय खुद ले सकता है तो कई प्रकार की क़ानूनी व्यवस्थाएँ करनी आवश्यक है, जिनमें निम्नलिखित शामिल हैं:

- वसीयतनामा
- मुख्तारनामा (पावर ऑफ़ अटॉर्नी)
- स्थाई मुख्तारनामा
- स्थाई संरक्षकता
- NSW Civil and Administrative Tribunal (NCAT) (NSW दीवानी व प्रशासनिक ट्राईब्यूनल) www.ncat.nsw.gov.au

आम क़ानूनी सलाह के लिए LawAccess NSW से 1300 888 529 पर संपर्क करें (निशुल्क सरकारी टेलिफ़ोन सेवा) या www.lawaccess.nsw.gov.au पर देखें।