

## What is advance care planning?

**If you were very unwell, and not able to communicate your preferences for care to others, who would you want to speak for you? What would you want them to say?**

Advanced illness or serious injury can sometimes mean that people cannot make their own decisions about healthcare. This can happen to people of all ages, and especially towards end of life.

Writing an Advance Care Plan lets you say what is important to you, if you are ever unable to communicate for yourself.

## Benefits for you and the people who are close to you

Advance care planning:

- helps to ensure that your preferences about healthcare are known and respected if you are too unwell to speak for yourself
- benefits those who are close to you. Research has shown that families of people who have done advance care planning have less anxiety and stress when asked to make important healthcare decisions for other people.

MAKING HEALTHCARE DECISIONS FOR OTHERS CAN BE DIFFICULT. AN ADVANCE CARE PLAN CAN GIVE PEACE OF MIND AND COMFORT AS PREFERENCES ARE CLEAR, UNDERSTOOD AND RESPECTED.

## What do I need to do?

### Be open

- Think and talk about your values, beliefs and preferences for current and future healthcare.
- Decide who you would like to speak for you if you become very sick and are not able to speak for yourself. Ask them if they are prepared to be your 'substitute decision-maker'.

They will need to be:

- available (ideally live in the same city or region)
- over the age of 18

## Што е планирање на негата во иднина?

**Ако сте болни или вашите желби во поглед на негата не можете да ги пренесете на други, кој би сакале да зборува во ваше име? Што би сакале тоа лице да каже?**

Болест во одмината фаза или сериозна повреда може некогаш да значи дека луѓето не се способни самостојно да одлучуваат за нивната здравствена нега. Тоа може да им се случи на луѓе на сите возрасти, особено при крајот на животот.

Пишувањето План на негата во иднина ви овозможува да речете што ви е важно, ако некогаш не можете да комуницирате.

## Користи за вас и за луѓето кои ви се блиски

Планирањето на негата во иднина:

- помага да се обезбеди вашите желби во поглед на здравствената нега да бидат познати и почитувани, ако станете толку болни што не можете да зборувате за себе
- им користи на вашите блиски. Истражувањата покажаа дека семејствата на луѓето кои ја планирале негата во иднина се помалку загрижени и во стрес кога од нив се бара да бидат вклучени во важни одлуки за здравствената нега.

ДОНЕСУВАЊЕТО НА ОДЛУКИ ЗА ЗДРАВСТВЕНАТА НЕГА НА НЕКОЈ ДРУГ МОЖЕ ДА БИДЕ ТЕШКО. ПЛАН НА НЕГАТА ВО ИДНИНА МОЖЕ ДА ДОНЕСЕ СПОКОЈСТВО И УДОБНОСТ, БИДЕЈЌИ ЖЕЛБИТЕ СЕ ЈАСНИ, РАЗБРАНИ И ПОЧИТУВАНИ.

## Што треба да правам?

### Бидете отворени

- Размислувајте и разговарајте за вашите вредности, мислења и желби во поглед на сегашната и идната здравствена нега.
- Одлучете кој сакате да зборува во ваше име ако станете многу болни и не можете самите да зборувате. Побарајте од тоа лице да биде ваш „алтернативен донесувач на одлуки“.

Тоа лице треба да биде:

- на располагање (во идеални услови да живее во истиот град или област)
- постаро од 18 години

# Advance Care Planning Australia

BE OPEN | BE READY | BE HEARD

- prepared to advocate clearly and confidently on your behalf when talking to your doctors, other health professionals and family members.
- Depending on your state/territory, you may be able to appoint more than one substitute decision-maker.

## Be ready

- Talk about your values, beliefs and preferences with your substitute decision-maker and other people involved in your care, such as family, friends, carers and doctors.
- Whilst you don't have to get help from a health professional when writing your Advance Care Plan it is a good idea to have your GP and other health professionals involved. They can advise you and help you to document your choices. There are different legal requirements in different Australian states and territories, so it is a good idea to ask for help. In some states and territories there are important rules regarding who can witness documents for you.

## Be heard

- Write your preferences down. You can find information relevant to your state/territory law on [advancecareplanning.org.au](http://advancecareplanning.org.au). Your doctor will also be able to assist you with the form.
- A written Advance Care Plan/Directive will make things easier for your substitute decision-maker(s), if the need ever arises. It will give everyone peace of mind, knowing your preferences are heard and respected.

Make copies and store them with:

- your substitute decision-maker(s)
- your GP/local doctor
- your specialist(s)
- your residential aged care home
- your hospital
- [myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au)

You don't have to give a copy to each, however, make sure your substitute decision-maker and main doctor has a copy.

Load your Advance Care Plan/Directive into your 'My Health Record' [myhealthrecord.gov.au](http://myhealthrecord.gov.au)

- подготвено јасно и уверливо да ве застапува во разговори со вашите доктори, други здравствени професионалци и членови на семејството.
- Зависно од државата или територијата во која живеете, можеби можете да поставите повеќе од еден алтернативен донесувач на одлуки.

