|  |  |
| --- | --- |
| **Aged care services** | **خدمات رعاية المسنين** |
| 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.  | تتوفر في فيكتوريا مجموعة كبيرة من الخدمات لتدعم صحتك ورفاهيتك كلما تقدم بك العمر. ابتداءً من خدمات الدعم المنزلية والخدمات الأخرى التي تساعد على دعم استقلاليتك في المنزل وصولا الى دور رعاية المسنين السكنية، هناك الكثير من الخدمات لدعم صحتك ورفاهيتك كلما تقدم بك العمر. |
| “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.” | نحن محظوظين في فيكتوريا لوجود نظام جدّ متكامل لرعاية المسنين ليستطيع الأفراد العيش وقتاً طويلاً في منازلهم. هناك مجموعة كبيرة من الخدمات التي يمكن الحصول عليها في المجتمع. |
| “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.   | من المُفترض أن يقوم كل انسان بالتواصل وممارسة حياته الاجتماعية لذلك أعتقد أنه من الضروري الاشتراك في المجتمع . انا أحبّ الموسيقى كثيراً. أنا أقول دائماً أنك ستجد عندما تتقاعد شيئاً تُحبه. كما تعلم أن هناك شيئاً ما لكل فرد. |
| 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.” | لذلك من المهم كلمّا تقدمّنا في العمر أن نحافظ على صحتنا وهذا لا يعني فقط الصحة الطبية، بل الصحة الاجتماعية أيضاً والقيام بالأشياء التي تجعلنا نشعر بالراحة. |
| 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.  | نواجه تحدّيات كلمّا تقدم بنا العمر فمن الأفكار الجيدة أن تناقش خططك وأمنياتك المستقبلية مع عائلتك أو شبكة الدعم والابتداء في التخطيط للمستقبل. |
| 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.  | الأمر الأساسي هو أن تعمل مع الخبراء ومقدمي الخدمات المتاحة وطرح الأسئلة لضمان فهم الخيارات المتاحة لك. |
| 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.  | تؤمّن الحكومة الأسترالية أغلبية خدمات رعاية المسنين بما فيها الخدمات التي تدعمك في المنزل و دور رعاية المسنين أو خدمات رعاية المسنين السكنية. ٳن خدمة رعاية المسنين هي مدخل وطني للحصول على هذه الخدمات. |
| 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.  | توفّر خدمة رعاية المسنين المساعدة في الخدمات المنزلية، مثل المساعدة المنزلية وفي حال ضرورة البقاء في المستشفى يستطيع موظفو المستشفى ترتيب خدمة ما بعد المستشفى أو خدمة الرعاية الانتقالية من خلال خدمة رعاية المسنين. |
| There are other services to support you to live independently too.  | هناك بعض الخدمات لدعمك للعيش باستقلالية أيضاً. |
| 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.  | يمكن لنظام أو خدمات الانذار الشخصي غرس في نفسك ثقة أكبر للعيش وحدك في المنزل .يُعلِم نظام الانذار الشخصي خدمات الطوارئ ومقدّمي الرعاية بحصول حادثة مثل السقوط. |
| The Victorian Government funds Personal Alert Victoria, a daily monitoring and emergency response service for frail, older Victorians and Victorians with disabilities.  | تموّل حكومة فيكتوريا خدمة الانذار الشخصي في فيكتوريا ، للمراقبة اليومية وخدمة الاستجابة للطوارئ للمسنين الضعفاء وذوي الإعاقة من أهل فيكتوريا . |
| There are also private services that can assist you.  | هناك أيضاً خدمات خاصة يمكنها أن تساعدك. |
| Your GP can advise you and connect you with other health care professionals as needed.  | يمكن لطبيبك العام أن ينصحك ويوصلكَ بالمهنيين من الرعاية الصحية الآخرين وفقاً للرعاية.  |
| 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.  | اسال طبيبك العام عن التقييم الصحي السنوي المجاني لمن يبلغون من العمر 75 عامًا وما فوق أو عمرهم 55 عامًا وما فوق وهم من سكان أستراليا الأصليين وسكان جزر مضيق توريس. |
| For many people, it may become difficult to manage all their needs at home.  | قد يجد الكثير من الناس صعوبة في تدبير احتياجاتهم في المنزل . |
| At this time, residential care is often the choice.  | في هذه الأيام أصبحت الرعاية السكنية هي الاختيار المفضل. |
| 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.  | بالنسبة للرعاية في دور رعاية المسنين أو الخدمات السكنية، يمكن لخدمة رعاية المسنين تقديم دعم بمجموعة خدمات .يُلاحظ أن أي رسوم أو أهلية الحصول على تخفيض تتم مناقشتها ويتم الاتفاق عليها مع مقدّم الخدمة قبل تقديمها. |
| You may have to pay something towards the cost of your care.  | قد يتعين عليك دفع قدر من التكاليف مقابل توفير الرعاية لك. |
| “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.”  | - لذلك وعليه فأن الرعاية السكنية في يومنا هذا مُنظمة جداً. إذ أن هناك معايير صارمة لضمان تميّز الرعاية التي تتلقاها. فبالتأكيد هناك الكثير من المرافق السكنية الرائعة المتوفرة والتي توفرّ رعاية ممتازة وبيئة مُرّحبة ومُحبة. |
| “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.” | - ما يجعلك تشعر أنك في البيت بدلا من العيش بمفردك في المنزل، أنت تعيش مع عائلة واحدة كبيرة ورائعة. الفوائد من ذلك هي أنني لم أعد أشعر بالوحدة. المنافع الاجتماعية ضخمة. أنا في خارج المنزل أعمل قليلاً في الورشة وهذا يساعدني كثيراً. |
| “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.” | - هناك الكثير من الأمور التي يجب أخذها في الاعتبار عند التخطيط للمستقبل كلما تقدم بك العمر. من المهم أن تبقى في صحة جيدة ولياقة بدنية، وأن تتعرف على خدمات رعاية المسنين وأن تخطط للمستقبل.  |
| To learn more about ageing and aged care services, visit My Aged Care, or call the contact centre on 1800 200 422.  | كي تعرف المزيد عن التقدّم في السن وخدمات رعاية المسنين،قم بزيارة My Aged Care أو اتصل بمركز الاتصال على 422 200 1800  |
| For more information, visit www.BETTERHEALTH.vic.gov.au/agedcare | للمزيد من المعلومات قم بزيارةwww.BETTERHEALTH.vic.gov.au/agedcare |