

ਹੋਮ ਕੈਅਰ (ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

ਇਨ-ਹੋਮ ਕੈਅਰ (ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਦੇਣ ਵਾਲੇ) ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ।

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19) 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਿਰਧ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਲਾਗ ਨਿਯੰਤਰਨ ਉਪਾਵਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਪੀੜਤ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕੁੱਝ ਵਿਚਾਰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਪੀੜਤ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਚਿੰਤਿਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਿੱਧੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀ.ਪੀ. (ਡਾਕਟਰ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕੁੱਝ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸੁਝਾਅ ਹੇਠਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ **ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਹੈਲਪਪਾਇਨ** ਤੋਂ **1800 100 500** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਸੁਝਾਅ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ਨੂੰ ਘੱਟਾਉਣਾ

- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਅਧਿਕਾਰਤ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਲਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰਾਸ਼ਟਰਮੰਡਲ ਦਾ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ)
- ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਟੀ.ਵੀ. ਤੇ 24-ਘੰਟੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਨਾ ਸੁਣਨ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਕੇ ਮੀਡੀਆ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨਾ
- ਵਰਤਮਾਨ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਸੌਖੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵੇਰਵਾ ਦੇਣ ਲਈ ਮੇਮੋਰੀ ਏਡਸ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ੁਅਲ ਪ੍ਰਾਮਪਟਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਮਾਸਕ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਕਰਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਮੁੜ ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣੀ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਉਸਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ

- ਇਹ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰਨਾ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ
- ਮੁੜ ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣੀ
- ਜਦੋਂ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛਣਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ
- ਆਪਣੇ ਗਾਹਕ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਜਾਂ ਫਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬੱਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ
- 'ਮਹਾਂਮਾਰੀ', ਜਾਂ 'ਸੰਕਟਕਾਲ' ਵਰਗੀ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬੱਚਣਾ

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨਾ

- ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਆਮ ਰੂਟੀਨ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ
- ਜੇ ਕਿਸੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਰੂਟੀਨ ਬਣਾਈ ਨਾ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕੇ, ਤਾਂ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕ (ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇ) ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਮਾਜਿਕ ਸਮਰਥਨ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਕਾਰਜਵਿਧੀ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ:
 - ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਪੀੜਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ, ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ, ਕੁੱਝ ਹਲਕੀ ਕਸਰਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣਾ
 - ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੁਰੰਤ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਉਣੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਮੈਗਜ਼ੀਨ, ਪਹੋਲੀਆਂ, ਸੰਗੀਤ, ਟੀ.ਵੀ. ਅਤੇ ਰੇਡੀਓ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ
 - ਹੌਲੇ-ਹੌਲੇ ਸੈਰ ਕਰਨੀ, ਬਗੀਚੇ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਧੁੱਪ ਲੈਣਾ

ਸ਼ਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ

- ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਪੀੜਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਤਿਰਿਕਤ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਪੰਜ ਸੁਝਾਅ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਨ:
 - ਬਾਥਰੂਮ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਵਾਲੇ ਸਾਇਨ ਲਾਉਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਜਿਸਨਾਲ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਤੋਂ ਪੀੜਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਚੇਤੇ ਦਿਲਾਇਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸਾਬੁਨ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ
 - ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਚੰਗੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੱਥ ਧੋ ਕੇ ਵਿਖਾਉਣਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਗਾਣਾ ਗਾਉਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਾ

