Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission

Engage
Empower
Safeguard

सुरक्षित, गुणस्तरीय हेरचाह तपाईंको अधिकार हो

आदरणीय पाठकज्यू,

अष्ट्रेलियामा वृद्ध हेरचाह कानूनमा भएका हालैका परिवर्तन पछि वृद्ध मानिसहरूलाई अब बलियो अधिकार र सुरक्षा प्राप्त भएको छ।

यी परिवर्तनहरूमा वृद्ध हेरचाह सेवाहरू प्राप्त गर्ने वृद्ध व्यक्तिहरूको लागि अधिकारको कथनलगायतको छ। यसमा आफ्नो निर्णय आफै लिने, सम्मान पाउने र सुरक्षित महसुस गर्ने अधिकार समावेश छ।

तपाईंसँग तपाईंको आवश्यकता र प्राथमिकताहरू व्यक्त गर्ने, आफ्नो संस्कृति र पहिचानको सम्मान पाउने र आफ्नो समुदायसँग जोडिन पाउने अधिकार पनि छ।

अधिकारको कथनले मान्यता दिन्छ कि सबैजना एक व्यक्ति हुन् र तपाईंको प्राथमिकता र आवश्यकताहरू तपाईंका लागि अद्वितीय छन्।

व्यवहारमा तपाईंको अधिकार

तपाईंलाई आदर र सम्मानको साथ व्यवहार गर्ने अपेक्षा गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंको अधिकारहरू व्यवहारमा देखिन सक्ने केही तरिकाहरूमा तपाईंको प्रदायकले निम्न कुराहरू समावेश गर्नेछ:

- तपाईंको हेरचाहको बारेमा सूचित निर्णयहरू गर्न तपाईंलाई सहयोग गर्ने
- तपाईंको दैनिक दिनचर्याका लागि तपाईंको प्राथमिकताहरूलाई समर्थन गर्ने
- आफ्नो प्रतिक्रिया र चिन्ताहरूलाई खोज्ने, सुन्ने र प्रतिक्रिया दिने
- तपाईंलाई आवश्यक पर्ने चीजहरू पहुँच गर्न सक्ने सुनिश्चित गर्ने
- तपाईंलाई आवश्यक पर्ने र तपाईंलाई सिफारिस गरिएको औषधिहरू मात्र तपाईले लिइरहनुभएको निश्चित गर्ने
- तपाईंलाई मनपर्ने खाना र पेय विकल्पहरू प्रदान गर्ने
- तपाईंको लागि महत्त्वपूर्ण व्यक्तिहरुसँग सम्पर्क गराउने

यदि तपाईंको वृद्ध हेरचाहबारेमा कुनै कुराले तपाईंलाई चिन्तित बनाउँछ, वा तपाईलाई ठीक महसुस हुँदैन भने, बोल्नु राम्रो हुन्छ। तपाईंको चिन्ता व्यक्त गर्नु वा तपाईंको प्रदायकलाई प्रतिक्रिया दिनुले तपाईंको र तपाईंको वरपरका अरूको वृद्ध हेरचाहको अनुभवलाई सुधार गर्न मद्दत गर्न सक्छ।

यदि तपाईंलाई कुनै चिन्ता छ भने तपाईं के गर्न सक्नुहुन्छ

यदि तपाईंलाई आफ्नो वृद्ध हेरचाहको बारेमा चिन्ता छ भने, तपाईं आफ्नो प्रदायकसँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ। प्रायः यो चीजहरू समाधान गर्ने सबैभन्दा सरल र छिटो तरिका हो।

तपाईंको प्रदायकले तपाईंको अधिकारको सम्मान गर्नुपर्छ र बुझ्न र प्रयोग गर्न सजिलो उजुरी प्रक्रिया हुनुपर्छ।

यदि तपाईं आफ्नो प्रदायकसँग कुरा गर्न सहज महसुस गर्नुहुन्न वा यदि तपाईंको प्रदायकसँग कुरा गरेर पनि मद्दत मिलेको छैन भने, तपाईं हामीसँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ।

