|  |  |
| --- | --- |
| **Aged care services** | **በእድሜ አንጋፋ ለሆኑ አገልግሎቶች** |
| In Victoria, a broad range of services is available to support your health and well-being as you age. From home support services and other services that help support your independence at home, to residential aged care homes, there are numerous services to support your health and well-being as you age.  | በቪክቶሪያ ውስጥ እድሜዎ እየገፋ ሲሄድ ለርስዎ ጤና እና ደህንነት ለመርዳት ሲባል ሰፋ ያለና የተለያዩ አገልግሎቶች ይቀርባሉ። ከቤት ውስጥ ድጋፍ አገልግሎቶች እና ሌሎች አገልግሎቶች ጀምሮ እስከ በእድሜ የአንጋፋ ነዋሪ እንክብካቤ መስጫ መጠለያዎች፤ በቤትዎ ውስጥ እራስዎን ችለው እንዲኖሩ፤ እድሜ እየጨመረ ሲሄድ በጤናዎ እና በደህንነትዎ ላይ የሚረዱ ብዙ የተለያዩ አገልግሎቶች እንዳሉ ነው። |
| We're very fortunate in Victoria to have an extremely comprehensive system of aged care. So people can spend a lot of time living in their own homes.  There's multitude of services that can be provided from the community. | በቪክቶሪያ ውስጥ በእድሜ ለገፋ እንክብካቤ የሚሆን ጠለቅ ያለ የአጠቃላይ አሰራር ዘይቤ በመኖሩ በጣም እድለኞች ነን።ስለዚህ ሰዎች በራሳቸው ቤት ብዙ ጊዜ ማሳለፍ እንደሚችሉ ነው። ከማህበረሰብ መቅረብ የሚችሉ በርከት ያለ አገልግሎቶች አሉ። |
| Human beings are meant to socialise and communicate, so it's necessary to be involved in the community, I think.  I'm very interested in music.  I always say when you retire, you find what you like.  You know, there's something for everyone. | የሰው ልጅ መሆን ትርጉሙ ማሕበራዊና ግንኙነት መፍጠር ሲሆን፤ ታዲያ እኔ እንደሚመስለኝ በማህበረሰብ ውስጥ ተሳትፎ ማድረጉ ጠቃሚ ነው። በሙዚቃ በጣም ፍላጎት አለኝ። ሁልጊዜ የምለው ጥሮታ በሚወጡበት ጊዜ የሚፈልጉትን ደስ የሚል ማግኘት እንደሆነ ነው። ለእያንዳንዱ ሰው የሆነ ነገር እንዳለ ይወቁ። |
| So as we get older, it's important to maintain good health, and that's not just good medical health, but it's also good social health, doing the things that make you feel good.” | ስለዚህ እድሜያችን እየገፋ ሲሄድ፤ ጤናን በጥሩ ሁኔታ መጠበቁ ጠቃሚ እንደሆነ እና ጥሩ የጤና ህክምና ማግኘት ብቻ ሳይሆን ጥሩ ጤናማ ማሕበራዊ ግንኙነት እንዲኖር ደስ ያለዎትን ነገር ማካሄድ ነው። |
| As we get older, we face new challenges.  So it's a good idea to discuss your plans and wishes for the future with your family or support network, and begin to plan ahead.  | እድሜያችን እየገፋ ሲሄድ አዳዲስ ችግሮች ያጋጥሙናል። ስለዚህ ለወደፊት ያለዎትን እቅድ እና ፍላጎቶች ከርስዎ ቤተሰብ ወይም ከርስዎ የድጋፍ መርበብ ጋር መወያየቱ ጥሩ ዘዴ ሲሆን፤ እንዲሁም ለወደፊት እቅድ ለማውጣት መጀመር ነው። |
| The key thing is to work with the experts and services that are available, and ask questions to ensure you understand the options available to you.  | ዋናው ነገር ከኤክስፐርቶችና ከአገልግሎት አቅራቢዎች ጋር መሥራት እና ስለሚቀርብልዎ ምርጫዎች እንደተረዳዎት ለማረጋገጥ ጥያቄዎችን መጠየቅ ነው። |
