

# VỀ QUÍ VỊ... CÁCH ALZHEIMER'S AUSTRALIA CÓ THỂ TRỢ GIÚP

VIETNAMESE | ENGLISH

Tờ trợ giúp này cung cấp cho quý vị thông tin về các nguồn hỗ trợ mà Alzheimer's Australia có sẵn để trợ giúp quý vị và gia đình quý vị.

Alzheimer's Australia có nhiều nguồn hỗ trợ có sẵn có thể giúp quý vị về nhiều khía cạnh trong khi sống chung với bệnh sa sút trí tuệ.

## Sống với Tình trạng Mất trí nhớ

Chương trình Sống với tình trạng mất trí nhớ (Living with Memory Loss) sẵn có tại mỗi Tiểu bang và lãnh thổ.

Chương trình này gồm những nhóm thông tin và hỗ trợ dành cho những người đang bị bệnh sa sút trí tuệ giai đoạn đầu cũng như cho người thân và bạn bè của họ.

Chương trình này gồm từ 6 đến 8 buổi sinh hoạt thường được tổ chức một ngày mỗi tuần với thời gian sinh hoạt kéo dài hai giờ. Những nhóm hỗ trợ lâu dài thường họp mặt hàng tháng trong một thời gian sau khi chương trình này kết thúc.

Trong mỗi trường hợp có hai nhóm nhỏ - một nhóm dành cho những người sống với tình trạng mất trí nhớ và nhóm kia dành cho thân nhân hoặc bạn bè. Những người bị mất trí nhớ có thể tham dự một mình nếu họ muốn. Các nhóm này có thể họp riêng trong một phần hoặc toàn bộ thời gian sinh hoạt và đến với nhau trong thời gian giải lao.

Việc tham gia trong một chương trình Sống với Tình Trạng Mất Trí Nhớ đem lại nhiều điều hữu ích. Hầu hết mọi người thích có cơ hội thu nhập thông tin, để những câu hỏi của họ được trả lời, nói chuyện một cách riêng tư với những người khác trong hoàn cảnh tương tự, thảo luận những kinh nghiệm và phát biểu cảm tưởng trong một môi trường an toàn.

Chương trình này tích cực chú trọng vào việc duy trì và nâng cao các kỹ năng và khả năng và thăm dò những cách thức giải quyết vấn đề bây giờ và trong tương lai.

Để biết thêm chi tiết về chương trình *Sống với Tình Trạng Mất Trí Nhớ* hãy điện thoại National Dementia Helpline Đường dây Quốc gia Trợ giúp Sa sút trí tuệ qua số **1800 100 500**.

Đối với người được chẩn đoán bị bệnh mất trí nhớ ở độ tuổi dưới sáu mươi lăm, hãy đến Dịch vụ Younger Onset Dementia Services tại [fightdementia.org.au/services/](http://fightdementia.org.au/services/)

## national-younger-onset-dementia-key-worker-program

### Những nguồn tài liệu

Càng lúc càng nhiều người bị bệnh sa sút trí tuệ đang chia sẻ kinh nghiệm của họ về kết quả họ được chẩn đoán bị bệnh sa sút trí tuệ và về khả năng sống với tình trạng mất trí nhớ. Alzheimer's Australia tại tiểu bang hoặc lãnh thổ quý vị cư ngụ có thể giúp quý vị tìm ra những cuốn sách hoặc những cuốn phim (video) nói về những điều này, cũng như nguồn tài liệu nói về bệnh sa sút trí tuệ và cách làm sao để đương đầu với bệnh này.

Địa chỉ mạng của Alzheimer's Australia cũng liệt kê những tài liệu tham khảo và thông tin hữu ích, các tài liệu giúp đỡ, các tài liệu trợ giúp và một số thông tin bằng các ngôn ngữ cộng đồng.

Liên lạc với National Dementia Helpline qua số **1800 100 500** để biết thêm thông tin hoặc truy cập [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)

### Các dịch vụ khác

Alzheimer's Australia tư vấn cho quý vị và những người chăm sóc cho quý vị và có thể hỗ trợ trong suốt giai đoạn quý vị bị bệnh. Alzheimer's Australia cũng cung cấp rất nhiều buổi học, bao gồm một loạt các chủ đề trong một môi trường an toàn không bị ai đe dọa.

Gọi National Dementia Helpline qua số **1800 100 500** để tâm sự kín đáo với một trong những nhân viên đã qua đào tạo của chúng tôi.

## THÔNG TIN THÊM

Alzheimer's Australia chuyên cung cấp dịch vụ hỗ trợ, thông tin, giáo dục và tư vấn. Xin liên lạc với Đường dây Quốc gia Trợ giúp Sa sút trí tuệ qua số **1800 100 500** hoặc vào xem website của chúng tôi tại [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)



Interpreter

Để được trợ giúp ngôn ngữ, mời bạn gọi dịch vụ Biên Phiên dịch qua số **131 450**

[FIGHTDEMENTIA.ORG.AU](http://FIGHTDEMENTIA.ORG.AU)

[NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500](http://NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500)

UNDERSTAND ALZHEIMER'S  
EDUCATE AUSTRALIA

Thông tin Trợ giúp này được Chính phủ Úc tài trợ

© Alzheimer's Australia 2012 Đã tái xét năm 2016

# ABOUT YOU... HOW ALZHEIMER'S AUSTRALIA CAN HELP

This Help Sheet provides you with information on the resources Alzheimer's Australia has available to provide support to you and your family.

Alzheimer's Australia has a variety of resources available which may assist you in the many aspects of living with dementia

## Living with Memory Loss

The Living with Memory Loss program is available in each State and Territory. It consists of information and support groups for people living with early stage dementia and their family and friends.

A group program consisting of 6-8 sessions is usually held one day a week for a two-hour session. Ongoing support groups usually meet monthly for some months after the program.

In each case there are two small groups – one for people living with memory loss and the other for family members or friends. People with memory loss may attend alone if desired. The groups may meet separately for part or all of the time and come together for a cuppa.

There are many benefits from taking part in a Living with Memory Loss program. Most people enjoy the chance to obtain information, have questions answered, talk confidentially with others in a similar situation, discuss experiences and express feelings in a safe environment.

The program has a positive focus on maintaining and enhancing skill and abilities and exploring ways of managing now and in the future.

For more information about the *Living with Memory Loss* program call **1800 100 500**.

For people diagnosed with dementia under the age of sixty five visit Younger Onset

Dementia Services at [fightdementia.org.au/services/national-younger-onset-dementia-key-worker-program](http://fightdementia.org.au/services/national-younger-onset-dementia-key-worker-program)

## Resources

More and more people with dementia are sharing their experiences of being diagnosed with dementia and of living with memory loss. Alzheimer's Australia in your State or Territory will be able to help you find books, videos and other resources about dementia and how to manage the condition.

The Alzheimer's Australia website also lists useful references, information, Help Sheets and resources in community languages.

Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500** for more information or visit [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)

## Other Services

Alzheimer's Australia offers counselling to you and your carers, and can provide support throughout your illness. Alzheimer's Australia also offers a range of education sessions, covering a variety of topics in a non-threatening, safe environment.

Call the National Dementia Helpline on **1800 100 500** to talk confidentially to one of our trained staff.

## FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at [fightdementia.org.au](http://fightdementia.org.au)



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**

[FIGHTDEMENTIA.ORG.AU](http://FIGHTDEMENTIA.ORG.AU)

[NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500](http://NATIONALDEMENTIAHELPLINE1800100500)