

Para los cuidadores

 emerge.org.au / how-to-help / cuidadores /



Recursos para cuidadores de alguien con EM / SFC

Si cuida (generalmente) a un miembro de la familia (hijo, hija, hermano, hermana, madre, padre, etc.) que, lamentablemente, tiene ME / CFS, hay recursos para ayudarlo en sus tareas de cuidador y ayudarlo a obtener un respiro cuando sea necesario. .

Del [sitio web Carers Australia](#) "Los cuidadores son personas que brindan atención y apoyo no remunerados a familiares y amigos que tienen una discapacidad, una enfermedad mental, una enfermedad crónica, una enfermedad terminal, un problema de alcohol u otras drogas o que tienen una edad delicada" y "Australia Tiene alrededor de 2,7 millones de cuidadores, el 12% de la población. Es muy probable que usted sea un cuidador, que *necesite* un cuidador o que *conozca a* un cuidador ".

Carers Australia y la red de asociaciones de cuidadores en cada estado y territorio tienen como objetivo mejorar la vida de los cuidadores. Together Carers Australia proporciona servicios importantes como asesoramiento, asesoramiento, defensa, educación y capacitación. También promueven el reconocimiento de los cuidadores ante los gobiernos, las empresas y el público en general.

Los siguientes sitios web tienen recursos que son relevantes para que los cuidadores lo ayuden en sus tareas de cuidado:

- [Cuidadores australia](#)
- [Jóvenes cuidadores de Australia](#) : si usted es un cuidador joven,

puede encontrar información más relevante para usted aquí. La siguiente hoja informativa tiene como objetivo ayudar a los cuidadores en la educación superior , que también se encuentra aquí

- Enlaces a asociaciones de cuidadores estatales y territoriales : comuníquese con una asociación de cuidadores en su estado o territorio.
- Sitio web del gobierno australiano sobre cuidadores : un sitio con muchos enlaces, incluidos los pagos de cuidadores en DHS y Commonwealth Resite and Carelink Centers.
- Sitio de pagos para cuidadores en el Departamento de Servicios Humanos (Centrelink) - Un sitio web del gobierno australiano.
- Cuidadores victoria
- Hojas informativas de Carers Victoria

Cuidar de alguien con EM / SFC o cualquier persona con una enfermedad crónica o discapacidad puede ser abrumador y, como cualquier cuidador puede dar fe, a veces solo se necesita un descanso. Cuidar de uno mismo es tan importante como las principales responsabilidades de cuidado. Sin hacer eso, uno no puede mantener sus compromisos de cuidado.

Los siguientes sitios web tienen recursos para que los cuidadores lo ayuden a obtener un respiro:

- Programa Nacional de Respiro para Cuidadores - Un sitio web del Departamento de Salud del Gobierno Australiano.
- Centros de asistencia y de enlace compartido de Commonwealth : puede comunicarse con su centro más cercano llamando a Freecall **1800 052 222**
- Victoria de relevo - Específicamente para Victoria
- Asistencia de relevo regional y de cuidador : de Carers Victoria - Otra vez específicamente para Victoria - Incluye el número de contacto Freecall **1800 052 222** para ser dirigido al servicio de atención de relevo de Carer y Carelink en su área.
- Victorian Carer Services Network : nuevamente para los cuidadores de Victoria: incluye un servicio llamado Respiteseeker, donde puede buscar un servicio de relevo por suburbio, código postal, etc.

Otra forma en que alguien con ME / CFS puede encontrar apoyo social es a través de nuestro Programa de Apoyo de Compañeros de Connect with ME . Este programa tiene como objetivo mejorar la salud y el bienestar de las personas afectadas por EM / SFC conectándolos con compañeros que están pasando por experiencias similares.