**請選擇適當的方框，回答以下有關您的照護職責的  
問題。**

**照護類型**

**1.** 在過去12個月中，您向誰提供照護——請說明您是主要照顧者還是次要照顧者：

☐ **您的孩子** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **您的多名孩子** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **您的配偶** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **您的父母之一** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **您的父母親** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **其他比您**

**年紀小的親屬** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **其他比您**

**年長的親屬** ☐ 主要照護支持 ☐ 次要照護支持

☐ **其他**（請註明）

**2.** 在過去12 個月中，您每周大約提供多少小時的照護？

☐ 最多10 小時 ☐ 10-20小時 ☐ 20-50小時

超過50小時（請註明）

**3.** 您提供什麼樣的照護：

☐ 身體上的支持 ☐ 實際支持

☐ 情感支持 ☐ 社交支持

☐ 財務支持

其他 （請註明）

**關於照顧者的詳細資訊**

**4.** 您自己需要照顧嗎？

☐ 是 ☐ 否

**5.** 您的照護職責會影響您工作的能力嗎？

☐ 是 ☐ 否

如果是，需要多少小時：

**6.** 您可以獲得支援服務嗎？

☐ 是 ☐ 否

**7.** 您目前使用支援服務嗎？

☐ 是 ☐ 否

如果**是**，您可以獲得哪些支援或服務，以及它如何幫助您履行照護職責？

**8.** 您是否可以獲得暫息護理或從照護職責中獲得暫時休息？

☐ 是 ☐ 否

**9.** 聯邦政府使用「照顧者」和「照護職責」作為總稱，指為患有殘障、醫療狀況、精神疾病或因年齡而虛弱的人士提供無償照護、支持和援助。我們理解，這個術語可能不被某些人認可、接受或承認，特別是對於原住民以及文化和語言多元化的社區，並且並非每個人都認為自己是照顧者。您使用「照顧者」一詞嗎？

