# सेवाग्राहीको कथा:

आफ्नो सम्पूर्ण जीवन आत्मनिर्भर भएर बिताएकी 90 वर्षीया Ada आफ्नो समुदायको एक सम्मानयोग्य योगदानकर्ता सदस्य हुन् ।

अस्पताल भर्ना भएर फर्केपछि, Adaलाई नुहाउन, खाना र यातायातको लागि थप सहयोग आवश्यक भएको छ ।

अतिरिक्त खर्च वहन गर्न गाह्रो हुँदै गर्दा कोसँग मद्दत माग्ने भन्ने अनिश्चितताका कारण, Ada आफ्नो परिस्थितिसंग हतास भएर आफ्नो स्थिती भविष्यमा के होला भन्ने कुराले एक्लै चिन्तित थिइन् ।

Care Finder मा रेफरल भएपछि टोलीका एक सदस्यले उनको घरमा Ada लाई भेटे र सँगै उनीहरूले योजना बनाए ।

Care Finder को सहयोगमा, Ada को वृद्ध हेरचाह सेवाहरूलाई पुनः प्राथमिकता दिइएको थियो र थप सहायता प्रदान गर्न होम केयर प्याकेजको व्यवस्था गरिएको थियो । Adaले सेवा प्रदायक छनौट गर्न सकिन्, जसले उनलाई सहज महसुस गरायो । Ada ले अब आफूलाई चाहिने सहयोग प्राप्त गर्दैछिन् र आफ्नै घरमा आत्मविश्वासी तथा सक्षम महसुस गर्दैछिन् ।

## म (वा मैले चिनेको कोही) Care Finder सहायताको लागि योग्य छ कि छैन भनेर मलाई कसरी थाहा हुन्छ?

### Care Finder जाँचसूची:

**के तपाईं यी तीन प्रश्नहरूको जवाफमा 'हो' भन्न सक्नुहुन्छ:**

1. **के तपाईं 65 वर्ष वा माथिको हुनुहुन्छ?***
2. **के तपाईंलाई एक वा बढी दैनिक कार्यहरू गर्न मद्दत चाहिन्छ – जस्तै नुहाउने, किनमेल गर्ने, खाना बनाउने?**
3. **के तपाईंसँग वृद्ध हेरचाह प्रणाली बुझ्न तथा पत्ता लगाउनका लागि मद्दत गर्नको लागि एक विश्वसनीय व्यक्ति (परिवार वा साथी) छैन् र यो आफै गर्न असमर्थ हुनुहुन्छ?**

* 50 वर्ष + भएका आदिवासी र टोरेस स्ट्रेट आइल्याण्डर (ATSI) मानिसहरू र/वा कम आय भएका र बेघर हुने जोखिममा रहेका मानिसहरू । 45 वर्ष+ भएका ATSI र कम आय भएका र बेघर हुने जोखिमका ।

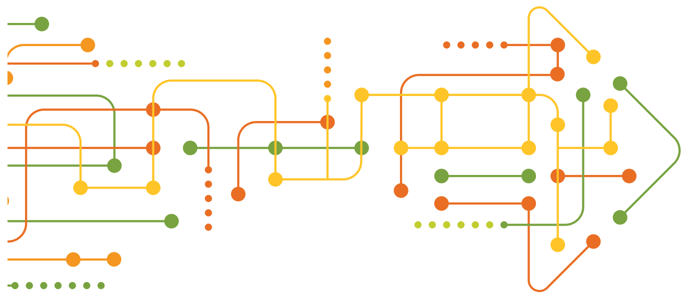
**यदि तपाईंले सबै तीन प्रश्नहरूको उत्तर 'हो' (yes) दिनुभयो भने, Care Finder कार्यक्रम तपाईंको लागि हुन सक्छ ।**

cotatas.org.au/programs/carefinder

हाम्रो Care Finder टोली सुरक्षित र समावेशी अभ्याससहरूमा राम्रोसँग प्रशिक्षित छ ।

COTA (Council on the Ageing) Tasmania
[वृद्धाावस्थाा परि.षद तस्माानि.याा]

# Care Finder
## [हेरचाह खोजकर्ता]



### के तपाईं वृद्ध हेरचाह सेवाहरू प्राप्त गर्न संघर्ष गर्दै हुनुहुन्छ र मद्दत गर्ने कोही छैन?

COTA Tasmania को Care Finder कार्यक्रम एक निःशुल्क र मैत्रीपूर्ण सामुदायिक सेवा हो । हामी चुनौतीहरू अनुभव गर्ने र एक्लै पत्ता लगाउन गाह्रो हुने परिस्थितिहरू भएकाहरूका लागि वृद्ध हेरचाह प्रणाली मार्फत मार्गदर्शन प्रदान गर्दछौं । वृद्ध हेरचाह र अन्य सहायता सेवाहरूको सहज पहुँचका लागि हामी तपाईंसँग सहकार्य गर्न यहाँ छौं ।

