

## Những nơi cần tới để được giúp đỡ (Victoria)

Tờ Giúp Đỡ này mô tả những nơi mà người bị bệnh Parkinson và gia đình cũng như những người chăm sóc họ có thể tới để được giúp đỡ, hỗ trợ và tìm kiếm thông tin ở Victoria. Tờ giúp đỡ này còn cho biết chi tiết về những nơi mọi người có thể tới để được giúp đỡ bằng tiếng Việt.

Bệnh Parkinson là một bệnh trạng ảnh hưởng tới sự cử động. Bệnh này chủ yếu ảnh hưởng đến những người trên 60 tuổi, nhưng cũng có thể ảnh hưởng đến những người lớn ở bất kỳ lứa tuổi nào. Bệnh Parkinson tiến triển một cách từ từ và có thể phải mất nhiều năm trước khi các triệu chứng bắt đầu gây ra những khó khăn trở ngại chính với cuộc sống hàng ngày. Khi chúng tác động, nhiều trong số các triệu chứng này có thể được kềm chế bằng việc điều trị và sự hỗ trợ

### Những nơi cần tới để tìm thông tin và sự hỗ trợ đối với bệnh Parkinson

**Parkinson's Victoria** có các nhân viên y tế chuyên môn có thể hỗ trợ và cung cấp thông tin qua điện thoại hay tận mặt. Các thông tin hiện có sẵn bằng nhiều ngôn ngữ và một dịch vụ thông ngôn miễn phí hiện cũng có sẵn.

**Các nhóm hỗ trợ bệnh Parkinson** hoạt động ở hầu hết các khu vực thành phố và vùng thôn quê. Những người bị bệnh Parkinson và thân nhân trong gia đình cũng như những người chăm sóc họ có thể tìm được sự giúp đỡ qua việc gặp gỡ và nói chuyện với những người khác hiện cũng đang trải qua tình trạng tương tự.

Parkinson's Victoria có thể giúp quý vị liên lạc với nhóm địa phương của mình.

**Nhóm hỗ trợ bệnh Parkinson** ở những người trẻ hơn cung cấp thông tin và hỗ trợ cho những người được chẩn đoán ở lứa tuổi trẻ hơn. Việc biết được những người khác bị bệnh Parkinson và hiện đang phải xoay sở với những vấn đề chẳng hạn như nuôi sống gia đình và đi làm việc có thể là điều hữu ích.

Xin liên lạc với Parkinson's Victoria để biết thêm chi tiết.

**Các buổi thông tin hướng dẫn và các nhóm giáo dục về bệnh Parkinson** thỉnh thoảng được tổ chức trên khắp Melbourne và khu vực địa phương Victoria.

Parkinson's Victoria có thể cung cấp chi tiết về những buổi thông tin hướng dẫn sắp tới.

### Những nơi cần tới để được giúp đỡ về việc sinh sống hàng ngày

**Các Trạm Xá về Rối Loạn Cử Động (Movement Disorder Clinics)** cung cấp các chương trình chuyên môn và cố vấn để giảng dạy cho người bị bệnh Parkinson biết những cách xoay sở trong việc sinh sống hàng ngày. Parkinson's Victoria có thể cho biết nếu trong khu vực của quý vị có một trạm xá hoạt động.

**Trung Tâm Sinh Sống Độc Lập (Independent Living Centre)** cung cấp thông tin và cố vấn về những dụng cụ trợ giúp và thiết bị có thể hỗ trợ trong các sinh hoạt hàng ngày, chẳng hạn như các hộp báo động uống thuốc và các loại muỗng nĩa dễ sử dụng.

Điện thoại: 1300 885 886  
[www.ilcaustralia.org.au](http://www.ilcaustralia.org.au)

**Dịch Vụ Người Khuyết Tật của Bộ Dịch Vụ Nhân Sinh (Department of Human Services Disability Services)** cung cấp thông tin về những sự hỗ trợ và các dịch vụ cộng đồng dành cho người khuyết tật và gia đình họ trong khu vực địa phương của quý vị. Các thông tin hiện có sẵn bằng nhiều ngôn ngữ cộng đồng.

Điện thoại của Ban Thu Nhận & Đáp Ứng Người Khuyết Tật (Disability Intake & Response): 1800 783 783. Muốn nói chuyện với một người nào đó bằng ngôn ngữ của quý vị, xin gọi số 131 450.

**Disability on line** là một trang mạng với các thông tin cho người khuyết tật, bao gồm các thông tin bằng nhiều ngôn ngữ khác nhau

Truy cập: [www.disability.vic.gov.au](http://www.disability.vic.gov.au)

**Centrelink** trợ giúp tài chính cho những người đang có nhu cầu cần thiết, bao gồm người khuyết tật và những người đang tìm việc làm.

Điện thoại: Centrelink qua số 132 717. Muốn nói chuyện với Centrelink bằng những ngôn ngữ khác tiếng Anh, xin gọi số 131 202.



