



Информативен лист за жители во старечки домови

Macedonian | македонски

Храна и јадење – вашите избори се важни



Да се јаде храна која ви се допаѓа е битно за вашето здравје и благосостојба.

Храната и искуството со јадење понудени од вашиот давател на старосна нега треба да е

безбедно, пријатно, врз база на почит и соодветно на тоа што ви се допаѓа вас.

Ако ова не е вашето искуство, во ред е да си ги изразите вашите грижи со давателот на услугите.

Ако не ви е пријатно да зборувате со вашиот давател на услуги за вашите грижи, или ако веќе пробавте без соодветно решение, контактирајте ја Aged Care Quality and Safety Commission (Комисијата за квалитет и безбедност на грижата за постари лица) и ние ќе ви помогнеме.

Контактирајте нe на:

Телефон

1800 951 822

Интернет

agedcarequality.gov.au

Е-пошта

info@agedcarequality.gov.au

Пошта

Aged Care Quality and Safety Commission GPO Box 9819, iво главниот град на вашата држава или територија

Како може Комисијата да ви помогне?

Кога ја контактирате Комисијата во врска со грижи кои ги имате за вашата храна и искуство со јадење во установата за старосна нега, ние ќе:

- Ве послушаме за да ви ги разбереме вашите грижи
- Зборуваме со вашиот давател на услуги



- Ве подржиме вас и вашиот давател на услуги да се запознаете со вашите права и должности
- Увериме дека вашиот давател на услуги ги разбира нивните должности
- Му помогнеме на вашиот давател на услуги да се согласи со план кој ќе ги задоволи вашите очекувања
- Провериме со вас да видиме дали се подобрија работите.

Кај што е потребно, Комисијата може да превземе формални мерки заедно со вашиот давател на старосна нега за да се гарантира дека ќе го подобрат квалитетот и стандардот на услуга.

Какви промени можете да ги очекувате?

Откако вашите грижи ќе му бидат изразени на вашиот давател на услуги, промените кои ќе може да ги видите се:

- Вработените вас да ви зборуваат за да ги разбират вашите избори и за спремање то на храна со која вие ќе си бидете задоволни
- Помош да си можете што повеќе самите да си правите во тек на послужување на оброците
- Утврдување дека ја добивате исхраната која ви треба за да си останете здрави
- Почитување на вашите културни, религиозни и диететски потреби и преференции
- Попријатно искуство со јадењето.

Ако прво сакате да разговарате со вашиот давател на услуги

Ако се чувствувате удобни, можете да ги нагласите вашите грижи со вашиот давател на старосна нега. Ова би им помогнало нив за да ги разбират вашите ставови и преференции. Можете исто да запрашате член од фамилијата или застапник да застапи во вашето име.

Разговор со вашиот давател на нега многу пати може да резултира во промени направени во кратко време за да ги задоволуваат вашите преференции на храна и јадење. Вашиот давател на нега може да работи при подобрување на вашето искуство со храна и јадење ако ги познава вашите преференции.

Пред да ги изразите вашите грижи, може би ќе посакаете да размислувате за наредите совети:

- Корисно е ако вашите поплаки одат кај правилниот човек. Можете да побарате разговор со вработените кои се одговорни за храна и јадење.
- Ако е можно, наведете примери од промените кои ги барате.



- Кажете им која храна ви се допаѓа и која не ви се допаѓа. Разговарајте за оброците кои ви се допаѓале и за оние кои не ги постигнале вашите очекувања. Можете некои од вашите најомилени рецепти да им ги дадете за да ги пробаат тие.
- Можете да го пополните 'Формуларот - Моите преференции при храна и јадење' на страница 4 од овој информативен лист и да му го дадете на вашиот давател на услуги. Ова е добар начин да се осигурате дека вашиот давател на услуги ќе ги познава вашите преференции, кои можете да ги ажурирате во било кое време.
- Разбирајте си ги вашите права. Повелбата за правата за старосна нега е добро место за почеток. Можете да ја видите Повелбата на www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights или да го прашате вашиот давател на услуги да ви даде печатена копија.
- Не се откажувајте ако се осеќате како да никој не ве слуша. Не треба да ги изразите вашите грижи сами. Комисијата може да ви помогне во било кое време. Поддршка при застапување е исто така достапна.





Моите преференции при јадење и пиење

Име

Мои преференции при храна

н.пр. врсти на храна и пијалоци,
пожелна количина итн..

Мои преференции при јадење

н.пр. кога, каде и со кого

Каква помош ми треба (ако воопшто ми треба) со јадење и пиење?

Кои, ако ги има, здравствени проблеми влијаат врз моето јадење и пиење?

Колку обично би јадел/а јас?

Кои културни и/или религиозни традиции или обичаи ги практикувам?

Податоци за контакт

н.пр. редовен диететичар, работен терапевт, специјалист за заби, педалог

За вработени

Каде е забележана тежината на жителот?*

Намалување на тежината и намаленото конзумирање на храна се предупредувачки знаци на неисхранетост. Ако забележите промени, контактирајте го диететичарот на жителот за помош.

* Забележете каде податоците за редовната тежина на жителот можат да се наоѓаат. Не пишивајте ја тежината на овој формулар.

Овој формулар на вашите преференции може да биде пополнат од жителите во старечки домови, со помош од вработените, семејството, негувателот или од здружените здравствени професионалци. Прашајте го жителот каде сака овој формулар да биде ставен во нивната соба.



Можете да побарате помош или совет од бесплатни, независни застапувачки услуги. Овие услуги можат да нудат помош на постарите лица и на нивните претставници за работи поврзани со услуги за старосна нега финансирани од Комонвелтот.

Мрежата за застапување на постари лица (OPAN) може да ви понуди бесплатен и независен совет ако се јавите на **1800 700 600** или ако го посетите opan.org.au.

За повеќе информации

Можете да пронајдете повеќе информации за искуствата со храна и јадење во установи за старосна нега на веб страната на Комисијата: www.agedcarequality.gov.au/consumers/food-dining-and-nutrition

Можете да пронајдете повеќе информации кои ќе ви помогнат при изразување на вашите грижи со читање на прирачникот за Само-застапување од OPAN: opan.org.au/toolkit

Вие го имате правото да одлучите што, каде и кога ќе јадете и пиете.

Вие го имате правото да ги изразите вашите грижи за вашите искуствата со храна и јадење.

Поддршка е достапна за да ви помогне да си ги изразите вашите грижи.



Телефон
1800 951 822



Интернет
agedcarequality.gov.au



Поштенска адреса
Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, во главниот град на вашата држава или територија