हामी तपाईंलाई सहयोग गर्न के गर्न सक्छौं

यदि तपाईंसँग कुनै चिन्ता छ भने हामी निम्नद्वारा मद्दत गर्न सक्छौं:

- तपाईंलाई सुन्ने र तपाईंको अधिकारहरूको व्याख्या गरेर
- तपाईं आफ्नो प्रदायकले फरक तरिकाले के गरोस् भन्ने चाहनुहुन्छ भन्ने कुरा पत्ता लगाएर
- हाम्रो भूमिका र हामी कसरी तपाईंलाई सबैभन्दा सही मद्दत गर्न सक्छौं भनेर व्याख्या गरेर

सरकारद्वारा वित्तपोषित वृद्ध हेरचाह सेवाहरूको राष्ट्रिय नियामकका रूपमा, हामी तपाईंको अधिकारहरूको रक्षा र समर्थन गर्दछौं ताकि तपाईं विश्वस्त हुनुहोस् की तपाईंको हेरचाह सुरक्षित, गुणस्तरीय हुनेछ, तपाईंको आवश्यकताहरू पूरा हुनेछ र तपाईंलाई सकेसम्म उत्तम जीवन बिताउन मद्दत गर्नेछ।

स्वतन्त्र वृद्ध हेरचाह उजुरी आयुक्तले चिन्ता र उजुरीहरूलाई गोप्य, यथासमय र निष्पक्ष तरिकाले सम्बोधन गरिएको सुनिश्चित गर्न आयोगभित्र काम गर्दछ।

तपाईंको गोपनीयता महत्त्वपूर्ण छ

हामीले तपाईंलाई सहयोग गर्न सक्ने तरिकाहरू लचिलो र सहयोगी हुने गरी तयार गरिएका छन्। जब तपाईं हामीलाई चिन्ता व्यक्त गर्न सम्पर्क गर्नुहुन्छ तपाईंले हामी कसरी अगाडि बढ्छौं भन्ने निर्णय गर्नुहुन्छ र तपाईंको गोपनीयता जहिले पनि सुरक्षित हुन्छ।

तपाईं उजुरी गर्न सक्नुहुन्छ र समाधान प्रक्रियाको भाग हुन सक्नुहुन्छ। तपाईं आफ्नो चिन्तालाई गोप्य वा अज्ञात राख्न पनि अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंले परिवारका सदस्य वा समर्थकलाई तपाईंको लागि चिन्ता व्यक्त गर्न पनि रोज्न सक्नुहुन्छ।

हामी चाहन्छौं कि तपाईं र तपाईंको परिवार र समर्थकहरूले मुद्दाहरू र सरोकारहरू उठाउनको लागि विश्वस्त महसुस गरून्, र सम्भावित परिणामहरूको कुनै डरबिना उनीहरूले निष्पक्ष र पारदर्शी रूपमा विचार गरिनेछ भन्ने जानून्।

हामी तपाईंको अधिकारहरूको रक्षा गर्न र सक्षम बनाउन प्रतिबद्ध छौं।

Liz Hefren-Webb
वृद्ध हेरचाह गुणस्तर तथा सुरक्षा आयुक्त (Aged Care Quality and Safety Commissioner)

Treasure Jennings
वृद्ध हेरचाह गुणस्तर तथा सुरक्षा आयुक्त (Aged Care Quality and Safety Commissioner)

थप जानकारी

- वृद्ध व्यक्तिहरूको वकालत सञ्जाल (OPAN) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्। यदि तपाईंलाई सरकारद्वारा वित्तपोषित वृद्ध हेरचाह सेवाहरूसँग जानकारी वा सहायता चाहिन्छ भने, वृद्ध हेरचाह वकालत लाइनले निःशुल्क, गोप्य र स्वतन्त्र सहायता प्रदान गर्न सक्छ। तपाईं **1800 700 600** मा फोन गरेर वकिलसँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ वा **opan.org.au** मा जान सक्नुहुन्छ।
- तपाईंको प्रदायकको बारेमा प्रतिक्रिया दिन वा उजुरी दिन वृद्ध हेरचाह गुणस्तर र सुरक्षा आयोगलाई **1800 951 822** (निःशुल्क कल) वा **agedcarequality.gov.au** मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

April 2026