**Các tổ chức ở địa phương** cũng có thể giúp, bao gồm:

- các Hội Đồng Thành Phố/Quận Hạt Địa Phương
- các Trung Tâm Y Tế Cộng Đồng
- các Khu Nhà Xóm Giếng (Neighbourhood Houses)
- các Dịch Vụ Giải Trí & Tiêu Khiển (Recreation and Leisure Services)
- các Trung Tâm Giúp Đỡ Di Dân (Migrant Resource Centres)

### **Những nơi cần tới để được giúp đỡ khi khu cầu chăm sóc gia tăng**

Có nhiều dịch vụ giúp đỡ mọi người tiếp tục sinh sống tại nhà riêng của mình khi tuổi tác ngày càng lớn hơn các nhu cầu chăm sóc càng gia tăng. Các dịch vụ bao gồm:

- Giúp đỡ về việc chăm sóc cá nhân, chẳng hạn như tắm gội, mặc quần áo và ăn uống.
- Bữa ăn giao tận nhà và các dịch vụ ẩm thực khác.
- Giúp đỡ tại gia để trợ giúp với những công việc trong nhà, giặt quần áo và đi mua sắm.

Những dịch vụ này có thể được cung cấp qua các hội đồng thành phố địa phương, trung tâm y tế cộng đồng, tổ chức cộng đồng và các cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc người cao niên được chấp thuận. Các dịch vụ này cũng có thể được một người nào đó nói ngôn ngữ của quý vị cung cấp.

Muốn biết thêm thông tin về việc tìm giúp đỡ trong khu vực của quý vị, xin liên lạc với Trung Tâm Carelink Liên Bang (Commonwealth Carelink Centre): 1800 052 222.

**Trang Người Cao Niên (Age Page)** ở phần đầu trong Niên Giám Điện Thoại của quý vị cũng có các chi tiết liên lạc của nhiều dịch vụ có thể giúp đỡ mọi người khi họ lớn tuổi hơn.

### **Những nơi cần tới để được giúp đỡ cho người chăm sóc**

Những người chăm sóc cho người bị bệnh Parkinson cũng cần được giúp đỡ và hỗ trợ. Có những dịch vụ có thể giúp đỡ người chăm sóc.

**Carers Victoria** có thể cung cấp thông tin, tư vấn, các buổi hội thảo giáo dục và cố vấn cho người chăm sóc, bao gồm các dịch vụ cũng như quyền lợi được hưởng của người chăm sóc. Các thông tin hiện cũng có sẵn bằng những ngôn ngữ khác.

Điện thoại: 1800 242 636. Muốn nói chuyện với Carers Victoria bằng ngôn ngữ của quý vị, xin gọi số 131 450.

**Trung Tâm Thay Thế Người Chăm Sóc Liên Bang (Commonwealth Carer Respite Centre)** có thể giúp người chăm sóc được tạm nghỉ trong lúc người mà họ đang chăm sóc tham dự các sinh hoạt xã hội và giải trí. Việc chăm sóc thay thế có thể được sắp xếp tại nhà, trong cộng đồng hay trong một dịch vụ nội trú.

Điện thoại: Trung Tâm Thay Thế Người Chăm Sóc Liên Bang: 1800 059 059

**Centrelink:** Hầu hết những người đang phải chăm sóc cho một người nào đó tại nhà đều có thể được trợ giúp tài chính với khoản Phụ Cấp Người Chăm Sóc (Carer Allowance). Một số người chăm sóc có thể hội đủ điều kiện nhận khoản Trợ Cấp Người Chăm Sóc (Carer Payment).

Điện thoại: Centrelink qua số 132 717. Muốn nói chuyện với Centrelink bằng những ngôn ngữ khác tiếng Anh, xin gọi số 131 202.

### **Những nơi cần tới để được giúp đỡ thêm bằng ngôn ngữ của quý vị**

Đa Văn Hóa

**Tổ Chức Hành Động cho Người Khuyết Tật trong các Cộng Đồng Sắc Tộc (Action on Disability in Ethnic Communities) (ADEC)** cung cấp các sinh hoạt xã hội bằng những ngôn ngữ khác nhau để hỗ trợ người khuyết tật và những người chăm sóc ở một số nơi trong Melbourne. Điện thoại: (03) 9480 1666

**Hội Phúc Lợi Phụ Nữ Việt Úc (Australian Vietnamese Women's Welfare Association)** giúp đỡ và hỗ trợ cho những người trong cộng đồng Việt Nam.

Điện thoại: (03) 9428 9078  
[www.avwwa.com](http://www.avwwa.com)

### **Muốn tìm thêm thông tin & hỗ trợ:**

**Gọi điện thoại cho Parkinson's Australia: 1800 644 189**

Muốn nói chuyện với chúng tôi bằng một ngôn ngữ ngoài tiếng Anh:

Gọi điện thoại số: **131 450** và yêu cầu một thông ngôn viên nối điện thoại của quý vị tới Parkinson's Australia trong tiểu bang hay lãnh thổ của quý vị. Đây là một dịch vụ miễn phí.

Tờ thông tin này và các tờ giúp đỡ khác hiện có sẵn bằng một số ngôn ngữ cộng đồng. Xin liên lạc với chúng tôi hoặc tải xuống từ trang mạng của chúng tôi.

[www.parkinsons.org.au](http://www.parkinsons.org.au)

Tháng 9 năm 2008