- ਜੇ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਪੀੜਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਸਿੰਕ ਤਕ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਇਜ਼ਰ ਜਾਂ ਐਂਟੀ-ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਹੈਂਡ ਵਾਇਪ ਇਸਦੇ ਤਤਕਾਲਿਕ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਇਜ਼ਰ ਸਿਰਫ ਤਦੋਂ ਹੀ ਅਸਰਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੇ ਹੱਥ ਸਾਫ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੈਲੇ ਨਾ ਹੋਣ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਕਿਸੇ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕੋਹਣੀ ਵਿੱਚ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਮਾਰਨ ਲਈ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਇਸਦੇ ਬਾਅਦ ਟਿਸ਼ੂ ਨੂੰ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਸ਼ਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਘਰ ਛੱਡ ਕੇ ਨਾ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਾਮਪਟਸ ਅਤੇ ਰਿਮਾਂਡਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣਾ
- ਵਿਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣਾ
- ਜੇ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19) ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ COVID-19 ਹਾਟਲਾਇਨ ਨਾਲ **1800 675 398** 'ਤੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ
- ਜੇ ਬਿਨਾਂ ਮਦਦ ਦੇ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਮਸਰਥ ਹੋਣ ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਡਿਲੀਵਰ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ

ਸਾਮਾਜਿਕ ਆਈਸੋਲੇਸ਼ਨ (ਇਕਾਂਤ) ਅਤੇ ਇੱਕਲੇਪਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨਾ

- ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਨੂੰ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣਾ
- ਜਿੰਨੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਟੀਨ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ
- ਸੰਗੀਤ ਜਾਂ ਆਡੀਓਬੁਕਸ ਸੁਣਨ ਜਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਨੂੰ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣਾ ਜੋ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਲੈ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹੋਣ
- ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਕੇਅਰ ਪੈਕੇਜ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਿੱਖੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ ਛੱਡਣ ਲਈ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣਾ
- ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਤੋਂ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਾਲਚਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਜੇ ਅਤਿਰਿਕਤ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨਾ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਹਾਲਚਾਲ ਜਾਣਨ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਵਲੰਟੀਅਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ - iPad, ਵੀਡੀਓ ਕਾਲਿੰਗ, ਫੋਨ ਕਾਲਾਂ ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਮੈਸੇਜਿੰਗ, ਜੋ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਤਾਂ

- ਆਨਲਾਈਨ ਗੋਮਾਂ ਅਤੇ ਸਾਮਾਜਿਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ iPads ਵਰਗੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: 'A better visit' ਐਪ (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), ਵਰਚੁਅਲ ਚਿੜੀਆਘਰ (virtual zoo) (zoo.org.au/animal-house) ਜਾਂ ਵਰਚੁਅਲ ਅਜਾਇਬ ਘਰ (virtual museum) (artsandculture.google.com/)

ਉਭਰਦੇ ਵਿਹਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ

- ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ
- ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰਨਾ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਕੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਸੁਪਰਵਾਇਜ਼ਰ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਦਲੇ ਹੋਏ ਵਿਹਾਰਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਵਧੇਰੀ ਸਲਾਹ ਲਈ ਸਾਡੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨਾਲ **1800 100 500** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ
- ਜਾਂ Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) ਨਾਲ **1800 699 799** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ

ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ (ਇਕਾਂਤਵਾਸ) ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ

- ਦਾਖਿਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕ ਨਾਲ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨਾ ਕਿ ਕੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ (ਇਕਾਂਤਵਾਸ) ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਇਨ-ਹੋਮ ਕੇਅਰ (ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਧੇਰੀ ਸਲਾਹ ਲਈ health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ

ਸਾਡੀ ਨੈਸ਼ਨਲ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ **1800 100 500** 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰਕੇ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਖਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Centre for Dementia Learning ਕੋਲ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿੱਖਿਅਕ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਬਿਰਧ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਉੱਤੇ ਦਿੱਤੇ ਕਈ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਕਣ। ਵਧੇਰੇ ਵੇਰਵੇ ਲਈ **1300 DEMENTIA** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ Dementia Australia ਦੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ dementia.org.au/library

‘ਤੇ ਵਿਆਪਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਵੀ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਉੱਤੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ Alzheimer’s Disease Chinese (ADC) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ‘ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ Alzheimer’s Disease International ਵਲੋਂ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਇੱਥੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬਦਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਦੇ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਹਰੇਕ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ।

Dementia Australia ਇਸ ਸਹਾਇਤਾ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ Alzheimer’s Disease International ਅਤੇ Alzheimer’s Chinese ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਹੈ।