

القائمون بالرعاية بنيو ساوث ويلز

من هم القائمون بالرعاية؟

القائمون بالرعاية هم أقارب أو أصدقاء يقومون برعاية أشخاص ذوو إعاقة، أو مرض عقلي، أو حالة مزمنة أو مسنين ضعفاء. قد تقوم برعاية زوجك، زوجتك، أحد الأبوين، طفل، جد أو جدة، حفيد، عم أو خال، عمّة أو خالة، أحد الجيران أو صديق. إن القيام بالرعاية ليس دائماً أمر سهل. قد يكون هناك العديد من الأسئلة التي ترغب في طرحها، مثل:

- حديثاً أنا أصبحت قائم بالرعاية – من أين أبدأ؟
- ما هي المساعدة المالية التي قد أحصل عليها؟
- هل يمكنني التحدث إلى أحد عما أشعر به؟
- ما هي الخدمات التي قد تساعدنا؟
- كيف يمكنني مقابلة آخرين مثلي؟
- كيف أقوم بتدبير الرعاية وغيرها من المسؤوليات؟
- كيف أحصل على وقت للراحة يتناسب معي ومع الشخص الذي أقوم برعايته؟
- هل يتعين على ترك عملي؟

ما هي الخدمات المتاحة والدعم المتاح لي؟

إن المساعدة قد تساعدك كما قد تساعد الشخص الذي تقوم برعايته. وهذه بعض من أمثلة الخدمات:

- مجموعات دعم القائم بالرعاية
- المراكز الصحية بالمجتمع
- الخدمات الغذائية
- المساعدة المنزلية
- صيانة المنزل وتعديله
- وقت الراحة
- وسائل الانتقال
- برامج المتطوعين

ما الذي تقدمه Carers NSW؟

- معلومات ومشورة متخصصة للقائمين بالرعاية
- الدعم العاطفي
- البرامج التعليمية والتدريبية
- البرامج الاستشارية
- مجموعة دعم القائم بالرعاية باللغة العربية

القائمون بالرعاية بنيو ساوث ويلز

كيف تقوم بالاتصال بنا؟

يمكن الاتصال بـ **Carers NSW** على الرقم **1800 242 636**. إذا كانت اللغة الإنجليزية ليست لغتك الأولى، يمكنك الاتصال بنا من خلال خدمة الترجمة الخطية والشفهية على الرقم 13 14 50. وكحل بديل، يمكن أن تطلب من أحد الأقارب أو العمال الاتصال بنا نيابةً عنك. إذا كان قريبك متواجد فقط في المساء، يمكنك ترك رسالة على جهاز الرد على التليفون مع ترك اسمك ورقم تليفونك واللغة التي تتحدثها وسوف نتصل بك ومعنا مترجم شفهي.

كيف اتقدم بشكوى؟

إذا كنت قائم بالرعاية قد تكون مشترك مع مجموعة من الأشخاص والخدمات والمنظمات التي تساعدك في مسؤوليات القيام بالرعاية. أحياناً تنشأ المشاكل التي ترغب في الشكوى عنها. عندما يحدث شيء غير عادل أو تعتقد أنت أو الشخص الذي تقوم برعايته إنه قد تمت معاملتك بطريقة غير مقبولة، فمن حَقك أن تُعبّر عن ذلك بوضوح وأن يتم معالجة المشكلة. إذا كنت غير متأكد، برجاء الاتصال بـ **Carers NSW** على الرقم **1800 242 636** لمناقشة موقفك الخاص.