

# Go Respite



让看护者  
喘口气

了解暂息护理详情，学习如何短暂休息。

# Go Respite

看护是一趟漫长之旅。如果您要一路伴随照顾亲人，懂得定期让自己短暂休息是非常必要的。

暂息护理提供短期看护您年长亲人的服务，好让您能拥有短暂的个人时间喘口气，或是让外籍女佣放假休息。

提前计划暂息护理将能确保您的亲人获得最妥善的照顾。

欲知更多详情，请浏览[www.silverpages.sg/gettingrespite](http://www.silverpages.sg/gettingrespite)。

## 1 哪里有提供暂息护理？



**1 在乐龄护理中心，**  
您的亲人能参加日间群体活动及结交新朋友。中心将在周日营业，特定中心也在周末营业。



**2 在疗养院，**  
您的亲人可以入住并获得看护服务。每次需要入住至少七天，每年可长达三十天。



您的亲人如果已经在使用乐龄护理中心的服务，就**无需**预先登记。您一旦需要暂息护理，请直接与经常接触的乐龄护理中心洽谈。

如果您的亲人在日常起居活动需要他人协助并有日常看护上的需要，您可以考虑安排疗养院提供的暂息护理。

您必须另外安排从住家到看护服务中心的往返交通。

## 2 须符合哪些条件？



如果您的亲人在某些日常起居活动如进食或换洗时需要他人协助，他便符合申请暂息护理的条件；您甚至可以预先登记有关申请。

若希望使用失智症日间护理中心，您的亲人必须由医生诊断患有失智症。

## 3 为什么要预先登记？



预先登记让您可提早计划并选定相关的服务，一旦有需要时，便能更快地启动服务。

## 4 如何预先登记?



### 第一步

根据亲人的看护需求、中心地点和看护期的长短，与亲人和家人一起商量最适当的暂息服务。

### 第二步

从参与的护理中心和疗养院名单中，筛选几个有提供所需服务的社区护理服务业者。

### 第三步

要查询更多资料或是下载预先登记表格，可上网[www.silverpages.sg/gettingrespite](http://www.silverpages.sg/gettingrespite)或扫描以下QR码。



通过以下方式提交填妥后的预先登记表格：

#### a 电邮：

[gorespite@aic.sg](mailto:gorespite@aic.sg)

#### b 邮寄：

护联中心  
家庭和社区护理部  
7 Maxwell Road, #04-01  
MND Complex Annex B  
Singapore 069111

#### c 亲临：

您可到邻近的护联资讯站(AICare Link)。要查询所有护联资讯站的地点，请上网[www.silverpages.sg/aicarelink](http://www.silverpages.sg/aicarelink)或扫描以下QR码。



### 第四步

如果您希望得到政府为暂息护理提供的津贴\*，就必须接受支付能力调查。

要下载并填妥支付能力调查表格，请到<https://bit.ly/2OWzRQg>或扫描以下QR码。



### 第五步

填妥并提交预先登记表格和支付能力调查表格后，您将收到护联中心的确认信。

### 第六步

请在收到护联中心的确认信后联络您首选的社区护理服务业者，安排进行评估程序，完成整个预先登记手续。

## 5 启动服务



### 第七步

预先登记的有效期为**两年**。之后，您就必须再预先登记。

完成预先登记手续后，您一旦需要暂息护理时，**请直接联络您的首选社区护理服务业者**。

预先登记虽有助于缩短启动服务的时间，但不能保证您的首选服务业者随时都有名额。名额必须以乐龄护理中心或疗养院的空额以及当事人的健康情况变化而定。

\*注：社区护理服务的支付能力调查与医院进行的支付能力调查有所不同。

有关年长者社区关怀服务的查询



浏览 | [www.silverpages.sg](http://www.silverpages.sg)



乐银线 | 1800-650-6060



亲临 | AICare Link

护联中心致力于打造一个充满活力的关怀社区，让年长者居家乐活、原地养老。通过协调和支持全面护理的多方努力，我们倾力让年长者得到最周全的护理成果。

我们为看护者和年长者传递如何积极生活和欢度晚年的信息，并向他们介绍所需服务。我们在鼓励业者提高护理质量的同时，也联手医疗和社区护理伙伴增加为年长者提供的服务。

我们的任务是把护理服务和相关信息，带给社区里有需要的年长者和看护者。

预知更多可上官网

[www.aic.sg](http://www.aic.sg)。