

هل فكرت في مرحلة الشيخوخة؟



Australian
Human Rights
Commission

ليس هناك وقت
أفضل من الآن.

أسئلة شائعة

لماذا تخطط لمستقبلك؟

يزيد التخطيط المستقبلي من فرصتك في العيش والاستمتاع بسنواتك الأخيرة بالطريقة التي تريدها.

يساعدك التفكير المسبق والتحدث مع من تثق بهم مسبقاً حول رغباتك في الاحتفاظ بالاختيار والتحكم بشؤون حياتك. يعني ذلك أنك تظل مسؤولاً عن الطريقة التي تريد أن تعيش بها - حتى إذا مرضت في المستقبل، أو تعرضت لحادث، أو كنت غير قادر على اتخاذ القرارات أو الحديث عن رغباتك.

يمنح التخطيط المسبق راحة البال ويساعد من حولك على فهم رغباتك وأفضل طريقة لدعمك. وضع الخطط الآن يمكن أن يحمي حقوقك في المستقبل، ويقلل من التوتر الأسري والصراع، حتى أنه يحميك من إساءة معاملة كبار السن.

ما هي العوائق التي تحول دون التخطيط للمستقبل؟

بالنسبة للعديد من الأشخاص، قد يكون من الصعب أو غير المريح التفكير أو التحدث عن التقدم في السن. قد لا يفهم الآخرون ما ينطوي عليه التخطيط المستقبلي أو كيفية القيام بذلك. بالنسبة للأستراليين القادمين من خلفيات متنوعة، قد تشمل الحواجز الإضافية عدم إمكانية الوصول إلى معلومات متعددة اللغات أو مناسبة ثقافياً، بالإضافة إلى الارتباك الناجم عن الأساليب المختلفة للتخطيط المسبق في أستراليا مقارنة ببلدهم الأصلي.

هل فكرت في مرحلة الشيخوخة؟
ليس هناك وقت أفضل من الآن.

أسئلة شائعة

إذن، من أين تبدأ؟

فكر فيما يهملك وكيف تريد أن تعيش مع تقدمك في السن. يتضمن ذلك التفكير في من تثق به لاتخاذ القرارات نيابة عنك إذا لم تعد قادرًا على اتخاذ هذه القرارات بنفسك.

تحدث مع من تثق بهم بشأن رغباتك. إذا كان من حولك لا يعرفون رغباتك، فقد ينتهي الأمر بشخص آخر إلى اتخاذ قرارات غير التي كنت تريدها.

ماذا إذن؟

اكتب قراراتك وفكر في إضفاء الطابع الرسمي على اختياراتك في مستندات ملزمة قانونًا مثل الوصية والتوكيل الرسمي الدائم وتوجيه الرعاية المسبقة Advance Care Directive. يمكن أن تكون هناك أسماء وقواعد مختلفة لهذه المستندات حسب الولاية أو الإقليم الذي تعيش فيه. يمكنك تحديث أو تغيير أو إلغاء هذه المستندات بينما لا يزال لديك القدرة على اتخاذ هذه القرارات.



هل فكرت في مرحلة الشيخوخة؟
ليس هناك وقت أفضل من الآن.

أسئلة شائعة



ما هي الوصية؟

تحدد الوصية ما تود حدوثه لممتلكاتك وأصولك بعد وفاتك.

ما هو التوكيل الدائم؟

يسمح لك التوكيل العام الدائم بتعيين شخص تثق به لاتخاذ قرارات معينة نيابة عنك إذا أصبحت غير قادر على اتخاذ هذه القرارات بنفسك.

ما هو توجيه الرعاية المسبقة Advance Care Directive؟

يحدد توجيه الرعاية المسبقة ما هو العلاج والرعاية الطبية التي تريد تلقيها أو عدم تلقيها إذا أصبحت غير قادر على اتخاذ هذه القرارات أو التحدث عنها بنفسك. تحدث إلى طبيبك لمعرفة المزيد.

ماذا يمكنك أن تفعل أيضا؟

شارك هذه المعلومات مع مجتمعك المحلي لنشر الوعي حول أهمية التخطيط المستقبلي. قد يساعد ذلك الشخص الذي يعينك أمره في اتخاذ الخطوات الأولى نحو التخطيط لمرحلة الشيخوخة.

تحدث إلى شخص تثق به أو اطلب المشورة المتخصصة للتخطيط للمستقبل اليوم - ليس هناك وقت أفضل من الآن.

للمزيد من المعلومات: قم بزيارة humanrights.gov.au/planningahead