

Cuidadores NSW

¿Qué son los cuidadores?

Los cuidadores son familiares y amigos que cuidan de personas con una discapacidad, enfermedad mental, afección crónica o de personas mayores y delicadas de salud. Usted podría cuidar de su esposo, esposa, padre, madre, hijo/a, abuelo/a, nieto/a, tío, tía, un vecino o un amigo. Cuidar no siempre es fácil. Podrían haber muchas preguntas que le gustaría formular, por ejemplo:

- Acabo de convertirme en cuidador: ¿por dónde comienzo?
- ¿Qué ayuda financiera podría recibir?
- ¿Puedo hablar con alguien sobre cómo me siento?
- ¿Qué servicios podrían ayudarme?
- ¿Cómo puedo encontrar a otros como yo?
- ¿Cómo manejo el cuidado junto a otras responsabilidades?
- ¿Cómo puedo conseguir un descanso que me sirva a mí y a la persona a la que cuido?
- ¿Debo dejar de trabajar?

¿Con qué servicios y apoyo puedo contar?

La asistencia puede ayudarle a usted y a la persona a quien cuida. Estos son algunos de los ejemplos de servicios:

- Grupos de apoyo para cuidadores
- Centros de salud comunitaria
- Servicios de comidas
- Ayuda en el hogar
- Mantenimiento y modificación del hogar
- Relevo (Respite)
- Transporte
- Programas de voluntarios

¿Qué ofrece Carers NSW?

- Información y asesoramiento especializado a cuidadores
- Apoyo emocional
- Programas de educación y capacitación
- Programas de consejería
- Conjunto de apoyo en español a los cuidadores

Cuidadores NSW

¿Cómo contactarnos?

Puede contactar a **Carers NSW** en el **1800 242 636**. Si el inglés no es su primer idioma, puede contactarnos mediante TIS llamando al 13 14 50. También puede pedirle a un familiar o trabajador que se contacte con nosotros en su nombre. Si su familiar sólo está disponible de noche, puede dejar un mensaje en nuestro contestador telefónico con su nombre, teléfono y el idioma que habla, y le volveremos a llamar con un intérprete.

¿Cómo presento una queja?

Siendo cuidador, usted puede estar en comunicación con personas, servicios y organizaciones que le ayudan con las responsabilidades que representa cuidar. A veces podrían surgir problemas sobre los que quisiera quejarse. Cuando algo es injusto, o si piensa que usted o la persona a la que cuida han sido tratados de forma poco razonable, tiene derecho a protestar y hacer rectificar el problema. Si no está seguro, contacte a **Carers NSW** en el **1800 242 636** para hablar sobre su situación particular.