

Caring for Carers

关心照顾者

支持那些照顾他人的人



MULTICULTURAL
HEALTH WEEK



Carers NSW
Australia

谁是照顾者？

照顾者是指为有残障、精神疾病、毒瘾或酒瘾、慢性病、晚期疾病或年老体衰的家人或朋友提供照顾的人。他们照顾的可能是丈夫、妻子、父母、儿童、祖父母、孙辈、叔伯、姨婶、邻居或朋友。

Carer Gateway（照顾者门户）

Carer Gateway 是为您这样的照顾者设立的，独立于您所照顾的家人或朋友的服务机构。Carer Gateway是全国性的网上和电话服务，提供实用的信息和资源来帮助照顾者。照顾者可以通过 Carer Gateway登记额外的一对一帮助。

如需支持和建议，请致电 1800 422 737（周一至周五，早上8点至下午6点），或访问网站 www.carergateway.gov.au。

紧急暂息护理

如果需要紧急暂息服务，您可以打电话 1800 422 737，这个电话每天24小时，每周7天开通。

谁是在职照顾者？

在职照顾者是指有薪受雇，同时也照顾患病、身体衰弱、患有残障或年老的亲戚朋友的人。他们可能是全职、兼职、临时工，也可能是自己做生意。



谁是年轻照顾者？

年轻照顾者是指帮忙照顾父母、兄弟姐妹、小孩或祖父母甚至患有残障、精神疾病、毒瘾或酗酒、慢性病、晚期疾病或年老体弱的亲戚朋友的25岁以下青少年或小孩。

- Young Carers NSW（年轻照顾者）
电话 1800 242 636
- Kids Helpline（儿童帮助热线）
电话 1800 551 800

Carers NSW（新南威尔士州照顾者）

Carers NSW是一个非政府组织，为NSW所有的照顾者提供支持，维护他们的权益。

Carers NSW 提供：

- 转介服务
- 针对照顾者和照顾者支持团体的信息和资源
- 针对精神健康照顾者的支持服务
- 全面维权
- 年轻照顾者计划
- 教育及培训
- 照顾者代表计划

详情请打电话 02 9280 4744 向 Carers NSW 查询，或访问网站 www.carersnsw.org.au

My Aged Care（我的长者照顾机构）

在 My Aged Care 的网站上，长者及其家人和照顾者可以获得关于政府资助的长者照顾服务机构的信息。

My Aged Care提供如下信息：

- 不同类型的长者照顾服务
- 您接受服务的条件
- 协助您寻找合适需求的当地服务，您可以选择自己的服务供货商
- 您的长者照顾服务费用

请致电 My Aged Care，号码是 1800 200 422，或访问网站 www.myagedcare.gov.au。



National Disability Insurance Scheme (全国残障保险计划) (NDIS)

National Disability Insurance Scheme (NDIS) 为未满65岁的永久和重度残障人士提供个性化的帮助。

NDIS 为所有合格的澳大利亚人提供支持服务，确保残障者及其家人在需要时获得他们所需要的支持。NDIS 还让残障者及其家人能够设定自己的目标及选择自己的支持服务。

NDIS 可以为残障者提供参与社交和娱乐活动的机会。

如果要查询您是否符合申请NDIS的资格，请致电 1800 800 110，或访问网站 www.ndis.gov.au。

Centrelink Assistance (澳大利亚福利处补助)

如果您是照顾者，那么或许有资格申请照顾者补助和/或照顾者津贴。

澳大利亚福利处的补助取决于您的收入和个人经济状况。

澳大利亚福利处可以提供以下帮助：

- 优惠卡，如 Health Care Card (医疗保健卡)
- 医药津贴
- 租金援助
- 电话津贴
- 公共事业津贴
- 特殊残障信托
- 交通津贴
- 付账单 (经由Centrepay支付)
- 领取养老金者教育补助

请致电澳大利亚福利处，号码是 13 27 17，或访问网站 www.humanservices.gov.au/customer/themes/carers。

如果需要使用您的语言与澳大利亚福利处通话，请致电多种语言电话服务处，号码是 13 12 02，或访问网站 www.humanservices.gov.au/customer/informationin-your-language。

您在法律方面的担忧

作为照顾者，您或许必须对您所照顾的人负起法律和财务上的责任。这个责任可能是很重大的，但重要的是要计划好未来，既要保障您自己，也要保障您所照顾的人。为危机或紧急时期做好安排也是很有好处的。

需要考虑的事情包括：

- 为您本人及所照顾的人做好财务上的安排
- 如果您因病或因伤而不能照顾您目前所照顾的人，那么谁来帮助这个人呢？
- 有一个紧急护理计划，以防万一您有什么事
- Advance Care Planning (高级护理计划) 帮助您和您所照顾的人考虑在他们患上严重疾病、受伤或无法表达需求的情况下他们需要得到哪种医疗护理。请访问NSW Advance Care Planning 网站 <http://www.health.nsw.gov.au/patients/acp/pages/default.aspx>

当被照顾的人仍然有能力自己作出决定时，就必须做出各种法定安排，包括：

- 立遗嘱
 - 签委托书
 - 持久委托
 - 持久监护
- 请访问 NSW Civil and Administrative Tribunal (新州民事行政仲裁庭) www.ncat.nsw.gov.au

如果需要查询一般的法律事宜，请联系 LawAccess NSW (政府免费电话服务) 电话是 1300 888 529，或访问网站 www.lawaccess.nsw.gov.au。

