



**National
Carer
Strategy**

Estrategia nacional para cuidadores

Apoyo para los cuidadores no remunerados

Versión de lectura fácil



Cómo usar esta hoja informativa



Somos el Ministerio de servicios sociales (DSS)
del Gobierno de Australia.

Somos los autores de esta hoja informativa.



Algunas palabras están en **negritas**.

Explicamos su significado.

También incluimos una lista de estas palabras
en la página 10.



Puede pedirle ayuda a una persona de confianza
para:

- leer esta hoja informativa
- conseguir más información.



Esta hoja informativa es de lectura fácil.

Solo incluye las ideas más importantes.

¿Qué contiene esta hoja informativa?

¿Qué es un cuidador no remunerado? 4

¿Qué es la Estrategia nacional para cuidadores? 6

¿Qué apoyo pueden recibir los cuidadores no remunerados? 8

Lista de palabras 10

Contáctenos 11

¿Qué es un cuidador no remunerado?



Los **cuidadores no remunerados** son personas que ayudan a otra sin recibir pago.

En general, los cuidadores no remunerados ayudan a un pariente o amigo que:



- tiene una discapacidad



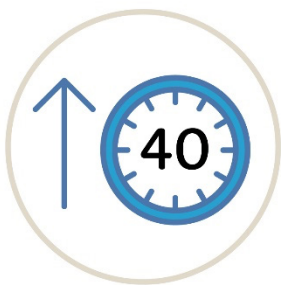
- tiene una afección clínica



- tiene una enfermedad mental



- está envejeciendo.



Alrededor del **33%** de los cuidadores no remunerados pasan más de 40 horas por semana ayudando a otra persona.



Casi el **40%** de los cuidadores no remunerados tienen una discapacidad.

¿Qué es la Estrategia nacional para cuidadores?



La Estrategia nacional para cuidadores tiene por objeto prestar apoyo a los cuidadores no remunerados mientras cuidan de otra persona.

En esta hoja informativa la llamamos «la estrategia».



La estrategia le enseñará a las personas lo que es un cuidador no remunerado.



Esto les permitirá determinar si son cuidadores no remunerados.

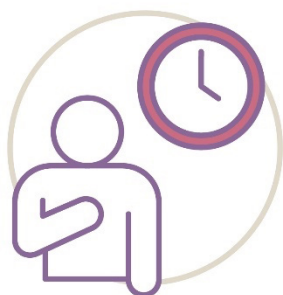
Además, la estrategia ayudará a los cuidadores no remunerados a:



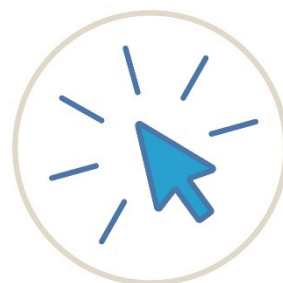
- obtener ayuda y servicios cuando los necesiten



- conseguir más trabajo, educación y formación



- tomarse tiempo libre.



Obtenga más información sobre la estrategia en nuestro sitio web.

www.health.gov.au

¿Qué ayuda pueden recibir los cuidadores no remunerados?

Los cuidadores no remunerados pueden obtener apoyo gratuito, por ejemplo:



- grupos de apoyo con otros cuidadores no remunerados



- **consejería.**

La consejería es cuando la persona habla con un profesional acerca de lo que piensa y cómo se siente.



Esto también incluye paquetes de apoyo adaptados a las necesidades individuales.

Por ejemplo, servicios de limpieza en casa.

Los cuidadores no remunerados también pueden obtener los siguientes de forma gratuita:



- cursos de capacitación en línea

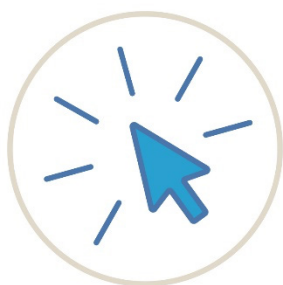


- sugerencias y apoyo que les ayuden a alcanzar sus metas



- apoyo de **descanso para cuidadores**.

Los servicios de descanso para cuidadores se encargan de cuidar de la persona con discapacidad para que su cuidador pueda tomarse un descanso.



Encontrará más información en el sitio web Carer Gateway.

www.carergateway.gov.au

Lista de palabras

Esta lista explica el significado que tienen las palabras en **negritas** en esta hoja informativa.



Consejería

La consejería es cuando la persona habla con un profesional acerca de lo que piensa y cómo se siente.



Descanso de cuidadores

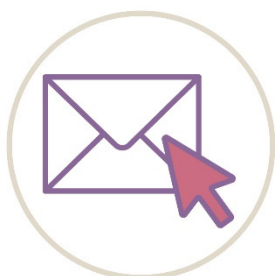
Los servicios de descanso de cuidadores se encargan de cuidar a la persona con discapacidad para que sus cuidadores puedan tomarse un descanso.



Cuidador no remunerado

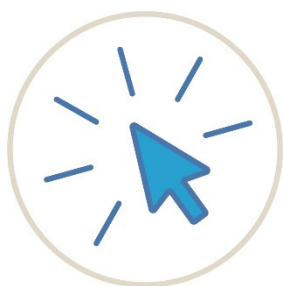
Los cuidadores no remunerados son personas que ayudan a otra sin recibir pago.

Contáctenos



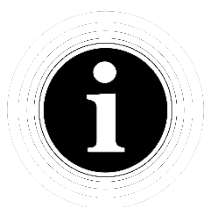
Puede enviarnos un correo electrónico.

NationalCarerStrategy@health.gov.au



Puede consultar nuestro sitio web.

www.health.gov.au



El Information Access Group creó este documento de lectura fácil con fotografías de archivo e imágenes personalizadas.

No se permite la utilización de dichas imágenes sin autorización. Si desea información sobre las imágenes

consulte **www.informationaccessgroup.com**.

Cite el número de proyecto 6130.