☐ 是 ☐ 否

**10.** 您還有其他傾向使用的術語嗎？

是的，我更傾向使用這個詞

**11.** 您的年齡層是什麼？

☐ 18-25歲 ☐ 26-35歲 ☐ 36-50歲

☐ 56-65歲 ☐ 65歲以上

**12.** 您居住在哪個州/領地：

**13.** 您的郵遞區號是什麼：

**照顧者的多元化**

**14.** 一些照顧者在參與政府流程或獲得服務時經歷一些額外  
障礙，例如語言障礙、數位素養、文化敏感度或地點。  
您是否屬於以下一個或多個不同群體：

☐ 原住民：

☐ 原住民

☐ 托雷斯海峽島民

☐ 原住民和托雷斯海峽島民

☐ 來自文化和語言多元化社區的照顧者——包括來自多元  
文化、移民和難民背景的照顧者。

☐ 農村和偏遠地區的照顧者

☐ 退伍軍人的照顧者

☐ 認同為LGBTQIA + 的照顧者

☐ 年輕照顧者（25歲以下）

☐ 年長照顧者（65 歲以上）

☐ 其他（請註明）

**15.** 在過去12個月中，您在獲取支援服務和/或資訊方面是否遇到過挑戰？

☐ 是的，經常

☐ 是的，有時候

☐ 是的，偶爾

☐ 否

**16.** 如果您對問題 15 的答案是**「是」**，那麼您遇到過哪些挑戰？

**17.** 透過最近的廣泛諮詢機會，例如皇家委員會、問詢、調查和圓桌會議，照顧者分享了他們在照護職責中遇到的  
挑戰。

回顧您的經歷，以下哪些機會對您來說最重要？

☐ 獲取文化適宜的資訊以幫助您履行護理職責

☐ 得到社區的認可或支持

☐ 獲得支援和服務

☐ 與護理提供者溝通

☐ 尋找同儕支持小組

☐ 尋找時間支持自己和自己的身心健康

☐ 獲得替代護理

☐ 獲得勞動力參與的支持

☐ 獲得文化適宜的支援服務

☐ 獲得財務教育和建議的支持

☐ 其他（請註明）

**照顧者的健康與福祉**

**18.** 透過最近的廣泛諮詢機會，例如皇家委員會、問詢、調查和圓桌會議，全國各地的照顧者分享了他們在照護職責、福祉和社區方面遇到的挑戰。

從以下的清單中，您認為哪些重點領域會對您的身心健康產生重大影響，或可以更好地支持您履行照護職責：

☐ 改善對心理健康的支持

☐ 改善對身體健康的支持

☐ 提供有針對性的社會包容支持

☐ 獲得勞動力參與的支持

☐ 改善獲得替代照護服務的機會

☐ 獲得為您所照顧的人士提供適當服務和支持的機會

☐ 改善照顧者獲得個性化支持服務的機會

☐ 簡化或精簡政府體系

☐ 有關可用服務的更多信息

☐ 同儕支持小組

☐ 獲得財務建議和指導

☐ 其他（請註明）

**19.** 作為照顧者，請選擇您認為以下哪一項對於支持您自身的健康和福祉最具挑戰性？

☐ 有更多的彈性工作安排的機會

☐ 克服社交孤立

☐ 支持自己的身體健康

☐ 支持自己的心理健康

☐ 支持自己的情緒健康

☐ 在照護者角色之外不被作為個體認可

☐ 獲得替代照護

☐ 管理悲傷情緒

☐ 照護他人對個人財務方面的影響

☐ 其他（請註明）

**20.** 2023 年照顧者健康調查顯示，暫托護理可以減少照顧者的倦怠。下列哪一種暫託護理安排對您的照護職責最有益？

☐ 居家暫息護理

☐ 中心日間暫息護理

☐ 過夜或週末暫息護理

☐ 院所暫息護理

☐ 提供暫息護理的社交參與活動

☐ 过渡期护理

☐ 緊急暫息護理

☐ 社區過夜暫息護理

☐ 其他 （請註明）

**21.** 近年來，澳洲經歷了風暴、洪水、火災和地震等多起災難事件，導致人們流離失所並需要支持。您在履行照護職責期間是否曾需要緊急援助和/或緊急支援？

☐ 是 ☐ 否

**22.** 如果您確實獲得了緊急支援，它們是否充分滿足了您和您的照護對象的需求（例如，是否有輪椅可通往緊急疏散點、安靜的房間等）？

☐ 是 ☐ 否

**23.** 您願意告訴我們更多信息嗎？

**為照顧者提供的服務和支持**

**24.** 在過去12個月中，您是否曾使用以下任何政府體系以獲得服務和/或支援：

☐ 全國殘障保險計劃（NDIS）

☐ 退伍軍人事務部

☐ 我的老年護理（MyAgedCare）

☐ 我的健康（MyHealth）

☐ Centrelink，例如照顧者補貼、照顧者津貼

☐ 照顧者網關（Carer Gateway）

☐ 殘障人士網關（Disability Gateway）

☐ 其他政府體系（請註明）

**25.** 在過去12個月中，您是否曾訪問過州級照顧者支持組織（例如Carers NSW）？

☐ 是 ☐ 否

**26.** 在過去12個月中，您接受這些服務的方式是否发生了  
改變？

☐ 是 ☐ 否

**27.**  如果**是**，您接受服務的方式經歷了哪些變化：

☐ 人員變動

☐ 服務提供的等待時間增加

☐ 服務提供的等待時間減少

☐ 提供的服務增加

☐ 提供的服務減少

☐ 所提供的服務品質提高

☐ 所提供的服務品質下降

☐ 服務的文化適宜性有所改善

☐ 服務在文化上不適宜

☐ 其他（請註明）

**28.**  有些照顧者使用一系列體系（例如問題 24 中列出的體系），這些體系需要同時與多個機構和服務提供者互動。照顧者表示這個過程可能既耗時又複雜。

在過去12個月中，您對所获得的服務的滿意度如何？

☐ 是的，經常

☐ 是的，有時候

☐ 是的，偶爾

☐ 不滿意

**29.** 如果您對問題28的回答是「不滿意」或者「是的，偶爾感到滿意」，您遇到過哪些挑戰？

**調查問卷現已完成。**

請將您的回覆發送至 **NationalCarerStrategy@dss.gov.au**

*感謝您對新的全國照顧者戰略所花費的時間和所做的貢獻。*