

# الخرف

الموارد والدعم لمساعدتك على العيش بشكل جيد

## التعرّف على الخرف

قد يكون اكتشاف أنك أو أحد أفراد أسرتك مصابًا بالخرف أمرًا مريبًا. وقد يكون لديك الكثير من الأسئلة. هناك الكثير لتتعلمه ولكن المساعدة متاحة. يمكن أن يساعدك الطبيب المحلي (GP) في فهم ما قد يحدث بعد ذلك، وكيفية العثور على المعلومات والمساعدة التي قد تحتاجها أنت أو العائلة أو الأصدقاء. توضح ورقة المعلومات هذه مكان العثور على الخدمات والدعم الذي قد تحتاجه الآن وفي المستقبل.



## البحث عن الخدمات باستخدام دليل الخرف المحلي

يمكنك الآن العثور على مجموعة من الخدمات المحلية في دليل الخرف، مثل:

- المعلومات والموارد
- مجموعات الدعم
- خدمات الراحة المؤقتة
- خدمات الإدراك والخرف والذاكرة (CDAMS)
- المهنيين الصحيين (مثل متخصصي التغذية ومتخصصي فسيولوجيا التمرين ومتخصصي أمراض النطق والمعالجين الوظيفيين والاستشاريين النفسيين)



امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا لزيارة دليل الخرف

تفضل بزيارة: [DementiaDirectory.org.au](http://DementiaDirectory.org.au)

يتضمن هذا الدليل الخدمات غير المدرجة في قوائم خدمات Dementia Australia أو My Aged Care



## اتصل بخط المساعدة الوطني

يوفر خط المساعدة الوطني للخرف المعلومات والمشورة والدعم العاطفي والتوجيه، وسيوصلك بخدمات وبرامج الدعم.

**1800 100 500** مكالمات مجانية

24 ساعة في اليوم، 7 أيام في الأسبوع.

**Dementia Support Australia (دعم الخرف في أستراليا)**

الخدمة الاستشارية لإدارة سلوك الخرف هي خدمة استشارية وطنية لعائلات الأشخاص المصابين بالخرف ومقدمي الرعاية لهم. تقدم الخدمة المشورة والتقييم والتدخل والتثقيف والدعم المتخصص.

**1800 699 799** مكالمات مجانية

24 ساعة في اليوم، 7 أيام في الأسبوع.

**DS** Dementia Support Australia

Funded by the Australian Government  
A service led by HammondCare

هل تحتاج إلى مساعدة للوصول إلى الروابط الموجودة في ورقة المعلومات هذه؟ يرجى الاتصال بالرقم 1800 100 500 أو سؤال الطبيب المحلي.



**phn**

VICTORIAN-TASMANIAN  
ALLIANCE

An Australian Government Initiative

يتم تمويل هذا المشروع التعاوني من قبل الحكومة الأسترالية لدعم الوصول بشكل أفضل إلى رعاية الخرف في المجتمع المحلي. تم تطوير ورقة المعلومات هذه باستخدام محتوى من دليل الخرف الصادر عن Dementia Australia وبالتعاون مع الأشخاص المصابين بالخرف ومقدمي الرعاية والمهنيين الصحيين.



امسح ضوئياً لزيارة  
دليل الخرف

دليل الخرف متاح في شكل مطبوع أو صوتي. يتعلق كل قسم بمرحلة من رحلة الخرف الخاصة بك. تفضل بزيارة [dementia.org.au](http://dementia.org.au)



### المعلومات بلغات أخرى

توفر Dementia Australia مجموعة واسعة من المعلومات والتعليم والدعم، بما في ذلك المعلومات المترجمة إلى 38 لغة. تفضل بزيارة [dementia.org.au/languages](http://dementia.org.au/languages)

لدى Dementia Support Australia مجموعة من المعلومات المترجمة عبر الإنترنت. تفضل بزيارة [dementia.com.au/resource-hub](http://dementia.com.au/resource-hub)

ترجمت Mindcare المعلومات ومقاطع الفيديو القصيرة المتوفرة بلغات مختلفة. تفضل بزيارة [mindcare.org.au](http://mindcare.org.au) أو [mindcare.org.au/understanding-dementia/films](http://mindcare.org.au/understanding-dementia/films)



### خدمات الدعم

هناك دعم وخدمات يمكن أن تساعدك. قد تشمل هذه: المساعدة في المنزل والأنشطة الاجتماعية واليومية والرعاية الشخصية والراحة المؤقتة والصحة المساعدة (مثل متخصصي فسيولوجيا التمرين ومتخصصي التغذية والمعالجين الوظيفيين) والنقل ورعاية المسنين السكنية.

لمساعدتك في العثور على الخدمات التي تحتاجها، انظر أدناه:



- إذا كان عمرك أقل من 65 عامًا

فاتصل بالبرنامج الوطني للتأمين ضد الإعاقة (NDIS) تفضل بزيارة [ndis.gov.au](http://ndis.gov.au) أو اتصل على الرقم:

**1800 800 110**

8 صباحًا - 8 مساءً من الاثنين إلى الجمعة

- إذا كان عمرك يزيد عن 65 عامًا،

فاتصل ببرنامج My Aged Care.

تفضل بزيارة [myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au) أو اتصل على الرقم:

**1800 200 422**

8 صباحًا - 8 مساءً من الاثنين إلى الجمعة

10 صباحًا - 2 ظهرًا أيام السبت

- إذا كنت من السكان الأصليين أو سكان



جزر مضيق توريس الذين تتراوح أعمارهم بين 50 و64 عامًا، يمكنك الوصول إما إلى NDIS أو My Aged Care.

### دعم مقدمي الرعاية

إذا كنت تدعم شخصًا مصابًا بالخرف، فيمكنك العثور على المعلومات والحصول على الدعم والوصول إلى الخدمات في منطقتك وعبر الإنترنت على Carer Gateway.

تفضل بزيارة: [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au)

أو اتصل على الرقم: **1800 422 737**



An Australian Government Initiative

### خدمات المترجم الشفهي وخدمات السمع



إذا كنت بحاجة إلى مترجم شفهي، فيرجى الاتصال بخدمة الترجمة التحريرية والشفهية على الرقم **131 450**.



إذا كنت أصمًا أو تعاني من ضعف في السمع أو النطق، فيرجى الاتصال بخدمة الترحيل الوطنية على الرقم **133 677**.

هل تحتاج إلى مساعدة للوصول إلى الروابط الموجودة في ورقة المعلومات هذه؟ يرجى الاتصال بالرقم 1800 100 500 أو سؤال الطبيب المحلي.



**phn**

VICTORIAN-TASMANIAN  
ALLIANCE

An Australian Government Initiative

سنواصل مراجعة المعلومات وتحديثها كما هو مطلوب. إذا كنت ترغب في تقديم التعليقات، فيرجى إرسال بريد إلكتروني إلى [info@healthpathwaysmelbourne.org.au](mailto:info@healthpathwaysmelbourne.org.au)