ADA Australia
*Your aged and disability advocates*

# ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ

## ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ, ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ, ਤੁਹਾਡੀ ਰਾਏ

(Punjabi/ਪੰਜਾਬੀ)

- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਮੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?**
- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੱਦਦ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋ?**
- **ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?**
- **ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ?**

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜੋ ਸੱਟ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਕਿਸੇ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

ADA ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਐਡਵੋਕੇਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ
- ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ
- ਆਪਣੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ
- ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਖ਼ਰਚਿਆ ਅਤੇ ਫ਼ੀਸਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਿਰਧ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ
- ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਆਦਰਪੂਰਨ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਰਾਏ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ।

### ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਕੀ ਹੈ?

ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਰਾਏ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ADA ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦਾ ਐਡਵੋਕੇਟ ਇੱਕ ਨਿਰਪੱਖ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸੁਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਤੋਂ ਸੇਧ ਲੈ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਗੁਪਤਤਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ।

### ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ:

- ਮੁਫ਼ਤ, ਗੁਪਤ, ਨਿਰਪੱਖ
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਤ

## ਸਾਡੇ ਨਾਲ 1800 700 600 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ

Interpreter

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 131 450 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਈ: info@adaaustralia.com.au
ਵੈੱਬ: www.adaaustralia.com.au

ADA ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਇਸ ਧਰਤੀ ਦੇ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਰਖਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਤੀਤ, ਵਰਤਮਾਨ ਅਤੇ ਉੱਭਰ ਰਹੇ ਵਡੇਰਿਆਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।