



Pag-aalaga sa isang taong matanda at mahina na o may demensya?

Sino ang tinutulungan namin?

Tinutulungan namin ang mga taong nag-aalaga ng kamag-anak o kaibigan. Ang taong ito ay maaaring may demensya, o nasa edad na lampas sa 65 anyos at mahina na.

Ang inaalagaang tao ay maaari o maaaring hindi naninirahang kasama mo.

Pag-aalaga sa iyong sarili

Kapag ikaw ay nag-aalaga sa isang tao, maaaring ikaw ay walang sapat na oras upang alagaan ang iyong sarili. Maaaring magbigay daan ito upang maging mas mahirap para sa iyo na alagaan ang iyong kamag-anak o kaibigan.

Ang pagkakaroon ng bakasyon at ilang oras para sa iyong sarili ay maaaring maging mabuti para sa iyo at sa taong iyong inaalagaan. Ang tawag dito ay pamamahinga.

Ang iba't ibang uri ng pamamahinga ay:

- Isang manggagawang pupunta sa iyong tahanan para sa maikling oras upang alagaan ang taong inaalagaan mo. Ang pamamahinga ay maaaring magbigay sa iyo ng ilang oras upang magrelaks o lumabas.
- Isang manggagawa na magdadala sa taong iyong inaalagaan sa isang nakawiwiling gawain na malayo sa tahanan
- Isang magdamagan o mas mahaba pang pamamalagi ng taong iyong inaalagaan, sa isang lugar para sa residensyal na pangangalaga

Paano kami makatutulong?

- Narito kami upang makinig at makipag-usap sa iyo
- Isinasaayos namin ang pamamahinga at maaari kaming makatulong sa mga gastos
- Nagbibigay kami ng impormasyon sa mga grupo ng mga tagapag-alaga ukol sa mga angkop na paksa
- Nagbibigay kami ng impormasyon tungkol sa angkop na pamamahinga sa isang lugar para sa pangangalaga sa nakatatanda
- Nagbibigay kami ng impormasyon tungkol sa iba pang mga serbisyo na maaaring makatulong
- Masasabi namin sa iyo ang tungkol sa mga grupong pansuporta para sa mga tagapag-alaga kung saan maaari kang makakilala ang ibang mga taong nasa kaparehong mga kalagayan
- Maaari ka naming bisitahin sa iyong sariling tahanan (na may kasamang interpreter kung kinakailangan)

Carers Victoria Respite Connections

Sinusuportahan namin ang mga tagapag-alaga ng pamilya na naninirahan sa mga lugar ng lokal na pamahalaan ng Brimbank, Hobsons Bay, Maribyrnong, Melbourne, Melton, Moonee Valley at Wyndham.

Kabilang sa hanay ng aming mga espesyalistang programa ang: Nakatatanda, May Kapansanan, Kalusugang Pangkaisipan, Mga Tagapag-alaga sa Trabaho at mga Kabataang Tagapag-alaga.

Para sa karagdagang impormasyon tumawag sa (03) 9396 9550

Kung kailangan mo ng interpreter tawagan ang 131 450

Tagalog

Caring for someone who is frail aged or has dementia?

Who do we help?

We help people who are caring for a relative or friend. This person may have dementia, or be aged over 65 and frail.

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. Respite can give you some time to relax or go out
- A worker taking the person you are caring for to an interesting activity away from home
- An overnight stay or longer for the person you are caring for, in a residential care setting

How can we help?

- We are here to listen and talk to you
- We arrange respite and may be able to help with the costs
- We give information to groups of carers on relevant topics
- We give information about appropriate respite in aged care settings
- We give you information about other services that may be able to help
- We can tell you about carer support groups where you can meet other people in similar situations
- We may be able to visit you in your own home (with an interpreter if needed)

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