सहायता पत्रक 4

सहायता के लिए कहाँ जाएं (विक्टोरिया)

यह सहायता पत्रक इस बात का विवरण देता है कि पार्किन्संस रोग से ग्रस्त लोग और उनके परिवार एवं देखभालकर्ता मदद, समर्थन और जानकारी प्राप्त करने के लिए विक्टोरिया में कहाँ जा सकते हैं। यह उन हिंदी-भाषी सेवाओं के बारे में भी जानकारी देता है जो सहायता कर सकती हैं।

पार्किन्संस रोग एक ऐसी अवस्था है जो गतिविधि को प्रभावित करती है। यह रोग मुख्यतः 60 वर्ष से अधिक की आयु वाले लोगों को प्रभावित करता है परन्तु किसी भी आयु के वयस्कों को प्रभावित कर सकता है। पार्किन्संस रोग धीरे-धीरे विकसित होता है और लक्षणों को इस हद तक विकसित होने में कई वर्ष लग सकते हैं जहाँ उनके कारण दैनिक जीवन में गंभीर समस्याएं उत्पन्न हों। जब लक्षण उस हद तक विकसित हो जाते हैं, तो इनमें से कई लक्षणों को उपचार और सहायता के साथ संभाला जा सकता है।

पार्किन्संस रोग से संबंधी सूचना और सहायता के लिए कहाँ जाना चाहिए

Parkinson's Victoria के पास विशेषज्ञ स्वास्थ्य कार्यकर्ता उपलब्ध हैं जो कि फोन या स्वतः समर्थन और सूचना प्रदान कर सकते हैं। सूचना कई भाषाओं में उपलब्ध है और निःशुल्क दुभाषिया सेवा भी उपलब्ध है।

पार्किन्संस सहायता समूह अधिकांश महानगरीय और ग्रामीण क्षेत्रों में संचालन करते हैं। पार्किन्संस रोग से ग्रस्त लोग तथा साथ ही उनके परिजन और देखभालकर्ता उन लोगों के साथ मिलकर और बात करके मदद ले सकते हैं जो समान अनुभवों का सामना कर रहे होते हैं।

Parkinson's Victoria आपका संपर्क आपके स्थानीय समूह से करवा सकता है।

Younger onset Parkinson's support group (यंगर ऑनसेट पार्किन्संस स्पोर्ट ग्रुप) छोटी आयु में रोग से ग्रस्त हुए लोगों के लिए सूचना और समर्थन प्रदान करता है। पार्किन्संस रोग से ग्रस्त ऐसे अन्य लोगों से जान-पहचान करना सहायक हो सकता है जो परिवार को चलाने या नौकरी पर जाने जैसे कार्यों का प्रबंध कर रहे होते हैं।

और अधिक जानकारी के लिए Parkinson's Victoria से संपर्क करें।

पार्किन्संस के सूचना सत्र और शैक्षिक समूहों का संचालन मेलबोर्न और क्षेत्रीय विक्टोरिया में समय-समय पर होता रहता है।

Parkinson's Victoria आने वाले सत्रों के बारे में विवरण प्रदान कर सकता है।

दैनिक जीवन से संबंधी सहायता के लिए कहाँ जाना चाहिए

Movement Disorder Clinics (गति विकार क्लिनिकस)
विशेष कार्यक्रम और परामर्श उपलब्ध कराता है ताकि पार्किन्संस से ग्रस्त लोगों को दैनिक जीवन का प्रबंध करने के तरीकों के बारे में जानकारी दी जा सके। Parkinson's Victoria आपको यह जानकारी दे सकती है कि क्या आपके क्षेत्र में किसी क्लिनिक का संचालन किया जाता है।

Independent Living Centre (स्वतंत्र निवास केंद्र)
उन साधनों और उपकरणों के बारे में सूचना और परामर्श प्रदान करता है जो दैनिक जीवन में मदद कर सकते हैं जैसे कि मैडिकेशन अलार्म बॉक्स और आसानी से प्रयोग की जानी वाली कटलरी।

फोनः 1300 885 886
www.ilcaustralia.org.au

Department of Human Services Disability Services (मानव सेवाओं व विकलांगता सेवाओं का विभाग)
आपके स्थानीय क्षेत्र में विकलांगता से ग्रस्त लोगों और उनके परिवारों के लिए सामुदायिक समर्थन व सेवाओं के बारे में जानकारी प्रदान करता है। जानकारी बहुत सी सामुदायिक भाषाओं में उपलब्ध है।

Disability Intake & Response फोनः 1800 783 783 या www.dhs.vic.gov.au देखें अपनी भाषा में किसी व्यक्ति से बात करने के लिए 131 450 पर फोन करें।

Disability on line एक ऐसी वेबसाइट है जहाँ विकलांगता से ग्रस्त लोगों के लिए सूचना उपलब्ध है, सूचना विभिन्न भाषाओं में उपलब्ध है।

www.disability.vic.gov.au

Centrelink विकलांगता से ग्रस्त लोगों और नौकरी की तलाश कर रहे लोगों सहित ज़रूरतमंद लोगों को वित्तीय सहायता प्रदान करता है।