# 1800 518 048

COTA TASMANIA

यो कार्यक्रमलाई Primary Health Tasmania [प्राथमिक स्वास्थ्य तस्मानिया] (Tasmania PHN) मार्फत अष्ट्रेलियन सरकारको कोषद्वारा सहयोग गरिएको छ ।

## Care Finder ले के सहयोग प्रदान गर्न सक्छ?

Care Finder ले वृद्ध हेरचाह प्रणाली तथा उपलब्ध हेरचाह र सहायता विकल्पहरू सम्बन्धि निःशुल्क र स्वतन्त्र जानकारी प्रदान गर्न सक्छ:

- My Aged Care तथा स्वास्थ्य व्यवसायीसँग अन्तरक्रिया गर्न ।
- मूल्याङ्कन र पुनर्मूल्यांकनको व्यवस्था गर्न तथा त्यसमा उपस्थित हुन ।
- वृद्ध/घर वा सम्बद्ध स्वास्थ्य सेवाहरू सम्म पहुँच प्रदान गर्न
- उपलब्ध विकल्पहरूको अनुसन्धान गर्न र प्रदायकहरूसँग सम्पर्क गर्न ।
- फारामहरू पूरा गर्न र सेवा सम्झौताहरू बुझ्ने सम्बन्धमा मार्गदर्शन प्रदान गर्न ।
- सेवाहरू सुरु भएपछि जाँच गर्न ।
- अन्य समुदायमा आधारित सहायताहरूमा सम्पर्क गराउन ।

## COTA Tasmania ले Care Finder सेवाहरू कहाँ प्रदान गर्दछ?

COTA Tasmania को Care Finder कार्यक्रम ग्रामीण र दुर्गम क्षेत्रहरू सहित तस्मानियाभरि सञ्चालन हुन्छ । हाम्रा कार्यालयहरू होबार्ट, लन्चेस्टन र बर्नी मा छन् ।

# बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू:

### के Care Finder सहायता निःशुल्क छ?

हो, यो कार्यक्रमलाई अष्ट्रेलिया सरकारको आर्थिक सहयोग छ ।

### के मलाई Care Finder बाट मद्दत लिन रेफरल चाहिन्छ?

होइन, जो कोहीले COTA Tasmania Care Finder लाई सम्पर्क गर्न सक्छन् ।

### के Care Finder सेवाहरू गोप्य छन्?

हो, हाम्रा सेवाहरू गोप्य छन् ।

### यदि म वा मेरो सेवाग्राही/साथी अंग्रेजी बोल्दैनन् भने के हुन्छ?

COTA Tasmania Care Finder ले अनुवाद र दोभाषे सेवाहरू (TIS) प्रयोग गर्छन् ।

**1800 518 048**

# सहायता प्राप्त गर्नका लागि

## म COTA Tasmania को Care Finder कार्यक्रमलाई कसरी सम्पर्क गर्न सक्छु?

### मेरो आफ्नै लागि मद्दत माग्नका लागि

कृपया हाम्रो Intake Team [भर्ना टोली] लाई **1800 518 048** मा सम्पर्क गर्नुहोस् वा सोमवार देखि शुक्रवार कार्यालय समयमा carefinder @cotatas.org.au मा हामीलाई इमेल गर्नुहोस् ।

यदि तपाईं Care Finder कार्यक्रम तपाईंको लागि सही छ कि छैन भनेर निश्चित हुनुहुन्न भने चिन्ता नलिनुहोस् । जब तपाईं फोन गर्नुहुन्छ, हामी तपाईंलाई सहयोग गर्ने उत्तम तरिका निर्धारण गर्न हामी केही प्रश्नहरू सोध्नेछौं ।

वा, तपाईं हाम्रो सोधपुछ फारम भर्न सक्नुहुन्छ:

### अरू कसैको लागि मद्दत माग्नका लागि

यदि तपाईंलाई वा तपाईंले चिन्ने कसैलाई Care Finder सहायता चाहिन्छ भने, कृपया सोमवारदेखि शुक्रवार कार्यालय समयमा हाम्रो भर्ना टोलीलाई **1800 518 048** मा सम्पर्क गर्नुहोस् ।

यदि तपाईं अरू कसैको तर्फबाट फोन गर्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईंले तिनीहरूको सहमति लिनुपर्छ ।

जब तपाईं फोन गर्नुहुन्छ, हामी तपाईंलाई सहयोग गर्ने उत्तम तरिका निर्धारण गर्न केही प्रश्नहरू सोध्नेछौं ।

तपाईं हाम्रो Client Referral Form [ग्राहक रेफरल फाराम] पनि भर्न सक्नुहुन्छ:

कार्यक्रम कसका लागि हो भन्ने बारे थप जानकारी र राम्रोसंग बुझ्नका लागि, cotatas.org.au/programs/carefinder मा जानुहोस् ।