

# Betreuen oder unterstützen Sie eine(n) Angehörige(n) oder eine(n) Bekannte(n)?



Das Betreuerportal (Carer Gateway) ist für Sie da



**Pflegen und unterstützen Sie eine(n) Angehörige(n) oder eine(n) Bekannte(n) mit einer Behinderung, einer Krankheit, einer psychischen Erkrankung oder einer altersbedingten Gebrechlichkeit?**

**Würde es Ihnen helfen, wenn Sie Unterstützung bekämen, damit Sie weiterhin für die Person, die Sie betreuen, da sein können?**

**Wenn Sie eine dieser Fragen mit Ja beantwortet haben, kann das Betreuerportal (Carer Gateway) Ihnen helfen.**

## **Was ist das Carer Gateway und für wen ist es gedacht?**

Das Carer Gateway bietet kostenlose Unterstützungsdienste und Informationen für Menschen, die Familienangehörige oder Bekannte betreuen und unterstützen. Dies kann aufgrund einer Behinderung, einer Krankheit, einer psychischen Erkrankung oder altersbedingter Gebrechlichkeit sein.

Es spielt keine Rolle, ob Sie staatliche Zuschüsse erhalten oder nicht, Sie können das Carer Gateway in jedem Fall in Anspruch nehmen. Schließlich ist jede Pflegesituation anders.

Manche Betreuer/innen kümmern sich 24 Stunden am Tag um eine andere Person und helfen bei der Bewältigung des täglichen Lebens, während andere ein paar Stunden lang Unterstützung bei täglichen Aufgaben leisten.

## Wie werden die Dienstleistungen angeboten?

Eine Reihe von Organisationen in ganz Australien bieten Carer Gateway-Dienstleistungen für Betreuer/innen in örtlichen Gemeinden an.

Das Angebot wird persönlich, online und per Telefon bereitgestellt.

## Wie kann ich die Dienstleistungen in Anspruch nehmen?

Sie können von Montag bis Freitag zwischen 8 und 17 Uhr Ortszeit unter der Telefonnummer 1800 422 737 mit einem Carer Gateway-Anbieter in Ihrer Nähe sprechen. Man wird mit Ihnen über Ihre Situation sprechen und Ihnen helfen, Angebote in Anspruch zu nehmen, die auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Online-Dienste und weitere Informationen finden Sie auf der Carer Gateway-Website: [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au).

## Welche Dienstleistungen sind erhältlich?



### Anleitungen

Erlernen Sie neue Wege zur Stressbewältigung und zur Steigerung Ihres Wohlbefindens.

- **Selbstgeführte Kurse** – absolvieren Sie einen Online-Kurs in Ihrem eigenen Tempo.
- **Persönliche Anleitungen** – treffen Sie sich persönlich mit einem Coach in Ihrer Nähe.



### Beratung

Wenn Sie gestresst, besorgt, traurig oder frustriert sind, kann ein professioneller Berater mit Ihnen über Ihre Situation sprechen und Ihnen helfen.

- **Persönliche Beratung** – führen Sie ein Einzel- oder Gruppengespräch mit einem Berater in Ihrer Nähe.
- **Telefonische Beratung** – sprechen Sie mit einem Berater am Telefon.



### Entlastungspflege

Wenn Sie unerwartet krank werden oder sich verletzen und sich nicht weiter um die Person kümmern können, die Sie pflegen, kann Ihnen Notfall-Entlastungspflege helfen, die Person zu betreuen, während Sie genesen. Rufen Sie jederzeit die Nummer 1800 422 737 an, um eine Entlastungspflege anzufordern.



### Verbindung mit anderen Menschen in ähnlichen Situationen

Treffen Sie sich mit Menschen, die wie Sie eine(n) Familienangehörige(n) oder eine(n) Bekannte(n) betreuen. Tauschen Sie Geschichten, Wissen und Erfahrungen aus, um voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen.

- **Persönlich** – schließen Sie sich einer Gruppe von Menschen in Ihrer Nähe an, die ebenfalls Angehörige oder Bekannte pflegen.
- **Online-Gemeinschaft** – nehmen Sie an den Online-Chatgruppen teil und sprechen Sie mit anderen Menschen, die ebenfalls Angehörige oder Bekannte pflegen.

**carergateway.gov.au**

Wir verbinden Betreuerinnen und Betreuer  mit Unterstützungsdiensten

*„Sie sind stärker, als Sie denken. Achten Sie auf sich selbst und vertrauen Sie auf Ihr Bauchgefühl.“*

Pam, Betreuerin ihres Sohnes



### Online-Kurse

Lernen Sie neue Fähigkeiten, um sich nicht nur um andere, sondern auch um sich selbst zu kümmern. Informieren Sie sich über neue Möglichkeiten, mit Stress und rechtlichen Fragen umzugehen, und fördern Sie Ihre Gesundheit und Sicherheit. Jeder Kurs behandelt ein anderes Thema und Sie können ihn online in Ihrem eigenen Tempo absolvieren.



### Maßgeschneidertes Unterstützungspaket

Die Unterstützungsangebote und Dienstleistungen sind auf Sie zugeschnitten und helfen Ihnen bei Ihren Betreuungsaufgaben.

Möglicherweise können Sie die folgenden Angebote kostenlos in Anspruch nehmen:

- Dienstleistungen oder Ausrüstungen, die Ihnen bei Ihrer Weiterbildung helfen, z. B. Nachhilfeunterricht, Lehrmittel oder Schulungskurse.
- Geplante Auszeiten, in denen sich ein Dienstleister um Ihr Familienmitglied oder Ihre(n) Bekannte(n) kümmert, während Sie eine Pause machen.
- Koch- und Reinigungsdienste
- Hilfe beim Einkaufen
- Fahrdienste, z. B. um Sie zu Arztterminen oder zum Einkaufen zu bringen.

## Wie kann ich das Carer Gateway kontaktieren?

Rufen Sie das Carer Gateway unter der Nummer **1800 422 737** von Montag bis Freitag zwischen 8 und 17 Uhr an, um mit Ihrem örtlichen Anbieter über die für Sie verfügbaren Hilfsangebote und Dienstleistungen zu sprechen. Die Entlastungspflege ist rund um die Uhr an sieben Tagen pro Woche unter der gleichen Nummer erreichbar.

Wenn Sie Informationen in einer anderen Sprache als Englisch benötigen, rufen Sie den Übersetzungs- und Dolmetscherdienst unter **131 450** an.

Wenn Sie gehörlos sind oder eine Hör- oder Sprachbehinderung haben, können Sie den National Relay Service unter **133 677** anrufen.

Online-Dienste und weitere Informationen finden Sie auf der Carer Gateway-Website: [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au)