

**Northern Sydney Commonwealth Respite and Carelink Centre**  
(مرکز فرصت های استراحتی و Carelink رفاه عمومی شمال سیدنی)

## Services for Carers (خدمات ویژه مراقبت کنندگان)

آیا از کسی مراقبت می کنید؟

می توانیم به شما فرصت استراحت بدهیم!

آیا شما یک مراقبت کننده هستید؟ مراقبت کننده ها می توانند اعضا خانواده، والدین، همسر، دوستان و همسایه ها باشند. آنها از افراد دارای معلولیت و از کار افتادگی، بیماری روانی، بیماری مزمن، بیماری لاعلاج، سالخورده و یا دارای فراموشی به رایگان مراقبت می کنند.

فرصت استراحت چیست؟ فرصت استراحت به فرصتی گفته می شود که از مسئولیت مراقبت از دیگران - برای چند ساعت، یک روز، یک شب یا بیشتر فارغ می شوید. فرصت استراحت راهی است برای کم کردن استرس های مراقبت کردن از دیگران.

چگونه می توانیم به شما کمک کنیم؟

- ما فرصت های استراحت کوتاه مدت فراهم می کنیم، تا بتوانید مدتی استراحت کنید و فردی که از او مراقبت می کردید تحت نظر یک مددکار آموزش دیده خواهد بود.
- خدمات ما 24 ساعته است بنابراین می توانیم فرصت های استراحت اضطراری را در مواقعی که نمی توانید از فرد تحت نظر خود مراقبت کنید، ارائه دهیم.
- ما می توانیم اطلاعاتی درباره سایر خدماتی که می توانند در ایفای نقش مراقبتی به شما کمک کنند و گروه های حمایتی مراقبت کننده گان را به شما ارائه دهیم.
- ما می توانیم درباره فرصت های استراحت خانگی، شامل فرصت های استراحتی موجود در آسایشگاه ها و خانه های سالمندان اطلاعات ارائه دهیم.
- در صورت نیاز برای تامین هزینه فرصت استراحتی کمک می کنیم.

با شماره تلفن رایگان ما **1800 052 222** تماس حاصل نمایید

مناطق تحت پوشش عبارتند از هورنزی، هانترز هیل، کورینگ-گای، لین کوو، موزمن، منلی، شمال سیدنی، پیت واتر، راید، ویلویی و وارینگا