| The Australian Government provides the majority of aged care services, including services to support you at home, and aged care homes or residential aged care services.  My Aged Care is the national gateway for accessing these services.  | የአውስትራሊያ መንግሥት በእድሜ አንጋፋ አብዛኛውን የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤዎችን ሲያቀርብ፤ በነዚህ አገልግሎቶች የሚካተት እርስዎን በቤትዎ ውስጥ እና በእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ መስጫ ቤቶች ወይም በእድሜ አንጋፋ የነዋሪ እንክብካቤ አገልግሎቶች ላይ ላሉ ለመርዳት ነው። በእኔ የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ እነዚህን አገልግሎቶች ለመጠቀም ብሄራዊ የመግቢያ መንገድ ነው። |
| My Aged Care provides assistance with home services, such as domestic help, and if a stay in hospital is necessary, hospital staff can arrange for after-hospital or transition-care services through My Aged Care.  | በእኔ የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ በኩል የሚቀርበው እርዳታ ከቤት ጋር በተዛመደ አገልግሎቶችን፤ ማለት እንደ በቤት ውስጥ የሥራ እርዳታ፤ እና በሆስፒታል ውስጥ የሚቆዩ ከሆነ ከሆስፒታል በኋላ የሆስፒታል ሠራተኛ ማቀናጀት እንደሚችል ወይም ለጊዚያዊ መሸጋገሪያ እንክብካቤ አገልግሎቶች በእኔ እድሜ አንጋፋ እንክብካቤ ሰጪ በኩል ማቀናጀት አስፈላጊ ነው። |
| There are other services to support you to live independently too.  | እንዲሁም ለብቻዎ እንዲኖሩ የሚረዱ ሌሎች አገልግሎቶች አሉ። |
| Personal alert systems or services can provide you with added confidence to live in your own home.  Personal alert systems notify emergency services and caregivers of an accident, such as a fall.  | በራስዎ ቤት ውስጥ ለመኖር ያለዎትን በራስ መተማመን ለማዳበር የግለሰብ ማሳወቂያ ዘዴዎች ወይም አገልግሎቶች ሊቀርቡልዎት ይችላሉ። በግለሰብ ማሳወቂያ ዘዴዎች ላይ የሚጠቀሰው ለድንገተኛ ችግር አገልግሎቶች፤ በአደጋ ጊዜ ማለት ሲወድቁ እንክብካቤ ሰጭዎችን ነው። |
| The Victorian Government funds Personal Alert Victoria, a daily monitoring and emergency response service for frail, older Victorians and Victorians with disabilities.  | ለደካማ፤ በእድሜ አንጋፋ ለሆኑ እና አካለ ጉዳተኛ የቪክቶሪያ ነዋሪዎች በየቀኑ ለመቆጣጠር እና ለድንገተኛ ችግር ምላሽ ሰጪ አገልግሎት የሚሆን የገንዘብ እርዳታ ለግለሰብ ማሳወቂያ ቪክቶሪያ/ Personal Alert Victoria በቪክቶሪያ መንግሥት ያቀርባል። |
| There are also private services that can assist you.  | እንዲሁም እርስዎን ሊረዱ የሚችሉ የግል የገንዘብ እርዳታ አገልግሎቶች አሉ። |
| Your GP can advise you and connect you with other health care professionals as needed.  | አስፈላጊ ሲሆን የርስዎ ሀኪም/GP ከሌላ የጤና እንክብካቤ የገንዘብ እርዳታ ሙያተኞች ጋር እንዲሄዱ መምከርና ማገናኘት ይችላል። |
| Ask your GP about the free annual health assessment for people aged 75 years and over or 55 years and over for Aboriginal and Torres Strait Islanders.  | እድሜያቸው 75 ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆኑ ሰዎች ወይም እድሜያቸው 55 ዓመት እና ከዚያ በላይ ለሆኑ የአቦርጂናል እና ቶረስ ስትራት አይላንደርስ በነጻ ያለክፍያ ዓመታዊ የጤና ምርመራ ስለማድረግ ለርስዎ ሀኪም/GP መጠየቅ። |
| For many people, it may become difficult to manage all their needs at home.  | ለብዙ ሰዎች የሚያስፈልጋቸውን በሙሉ በቤታቸው ውስጥ ለመቆጣጠር አስቸጋሪ ሊሆን ይችላል። |
| At this time, residential care is often the choice.  | በዚህን ጊዜ ያለው ምርጫ የነዋሪዎች እንክብካቤ አቅርቦት ነው። |
| For care in an aged care home or residential services, My Aged Care can assist with range of services support.  Note that any fees and eligibility for subsidies will be discussed and agreed upon with your service provider before the services are provided.  | በእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ የሚሰጥበት ቤት ወይም በነዋሪዎች አገልግሎት ውስጥ ላሉ እንክብካቤ፤ በእኔ የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ በተለያዩ የድጋፍ አገልግሎቶች ላይ መርዳት ይችላል። አገልግሎቶች ከመቅረባቸው በፊት ስለማንኛውም ክፍያ እና የድጎማ ፈቃድ ማግኘት ከአገልግሎት አቅራቢው ጋር በመነጋገር ስምምነት ስለመድረስ ማስታወስ ነው። |
| You may have to pay something towards the cost of your care.  | በርስዎ እንክብካቤ ወጪ ላይ የተወሰነውን ሊከፍሉ ይችላሉ። |
| So residential care is, these days, very highly regulated.  So there are very stringent standards to make sure that the care you receive is outstanding.  Certainly, there are some wonderful residential facilities available that provide excellent care and a loving and welcoming environment.  | ስለዚህ የነዋሪዎች እንክብካቤ በነዚህ ቀናት ላይ ከፍተኛ ቁጥጥር ይደረጋል። ስለዚህ የሚያገኙት እንክብካቤ በጣም ጥሩ ስለመሆኑ ለማረጋገጥ በጣም ጎጂ የሆነ ደንቦች እንዳሉ ነው። በርግጥ በጣም ጥሩ እንክብካቤ እና በጣም ተወዳጅና ስሜትን የሚስብ አካባቢ ባለው መልኩ የሚቀርብበት አንዳንድ እጅግ በጣም ጥሩ የሆኑ ለነዋሪዎች መገልገያዎች አሉ። |
| What makes this feel like a home is, instead of living at home on your own, you’re just living with one great big family.  Benefits of that are I'm no longer lonely.  The social benefits are enormous.  I'm outside doing quite a bit of work in the workshop, which helps a lot. | ብቻህን በቤትህ ውስጥ ከመኖር ባሻገር ይህ በቤትህ እንዳለህ ስሜት አሳዳሪ ሲሆን፤ ልክ ከአንድ ትልቅ ቤተሰብ ጋር እንዳሉ ይሰማዎታል። የዚህ ጥቅሙ ከዚህ በኋላ ብቻየን እንዳልሆንኩኝ ነው። የማሕበራዊ ጥቅሙ ብዙ ነው። ከቤት ውጭ እኔን በጣም ለሚረዱ ብዙ ሥራዎችን በወርክሾፕ ውስጥ እያካሄድኩ ነው። |
| There are many things to consider in planning your future as you age.  It is important to keep healthy and fit, be informed about aged care services, and plan ahead. | እድሜዎ እየገፋ ሲሄድ ለወደፊት ስለሚያቅዱት ግምት ውስጥ የሚገቡ ብዙ ነገሮች እንዳሉ ነው። ጤናማ እና በአካል ብቁ መሆን አስፈላጊ ሲሆን፤ ስለ የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ አገልግሎቶች፤ እና ለወደፊት እቅድ ስለማውጣት ማወቁ ጠቃሚ ነው። |
| To learn more about ageing and aged care services, visit My Aged Care, or call the contact centre on 1800 200 422.  | ስለ ማርጀት እና የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ አገልግሎቶች በበለጠ ለመማር፤ በእኔ የእድሜ አንጋፋ እንክብካቤ/My Aged Care የሚለውን መጎብኘት ወይም ለማነጋገሪያ ማእከል በስልክ 1800 200 422 ደውሎ ማነጋገር። |
| For more information, visit www.BETTERHEALTH.vic.gov.au/agedcare | የበለጠ መረጃ ለማየት፡ www.BETTERHEALTH.vic.gov.au/agedcare |