Centrelink को 132 717 पर फोन करें। Centrelink के साथ अंग्रेज़ी के अलावा अन्य भाषाओं में बात करने के लिए 131 202 पर फोन करें।

स्थानीय संस्थाएं भी सहायता कर सकती हैं, इनमें निम्न शामिल हैंः

- स्थानीय काउंसिल/शाएर्स
- सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र
- आस-पड़ोस के घर
- मनोरंजन और विश्राम सेवाएं
- प्रवासी संसाधन केंद्र।

Parkinson's Australia

जानकारी और सहायता के लिए Parkinson's Australia **(पार्किन्संस ऑस्ट्रेलिया)** 1800 644 189

Where to go for help as care needs increase

There are many services that help people continue to live in their own home as they get older or their care needs increase. Services include:

- Help with personal care, such as bathing, dressing and eating.
- Home delivered meals and other food services.
- Home help for assistance with housework, laundry and shopping.

These services may be provided through local councils, community health centres, community organisations and approved aged care service providers.

For information about these services in your area contact the Commonwealth Carelink Centre: 1800 052 222.

'Age Page' is in the front of your Telephone Directory also has contact details for many services that can help people as they get older.

Where to go for help for carers

People who care for someone with Parkinson's need help and support too. There are services that can help carers.

Carers Victoria can provide information, counseling, educational workshops and advice for carers, including carer services and entitlements. Information is also available in other languages.

Phone: 1800 242 636.

Commonwealth Carer Respite Centre can help carers to take a break while the person they care for takes part in social or recreational activities. Respite can take place at home, in the community or in a residential facility.

Phone: Commonwealth Carer Respite Centre: 1800 059 059.

Centrelink: Most people who care for someone at home can receive financial assistance with a Carer Allowance. Some carers may be eligible for a Carer Payment.

Phone: Centrelink on 132 717.

April 2012

For further information & support contact:

Parkinson's Victoria: 1800 644 189

To speak to us in a language other than English:

Phone: **131 450** and ask for an interpreter in your language to connect you to Parkinson's Victoria.
This is a free service.

This and other help sheets are available in a range of community languages. Contact us or download them from our website.

www.parkinsonsvic.org.au

Parkinson's Victoria
HELP FOR TODAY
HOPE FOR TOMORROW

Parkinson's Victoria acknowledges the support of the Lord Mayor's Charitable Foundation, which enabled the production of this information resource.

Parkinson's Victoria is not liable for any error or omission in this publication.

© Parkinson's Victoria

देखभाल संबंधी आवश्यकताओं के बढ़ने पर कहाँ जाना चाहिए

ऐसी बहुत सी सेवाएं हैं जो लोगों की उम्र बढ़ने के साथ-साथ या उनकी देखभाल की ज़रूरतों के बढ़ने के साथ-साथ उन्हें उनके घर में रहना जारी रखने में सहायता करती हैं। इन सेवाओं में निम्न शामिल हैंः

- नहाने, वस्त्र बदलने और खाना खाने जैसे निजी देखरेख के कार्यों में सहायता
- घर पर पहुँचाया गया भोजन और अन्य आहार सेवाएं
- घर के कार्यों, लांड्री और खरीददारी में सहायता के लिए घरेलू मदद।

ये सेवाएं स्थानीय काउंसिलों, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों, सामुदायिक संस्थाओं और अनुमोदित वयोवृद्ध देखभाल सेवा प्रदाताओं के माध्यम से उपलब्ध कराई जा सकती हैं। ये किसी ऐसे व्यक्ति के द्वारा भी उपलब्ध कराई जा सकती हैं जो आपकी भाषा बोलता हो।

अपने क्षेत्र में मदद प्राप्त करने संबंधी सूचना के लिए Commonwealth Respite and Carelink Centre (कॉमनवेल्थ राहत और केयरलिंक केंद्र) से 1800 052 222 पर संपर्क करें।

'Age Page' आपकी टेलीफोन डाइरेक्टरी के अगले भाग में होता है और इसमें भी ऐसी कई सेवाओं का संपर्क विवरण दिया गया है जो लोगों की उम्र बढ़ने के साथ-साथ उनकी मदद कर सकती हैं।

देखभालकर्ताओं के लिए सहायता हेतु कहाँ जाना चाहिए

पार्किन्संस रोग से ग्रस्त लोगों की देखभाल करने वाले व्यक्तियों को भी सहायता और समर्थन की ज़रूरत होती है। देखभालकर्ताओं की सहायता करने के लिए सेवाएं उपलब्ध हैं।

Carers Victoria (केयरर्स विक्टोरिया) देखभालकर्ताओं को सूचना, परामर्श, शैक्षिक कार्यशालाएं और सलाह प्रदान कर सकता है, जिसमें देखभालकर्ता सेवाएं और पात्रताएं शामिल हैं। सूचना अन्य भाषाओं में भी उपलब्ध है।

