Овој леток е дел од серијата напишана од медицински сестри, лекари и експерти со искуство во негата за стари лица. Серијата има за цел да го олесни вашиот пат до сместување во дом за нега на стари лица. Побарајте други летоци со прашања што треба да ги поставите за специфични потреби за нега. Овие може да се преземат на: **www.10questions.org.au**

Покрај прашањата содржани во овој леток, треба исто така да ја разгледувате околината на секоја установа (дом) додека шетате наоколу, за да одлучите дали сакате да живеете таму.

Домот не треба да има непријатен мирис. Ова може да укаже на недоволно чистење или лошо управување со континенцијата.

Луѓето треба да бидат ангажирани и да не им е очигледно досадно и да не се незафатени, ова може да укаже на недоволно персонал или недостаток на индивидуални активности.

Персоналот (вклучувајќи ги и управниците) треба да се однесуваат кон станарите со почит. Ова ќе биде вашиот дом, треба да очекувате дека кон вас ќе се однесуваат со почит. Персоналот треба да го уважи ова и да се погрижи да ве вклучи во дискусии.

Можете да резервирате термин за да поставите прашања до персоналот и раководството и да добиете формална обиколка на домот. Можеби ќе сакате да посетите ненајавено, за да набљудувате како е секојдневното живеење во домот.

Соодносот на персоналот и активностите може да се разликуваат во зависност од тоа дали е работен ден или викенд, затоа обидете се да го менувате времето кога го посетувате.

Прашајте дали можете да разговарате со другите жители и нивните роднини за нивното лично искуство од живеењето таму.

Јануари 2023

ВАШЕ ПРАВО Е ДА ПРАШАТЕ

Најдобар начин да најдете установа за нега на стари лица што ви одговара е да посетите неколку.

За да ги најдете вашите локални установи или за повеќе информации за услугите за нега на стари лица, контактирајте

My Aged Care
1800 200 422
myagedcare.gov.au

Овој леток е составен и одобрен од:

NSW Nurses & Midwives' Association · CPSA Combined Pensioners & Superannuants Association · Carers NSW Australia · Seniors Rights Service · CSGPN · MCCI Multicultural Communities Council of Illawarra · Professor Dimity Pond PhD BA MBBS FRACGP · COTA New South Wales · Health Consumers NSW · Australian Nursing & Midwifery Federation · Country Women's Association N.S.W. · QACAG Quality Aged Care Action Group Incorporated · OWN · WEL

За целосна листа на организации за поддршка, посетете ја веб-страницата **www.10questions.org.au**

Ако нешто ве загрижува во врска со некоја установа за нега на стари лица, контактирајте:

Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission

1800 951 822

www.agedcarequality.gov.au

10 Прашања да поставите

ЗА УСТАНОВИ И НАЧИН НА ЖИВОТ ВО ДОМОВИ ЗА РЕЗИДЕНЦИЈАЛНА НЕГА НА СТАРИ ЛИЦА

(AC LIFESTYLE - MACEDONIAN)

CPSA Combined Pensioners & Superannuants Association · NSW Nurses & Midwives' Association · Carers NSW Australia

www.10questions.org.au

1 Каква вид на соба можам да имам?

Опциите за соби може да имаат различни цени и можеби ќе треба да се придружите на листата на чекање за вашиот претпочитан вид на соба. Прашајте што е вклучено во секоја соба и што ќе треба да донесете. Дали се достапни соби за парови? Како се распределуваат заедничките соби и дали можете да ја смените собата ако не се согласувате со состанарот? Дали ви е дозволено да имате посетители заноќевање?

2 Какви заеднички области има домот?

Може да има заеднички области како градини или заеднички простории каде што можете да го поминувате вашето време, но проверете дали има правила за тоа кога можете да имате пристап до овие области. Прашајте за вашата слобода да се движите низ домот. Кога можете да поминете време надвор? Дали има простор да се занимавате со хоби и интереси во кои уживате?

3 Како домот ќе ме поддржува во моето секојдневие?

На повеќето жители им треба помош со секојдневните активности како што се одењето наоколу, дотерувањето и оброците. Дали ќе можете да изберете кое време ќе се разбудите, ќе се истуширате, ќе јадете оброци и ќе легнете? Или дали овие активности се планирани според бројот на персонал? Колку долго ќе треба да чекате додека ви одговорат кога ќе заѕвоните за помош?

4 Кој е соодносот меѓу персоналот и станарите за секоја смена?

Треба да знаете колку од секој вид на персонал, вклучувајќи го и персоналот за активности, се обезбедени на секоја смена. Набљудувајте дали има доволно персонал наоколу за да ги надгледува луѓето и да им помогне да јадат, да одат во клозет, да се дружат и да се движат наоколу. Кој е соодносот преку ноќ и викенд?

5 Кои социјални и рекреативни активности се достапни?

Координаторите на активности (diversional therapists) се обучени да планираат и испорачуваат значајни активности кои поддржуваат социјална, ментална и физичка благосостојба. Побарајте да разговарате со координаторот на активности за активностите што се нудат и нивното секојдневно учество во водење на активностите. Дали ве интересираат овие активности? Дали ќе имате право да се изјасните за тоа кои активности ќе ги правите?

6 Кои опции за храна се достапни?

Храната може да се приготвува на лице место, да се испорача готова за јадење или да се загрее. Прашајте за менито и колку често се менува. Погрижете се да има разновидни оброци во кои уживате и дека имате опции да изберете. Како ќе се справат со вашите посебни потреби за исхрана?

7 Може ли да имам посетители во било кое време?

Некои домови имаат строго определно време за посета, а други се пофлексибилни. Прашајте дали можете да имате посетители во секое време или дали има периоди од денот кога гостите не смеат да доаѓаат во посета. Дали е дозволено да посетуваат домашни миленици? Под кои околности домот може да го спречи семејството или пријателите да ги посетуваат?

8 Како ќе ми помогнете да се чувствувам безбедно, удобно и добредојдено?

Ова ќе биде вашиот дом и важно е да се чувствувате безбедно, добредојдено и поддржано и од станарите и од персоналот. Вашите верувања и интереси треба да се почитуваат и треба да имате контрола врз тоа како ја изразувате вашата култура и идентитет. Ако ви е важно, прашајте дали има станари во домот кои ги делат вашите верувања или интереси. Не мора да бидете пријатели со сите, но сепак треба да бидете во можност да се опуштите во опкружување со поддршка.

9 Како се минимизираат префрлувањата во болница?

Може да се разболите и да треба да одите во болница, но има работи што персоналот може да ги направи за да ја минимизира потребата од префрлување во болница и да го намали времето што го поминувате во болница. Со барем една регистрирана медицинска сестра (RN) на секоја смена може да ги намали шансите за прием во болница, затоа прашајте колкумина се вработени и размислете дали тоа би било доволно со оглед на големината на местото и потребите на луѓето што живеат таму.

10 Дали ќе имам право на збор за тоа како се управува со домот?

Дали постои советодавно тело за потрошувачи или советодавно тело за негуватели кои даваат свое мислење за тоа како се водат работите? Прашајте дали било кои промени се воведени неодамна по дадените мислења од станарите и негувателите. Треба да прашате и за поднесување жалби и што се случува кога има несогласување помеѓу домот и станар или неговиот/нејзиниот негувател.