



Chăm sóc cho người khuyết tật?

Chúng tôi giúp đỡ những ai?

Chúng tôi giúp đỡ những người hiện đang chăm sóc cho một người thân hay một người bạn bị khuyết tật hoặc bệnh nặng lâu năm ở lứa tuổi từ 0 tới 65. Người đang được chăm sóc có thể sống chung hoặc không sống chung với quý vị.

Chăm lo cho chính quý vị

Khi chăm sóc cho một người khác, quý vị có thể không có đủ thời gian để chăm sóc cho chính bản thân mình. Điều này có thể gây khó khăn thêm đối với việc chăm sóc cho người thân hoặc bạn bè của quý vị.

Được nghỉ ngơi và có một thời gian nào đó cho chính mình có thể là một điều tốt cho cả quý vị lẫn người quý vị đang chăm sóc. Việc này được gọi là sự nghỉ ngơi.

Các loại nghỉ ngơi khác nhau có thể là:

- Một nhân viên tới nhà của quý vị trong một thời gian ngắn để trông chừng người mà quý vị đang chăm sóc để quý vị có thể nghỉ ngơi tại nhà hoặc đi ra ngoài
- Một nhân viên dẫn người mà quý vị đang chăm sóc ra khỏi nhà để tham dự một sinh hoạt lý thú nào đó để quý vị được xả hơi (nghỉ ngơi)
- Một sinh hoạt gia đình hay một cuộc dạo chơi bên ngoài mà quý vị không thường tham dự có thể là một hình thức nghỉ ngơi (thay đổi sinh hoạt thường lệ)

Chúng tôi có thể giúp quý vị ra sao?

- Chúng tôi ở đây để lắng nghe và nói chuyện với quý vị
- Chúng tôi sắp xếp việc nghỉ ngơi và có thể giúp với các chi phí
- Chúng tôi cung cấp thông tin cho các nhóm người chăm sóc về những đề tài họ muốn nghe
- Chúng tôi cung cấp thông tin về các dịch vụ khác. Những dịch vụ này có thể giúp quý vị trong vai trò người chăm sóc của mình

Dự Án Hỗ Trợ và Hoạch Định cho các Gia Đình Lớn Tuổi

Chúng tôi cũng có thể giúp các bậc cha mẹ trên 65 tuổi hay một người chăm sóc thuộc nguồn gốc Thổ Dân hoặc Đảo Dân Torres Strait trên 45 tuổi nếu quý vị hiện đang chăm sóc cho một người con trai hoặc con gái bị khuyết tật lâu năm.

Muốn biết thêm thông tin về chương trình này, xin gọi số 9396 9550. Yêu cầu nói chuyện với Nhân Viên Chương Trình Hỗ Trợ và Hoạch Định cho các Gia Đình Lớn Tuổi (Older Families Support and Planning Program Worker).

Carers Victoria Respite Connections

Chúng tôi hỗ trợ người chăm sóc trong những gia đình hiện đang sinh sống trong các khu vực chính quyền địa phương Brimbank, Hobsons Bay, Maribyrnong, Melbourne, Melton, Moonee Valley và Wyndham.

Các chương trình chuyên biệt của chúng tôi bao gồm: Người Cao Niên, Người Khuyết Tật, Bệnh Tâm Thần, Carers@Work và Người Chăm Sóc Trẻ Tuổi.

Muốn biết thêm chi tiết, xin gọi số (03) 9396 9550

Nếu quý vị cần thông ngôn viên, xin gọi số 131 450

Vietnamese

Caring for someone with a disability?

Who do we help?

We help people who are caring for a relative or friend who has a disability or serious long term illness and is aged 0-65 years old. The person being cared for may or may not live with you.

Looking after yourself

When you are looking after another person, you may not get enough time to look after yourself. This can make it more difficult to care for your relative or friend.

Having a break and some time to yourself can be good for both you and the person you are caring for. This is called respite.

Different kinds of respite may be:

- A worker coming to your home for a short time to look after the person you are caring for so that you can relax at home or go out
- A worker taking the person you are caring for to an interesting activity away from home, to give you a break (respite)
- A family activity or outing that you would not normally do can be respite (change of routine)

How can we help?

- We are here to listen and talk to you
- We can arrange respite and may be able to help with costs
- We give information to groups of carers on topics of interest
- We give information about other services. These services may be able to help you in your caring role

Older Families Support and Planning Project

We may also be able to help parents over the age of 65 or an Aboriginal or Torres Strait Islander carer over the age of 45 if you are caring for a son or daughter who has a life-long disability.

For further information about this program call 9396 9550. Ask for the Older Families Support and Planning Program Worker.

Carers Victoria Respite Connections

We support family carers living in the local government areas of Brimbank, Hobsons Bay, Maribyrnong, Melbourne, Melton, Moonee Valley and Wyndham.

Our range of specialist programs includes: Aged, Disability, Mental Health, Carers@Work and Young Carers.

To find out more please call (03) 9396 9550

If you need an interpreter call 131 450