फोनः 1800 242 636। Carers Victoria के साथ अपनी भाषा में बात करने के लिए 131 450 पर फोन करें।

Commonwealth Carer Respite Centre (कॉमनवेल्थ देखभालकर्ता राहत केंद्र) देखभालकर्ताओं को उस समय विराम लेने में मदद कर सकता है जब उनकी देखरेख में रहने वाला व्यक्ति सामाजिक या मनोरंजनात्मक गतिविधियों में भाग ले रहा हो। राहत घर पर, समुदाय में या किसी आवासीय सुविधा केंद्र पर प्रदान की जा सकती है।

कॉमनवेल्थ देखभालकर्ता राहत केंद्र को 1800 052 222 पर फोन करें या आपातकालीन राहत के लिए सामान्य कार्य समय के बाहर 1800 059 059 पर फोन करें।

Centrelink (सेंटरलिंक): घर पर किसी की देखभाल करने वाले अधिकांश लोग देखभालकर्ता भत्ते (Carer Allowance) के द्वारा वित्तीय सहायता प्राप्त कर सकते हैं। कुछ देखभालकर्ता केयरर भुगतान (Carer Payment) के लिए भी पात्र हो सकते हैं।

Centrelink को 132 717 पर फोन करें। Centrelink से अंग्रेज़ी के अलावा अन्य भाषाओं में बात करने के लिए 131 202 पर फोन करें।

अपनी भाषा संबंधी अधिक सहायता के लिए कहाँ जाना चाहिए

मल्टीकल्चरल

Action on Disability in Ethnic Communities (ADEC) मेलबोर्न के कुछ क्षेत्रों में विकलांगता से ग्रस्त लोगों और देखभालकर्ताओं के लिए विभिन्न भाषाओं में सामाजिक गतिविधियां उपलब्ध कराती है। फोनः (03) 9480 1666।

जानकारी और सहायता के लिए

Parkinson's Australia (पार्किन्संस ऑस्ट्रेलिया) 1800 644 189

यदि फोन पर बातचीत करने में सहायता के लिए आपको एक दुभाषिए की आवश्यकता हैः

तो **131 450** पर फोन करें और दुभाषिए के लिए निवेदन करें ताकि आपको आपके राज्य या टेरेटरी (राज्य-क्षेत्र) में Parkinson's Australia के साथ कनेक्ट किया जा सके। यह सेवा निःशुल्क है

www.parkinsons.org.au

अप्रैल 2012

Parkinson's Australia

इस पुस्तिका को लार्ड मेयर के चैरिटेबल फंड की सहायता के साथ Parkinson's Victoria (पार्किन्संस विक्टोरिया) द्वारा तैयार किया गया है।

Parkinson's Victoria इस प्रकाशन में किसी प्रकार की त्रुटि या चूक के लिए जिम्मेदार नहीं है।

© Parkinson's Victoria

Where to go for help (Victoria)

This Help Sheet describes where people with Parkinson's disease and their families and carers can go to get help, support and information in Victoria.

Parkinson's disease is a condition that affects movement. It mainly affects people aged over 60 but can affect adults of any age. Parkinson's progresses slowly and may take many years before symptoms begin to cause major problems with daily life. When they do, many of these symptoms can be managed with treatment and support.

Where to go for Parkinson's information and support

Parkinson's Victoria has specialist health workers who can give support and information over the phone or in person. Information is available in many languages and a free interpreter service is available.

Parkinson's support groups run in most metropolitan and country areas. People with Parkinson's, as well as family members and carers, can get help from meeting and talking to others who are going through similar experiences.

Parkinson's Victoria can put you in touch with your local group.

Younger onset Parkinson's support group provides information and support for people diagnosed at a younger age. It can help to know other people with Parkinson's who are managing issues such as raising a family or going to work.

Contact Parkinson's Victoria for more information.

Parkinson's information sessions and education groups run from time to time across Melbourne and regional Victoria.

Parkinson's Victoria can provide details of upcoming sessions.

Where to go for help with daily living

Movement Disorder Clinics provide specialist programs and advice to teach people with Parkinson's ways of managing daily living. Parkinson's Victoria can tell you if a clinic operates in your area.

Independent Living Centre provides information and advice about aids and equipment that can help with daily activities, such as medication alarm boxes and easy-to-use cutlery.

Phone: 1300 885 886
www.ilcaustralia.org.au

Department of Human Services Disability Services provide information about community supports and services for people with a disability and their families in your local area.

Disability Intake & Response
Phone: 1800 783 783.

Disability on line is a website with information for people with a disability, including information in various languages.

Visit: www.disability.vic.gov.au

Centrelink provides financial support for people in need, including people with a disability and those seeking work.

Phone: Centrelink on 132 717.

Local organisations can also assist, including:

- Local Councils/Shires
- Community Health Centers
- Neighbourhood Houses
- Recreation and Leisure Services
- Migrant Resource Centres.

Parkinson's Victoria
HELP FOR TODAY
HOPE FOR TOMORROW