Int tieħu ħsieb u tissapportja membru tal-familja jew ħabib/a?

L-Aċċess għall-Kerer (Carer Gateway) tgħodd għalik

Carer Gateway
An Australian Government Initiative

Int tipprovdi kura u sapport lil xi membru tal-familja jew ħabib/a li għandhom diżabilità, kundizzjoni medika, mard mentali, jew huma debboli minħabba l-età?

Taħseb li tkun ta' għajnuna għalik li jkun hemm servizzi biex jissapportjawk biex int tkun tista' tibqa' hemm għal dik il-persuna li int tieħu ħsieb?

Jekk weġibt iva għal kwalunkwe waħda minn dawn il-mistoqsijiet, il-Carer Gateway jista' jgħinek.

X'inhu l-Carer Gateway u għal min jgħodd?

Il-Carer Gateway jipprovdi servizzi ta' sapport u tagħrif bla ħlas lill-persuni li jipprovdu kura u sapport lil membru tal-familja jew ħabib/a. Dan jista' jkun il-każ għax għandhom diżabilità, kundizzjoni medika, mard mentali jew huma debboli minħabba l-età.

M'għandux x'jaqsam jekk intom tirċevux jew le pagament tal-gvern, intom xorta waħda tistgħu taċċessjaw il-Carer Gateway. Wara kollox, kull sitwazzjoni tal-kura hi differenti.

Xi kerers jieħdu ħsieb persuna oħra 24 siegħa kuljum u jgħinu fl-għajxien ta' kuljum, waqt li oħrajn jissapportjaw persuni għal ftit sigħat biex jgħinuhom fix-xogħol ta' kuljum.

Kif inhuma pprovduti s-servizzi?

Firxa ta' organizzazzjonijiet madwar l-Awstralja jipprovdu s-servizzi tal-Carer Gateway lill-kerers fil-komunitajiet lokali.

Is-servizzi huma pprovduti personalment, onlajn jew permezz tat-telefown.

Kif naċċessja s-servizzi?

Billi ċċempel 1800 422 737 mit-Tnejn sal-Ġimgħa bejn it-8am u l-5pm ħin lokali, int tista' tkellem lill-fornitur tas-servizz tal-Carer Gateway fiż-żona tiegħek. Huma ser ikellmuk dwar is-sitwazzjoni tiegħek u jgħinuk taċċessja servizzi li huma speċifiċi għall-bżonnijiet tiegħek.

Int tista' taċċessja servizzi u aktar tagħrif onlajn fuq is-sit tal-web tal-Carer Gateway: carergateway.gov.au.

X'servizzi huma disponibbli?

Ikkowċjar

Tgħallem kif timmaniġġja l-istress u ttejjeb il-benesseri tiegħek.

- **Ikkowċjar f'idejk stess** – tagħmel korsijiet onlajn u ittemmhom onlajn fuq perjodu ta' żmien li tistabilixxi int stess u mingħajr għaġġla.
- **Ikkowċjar personali** – tiltaqa' wiċċ imb wiċċ mal-kowċ fiż-żona tiegħek.

Servizz ta' pariri

Jekk qed tħossok li tbati mill-istress, qalbek sewda jew irrabjat, kownseller jista' jkellmek dwar is-sitwazzjoni tiegħek u jgħinek.

- **Personalment** – titkellem ras imb ras jew fi grupp ma' kownseller fiż-żona lokali tiegħek.
- **Servizz ta' pariri permezz tat-telefown** – titkellem ma' kownseller permezz tat-telefown.

Respajt f'każ ta' emerġenza

Jekk timrad jew tweġġa' għall-għarrieda u ma tistax tkompli tieħu ħsieb il-persuna li tindokra, is-servizzi tar-respajt f'każ ta' emerġenza jistgħu jgħinu jieħdu ħsiebha waqt li int tkun qed tmur għall-aħjar. Ċempel 1800 422 737 f'kwalunkwe ħin biex titlob respajt tal-emerġenza.

Ikkonettja ma' oħrajn f'sitwazzjonijiet simili

Tiltaqa' ma persuni bħalek li jieħdu ħsieb membru tal-familja jew ħabib/a. Aqsam magħhom stejjer, għerf u esperjenzi biex titgħallmu u tissapportjaw lil xulxin.

- **Personalment** – ingħaqad ma' grupp ta' persuni fiż-żona lokali tiegħek li jieħdu ħsieb ukoll membru tal-familja jew ħabib/a.
- **Komunità onlajn** – issieħeb ma' gruppi onlajn li jitkellmu flimkien u tkellem ma' persuni oħra li jieħdu ħsieb ukoll xi membru tal-familja jew ħabib/a.

carergateway.gov.au

Ikkonettjar tal-kerers ma' servizzi ta' sapport

'Int aktar b'saħħtek milli taħseb. Ħu ħsieb tiegħek innifsek u oqgħod fuq dak li tħabbrek qalbek.'

Pam, kerer ta' binha.

Korsijiet onlajn ta' ħiliet

Tgħallem ħiliet ġodda biex tieħu ħsieb xi ħadd ieħor kif ukoll tiegħek stess. Sib modi ġodda biex tiffaċċja l-istress u problemi legali, u ttejjeb is-saħħa u s-sigurtà. Kull kors jkopri suġġett differenti u int tista' ittemmhom onlajn fuq perjodu ta' żmien li tistabilixxi int stess u mingħajr għaġġla.

Pakkett imffassal ta' sapport

Is-sapport u servizzi huma mfassla biex jgħinuk fir-rwol tiegħek tal-kura.

Int għandek mnejn tkun tista' tikseb bla ħlas:

- servizzi jew apparat biex jgħinuk tkompli tistudja – pereżempju, privat, provisti edukattivi jew korsijiet ta' taħriġ
- respajt ippjanat, fejn il-fornitur tas-servizz jidħol għalik biex jieħu ħsieb il-membru tal-familja jew ħabib/a tiegħek waqt li tieħu brejk.
- servizz ta' tisjir u tindif
- għajnuna fix-xirja
- trasport biex jgħinek tagħmel affarijiet bħal ngħidu aħna tmur għall-appuntamenti mediċi jew tagħmel ix-xirja.

Kif nikkuntattja lil Carer Gateway?

Ċempel lil Carer Gateway fuq **1800 422 737** Mit-Tnejn sal-Ġimgħa bejn it-8am u l-5pm biex titkellem mal-fornitur tiegħek tas-servizzi lokali dwar s-sapport u s-servizzi li int tista' tuża. Hemm servizzi ta' respajt f'każ ta' emerġenza 24 siegħa kuljum, sebat ijiem fil-ġimgħa fuq l-istess numru.

Jekk għandek bżonn tagħrif fil-lingwa tiegħek għajr l-Ingliż, ċempel lis-Servizz tat-Traduzzjoni u l-Interpretar fuq 131 450.

Jekk int trux, jew għandek impediment tas-smigħ jew tat-taħdit, int tista' ċċempel is-Servizz Nazzjonali tar-Relay fuq 133 677.

Hemm servizzi onlajn u aktar tagħrif fuq is-sit tal-web tal-Carer Gateway: **carergateway.gov.au**