## Бидете спремни

- За вашите вредности, мислења и желби да разговарате со вашиот алтернативен донесувач на одлуки и со други луѓе вклучени во вашата нега, како што се роднини, пријатели, негуватели и доктори.
- Иако не морате да добиете помош од некое здравствено лице кога го пишувате вашиот План за негата во иднина, добро би било во тоа да ги вклучите вашиот доктор по општа пракса и други здравствени лица. Тие може да ви дадат совети и да ви помогнат да го документирате вашиот избор. Во различни австралиски држави и територии постојат различни правни услови, па затоа е добро да се побара помош. Во некои држави и територии постојат важни правила во поглед на тоа кој може да ви ги завери документите.

## Кажете ги вашите мислења

- Запишете ги вашите желби. Информации за прашања значајни во вашата држава или територија можете да најдете на [advancecareplanning.org.au](http://advancecareplanning.org.au) Вашиот доктор исто така може да ви помогне околу образецот.
- Напишан План/Налог за негата во иднина ќе му ја лесни работата на вашиот алтернативен донесувач на одлуки, ако биде потребно. Тоа ќе им донесе спокојство на сите, знаејќи дека вашите желби се познати и се почитуваат.

Направете копии и сместете ги кај:

- вашиот алтернативен донесувач или донесувачи на одлуки
- вашиот доктор по општа пракса/локален доктор
- вашиот специјалист или специјалисти
- вашиот старечки дом
- вашата болница
- [myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au)

Не морате да дадете копии на секој од наведените, но обезбедете вашиот алтернативен донесувач на одлуки и главниот доктор да имаат по една копија.

Вашиот План/налог за негата во иднина внесете го во „My Health Record“ (Моја здравствена документација) на [myhealthrecord.gov.au](http://myhealthrecord.gov.au)

# Advance Care Planning Australia

BE OPEN | BE READY | BE HEARD

Review your Advance Care Plan regularly. You should review your plan if there is a change in your health, personal or living situation.

## The law and advance care planning

Different states and territories in Australia have different laws on advance care planning. When planning for your own future care, it will be helpful to understand the law in your own state/territory. See [advancecareplanning.org.au](http://advancecareplanning.org.au) for information.

Depending on the state/territory:

- a substitute decision-maker may be legally appointed as an 'agent', 'guardian' or an 'enduring guardian'
- an Advance Care Plan may also be called an 'advance care directive' or an 'advance health directive' and may include a 'refusal of treatment certificate'.

## Do you have questions about advance care planning and would prefer to speak in a language other than English?

You can receive help from an interpreter for the cost of a local call (except from mobiles) by simply following these steps:

1. Call 13 14 50, Monday to Friday 9.00-5.00pm.
2. Say the language you need.
3. Wait on the line for an interpreter (may take up to 3 minutes).
4. Ask the interpreter to contact Advance Care Planning Australia on 1300 208 582.
5. Talk with our staff or volunteer with the help of an interpreter.

## Where can I get more information?

Advance Care Planning Australia:

[WWW.ADVANCECAREPLANNING.ORG.AU](http://WWW.ADVANCECAREPLANNING.ORG.AU)

NATIONAL ADVISORY HELPLINE: 1300 208 582

VERSION 3: APR 2017

This publication only provides a general summary of the subject matter covered. People should seek professional advice about their specific circumstances. ACPA is not liable for any errors or omission in this publication.

Редовно преразгледувајте го вашиот План за негата во иднина. Планот треба да го преразгледате ако дојде до промена на вашата здравствена или лична состојба, или животни услови.

## Законите и планирањето на негата во иднина

Различни држави и територии во Австралија имаат различни закони во поглед на планирањето на негата во иднина. Кога правите планови за вашата идна нега, ќе биде од помош да ги разбирате законите во вашата држава или територија. За информации видете на [advancecareplanning.org.au](http://advancecareplanning.org.au)

Во зависност од државата или територијата:

- алтернативен донесувач на одлуки може да биде законски поставен како „агент“, „старател“ или „траен старател“
- планот за негата во иднина исто така може да се вика „налог за негата во иднина“ или „налог за здравствената состојба во иднина“ и може да вклучува „потврда за одбивање на лекување“.

## Дали имате прашања во врска со планирањето на негата во иднина и сакате да разговарате на јазик кој не е англиски?

Може да добиете помош од преведувач по цена на локален разговор (освен од мобилни телефони) следејќи ги следните чекори:

1. Јавете се на 13 14 50 од понеделник до петок меѓу 9.00 наутро и 5.00 попладне.
2. Кажете го јазикот што ви треба.
3. Почekaјте да се јави преведувачот (може да чекате до 3 минути).
4. Побарајте од преведувачот да се јави на Advance Care Planning Australia на 1300 208 582.
5. Разговарајте со наш вработен или доброволец со помош од преведувач.

## Каде може да добијам повеќе информации?

Advance Care Planning Australia:

[WWW.ADVANCECAREPLANNING.ORG.AU](http://WWW.ADVANCECAREPLANNING.ORG.AU)

NATIONAL ADVISORY HELPLINE

(НАЦИОНАЛНА СОВЕТОДАВНА ЛИНИЈА ЗА ПОМОШ): 1300 208 582

ВЕРЗИЈА 3: АПР 2017

Оваа публикација дава само општ преглед за дадената тема. Луѓето треба да побараат професионален совет за нивните конкретни околности. АСПА не е одговорна за ни една грешка или пропуст во оваа публикација.