Australian Human Rights Commission

您为自己的晚年打算过吗？

常见问题

未雨绸缪
越早越好

为什么要提前安排？

提前安排晚年生活，可以最大程度实现并帮助您享受所期的晚年生活方式。

从长计议，并跟自己信任的人谈论自己的意愿，可以帮助您实现自己的选择，生活由自己做主。这样，无论将来发生什么，生病、事故、失去决策能力或沟通意愿的能力，您都可以自己掌控自己的生活方式。

提前计划可以让所有的人都放心，并且可以帮助您身边的人理解您的意愿并以最好的方式支持您。早日做好规划可以保护您未来的权利，减少家人的压力和争端，甚至还能保护您年老不遭受虐待。

提前规划会遇到哪些障碍？

思考和讨论衰老，是许多人都觉得困难或感到不适的事情。还有些人不理解提前规划需要做什么，应该如何着手。非英文母语文化背景的澳大利亚居民可能还面临额外的障碍，例如没有中文或符合亚洲文化的信息，同时还可能因为原籍国跟澳大利亚在晚年提前规划上不同的做法而进一步感到困惑。

常见问题

您思考过晚年生活吗？未雨绸缪，越早越好。

所以，怎样迈出第一步？

首先思考自己认为重要的方面，以及自己希望过的晚年生活是什么样子。要思考的内容有，如果自己失去决策能力时，可以信任谁为自己做决定。

跟自己信任的人讨论自己的意愿。如果身边的人不知道您的意愿，他们代您做的决定有可能是您不希望的情况。

然后呢？

写下自己的决定，并考虑通过办理《遗嘱》、《持久授权书》或《预先护理指示》等具有法律效力的文件将自己的决定正式确立。根据您所在州或领地，此类文件的名称或规则可能不同。只要您还有能力做相关决定，您都能变更、改变或取消这些文件。

常见问题

您思考过晚年生活吗？未雨绸缪，越早越好。

什么是遗嘱？

遗嘱会记录下来您去世后您的遗产的安排。

什么是持久授权书？

您可以通过持久授权书，授权自己信任的人在自己失去决策能力时，为自己做某些决定。

什么是预先护理指示？

预先护理指示会列出，在自己无法决策或表达某些决策时，自己希望或不希望接受的医疗护理。咨询医生，了解详情。

还有哪些积极做法？

跟自己的圈子分享这些信息，帮助身边的人了解提前规划的重要性。您关心的某人可能因此迈出晚年规划的重要第一步。

跟自己信任的人讨论，或咨询专业人士，迈出晚年规划的第一步。未雨绸缪，越早越好。

详情请浏览：**humanrights.gov.au/planningahead**