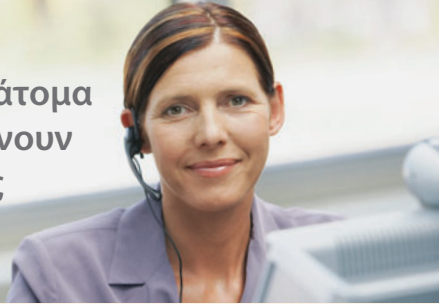


**Επικοινωνήστε  
προσωπικά με άτομα  
που καταλαβαίνουν  
τις ανάγκες σας**



Το Direct2Care είναι πλαισιωμένο από έμπειρο προσωπικό που θα σας μιλήσουν προσωπικά και θα σας βοηθήσουν να βρείτε από κοινού την σωστή λύση για εσάς. Ακολουθώντας θα επικοινωνήσουν με τις ανάλογες υπηρεσίες, οι οποίες με την σειρά τους θα επικοινωνήσουν μαζί σας.

**Βοηθώντας ηλικιωμένους Αυστραλούς  
να ζήσουν ολοκληρωμένα κι  
ανεξάρτητα.**

Το Direct2Care σχεδιάστηκε για να βοηθήσει ηλικιωμένα άτομα της Βικτώριας να έρθουν σε επαφή με χρήσιμες υπηρεσίες ώστε να ζουν μια ζωή πιο ολοκληρωμένη κι ανεξάρτητη στο οικείο περιβάλλον του ίδιου τους του σπιτιού.

Αυτό είναι πραγματικά ευχάριστο νέο όχι μόνον για τα άτομα που χρησιμοποιούν τις ανάλογες υπηρεσίες αλλά και για τους φροντιστές τους, συμπεριλαμβανομένων και ατόμων του οικογενειακού και φιλικού περιβάλλοντος, που θα μπορούσε να χρειάζονται επιπρόσθετη βοήθεια.

Μπορείτε να επισκεφτείτε τα γραφεία μας στο:

Wantima South:  
Knox O-Zone  
(πάνω από το Centrelink)  
Level 1, Suite 3034  
2 Capital City Boulevard

Ballarat:  
907 Sturt Street



## Υπηρεσίες Φροντίδας Ηλικιωμένων που διατίθενται μέσω του Direct2Care

Μερικές από τις υπηρεσίες, που διατίθενται στην περιοχή σας, με τις οποίες το Direct2Care μπορεί να σας φέρει σ'επαφή είναι:

- Βοήθεια για καθαρισμό και συντήρηση σπιτιού
- Βοήθεια με το μπάνιο και το ντύσιμο
- Περίθαλψη από νοσοκόμα (κοινωνική ή οικιακή νοσοκόμα)
- Παράϊατρικές υπηρεσίες (φυσιοθεραπεία, ποδιατρική, διαιτολογία κ.λ.π.)
- Υπηρεσίες τροφίμων (διανομή γευμάτων στο σπίτι και κέντρα σιτισμού)
- Οργανωμένες ομάδες με δραστηριότητες κοινωνικής υποστήριξης
- Βοήθεια με τις βασικές ανάγκες οικιακής συντήρησης
- Υπηρεσίες ανακούφισης
- Φιλικές επισκέψεις / Υπηρεσίες μεταφοράς από εθελοντές.
- Υπηρεσίες υποστήριξης φροντιστών για άτομα με άνοια
- Προγράμματα για την πρόληψη πτώσεων
- Οφθαλμολογικές υπηρεσίες
- Υπηρεσίες συνηγορίας
- Σχέδιο βοήθειας για βοηθήματα ακράτειας

Αν θα θέλατε να λάβετε αυτό το φυλλάδιο σε προσιτή μορφή, παρακαλούμε τηλεφωνήστε μας στον αριθμό 9096 9977 χρησιμοποιώντας αν χρειαστεί την Κρατική Εφεδρική Υπηρεσία στο 13 36 77 ή στείλτε email στο [christine.adams@dhs.vic.gov.au](mailto:christine.adams@dhs.vic.gov.au)

Αυτό το φυλλάδιο διατίθεται και σε μορφή pdf στο διαδίκτυο στο [www.health.vic.gov.au/agedcare](http://www.health.vic.gov.au/agedcare)



Australian Government  
Department of Health and Ageing



Authorised by the Victorian Government, Melbourne.  
Printed by Sovereign Press, 6 Traminer Court, Wendouree.  
October 2008 (0230908)

**ΕΧΕΤΕ ΑΝΑΓΚΗ  
ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ  
ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ  
ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ;**

**ΘΑ ΣΑΣ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ  
ΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΕΤΕ  
ΜΕ ΤΙΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ  
ΠΟΥ ΕΧΕΤΕ  
ΑΝΑΓΚΗ.**



**Direct2Care**  
One-to-one aged care advice

**1300 121 121**

# ΓΝΩΡΙΣΤΕ ΤΟ Direct2Care

Δεν είστε σίγουροι σχετικά με τί υπηρεσίες υπάρχουν;  
Έχετε αμφιβολίες σχετικά με το τί δικαιούστε;  
Προφανώς να γνωρίζετε αλλά δεν ξέρετε πού  
ν' απευθυνθείτε;

Τώρα μπορείτε να επικοινωνήσετε με το Direct2Care.

Μια νέα υπηρεσία από την κυβέρνηση Βικτωρίας κι Αυστραλίας, το Direct2Care σας ενημερώνει για τις τοπικές υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων, που πιθανόν να χρειάζεστε, για να σας βοηθήσουν να μείνετε στο σπίτι σας και σας φέρνει σ' επαφή μαζί τους. Αυτές οι υπηρεσίες συμπεριλαμβάνουν το κάθε τι, από βοήθεια με τις οικιακές ασχολίες, διανομή γευμάτων στο σπίτι, μέχρι φυσιοθεραπεία και ανακούφιση.



## Παράδειγμα 1

Όταν η Μωντ, που ήταν απόλυτα ανεξάρτητη, έπεσε καθώς σκούπιζε, η κόρη της η Λουίζα αναρωτιόταν τί θα έπρεπε να κάνει κι αν θα έπρεπε να μπει η μητέρα της σε γηροκομείο. Αποφάσισε να επικοινωνήσει με το Direct2Care για να συζητήσει την κατάσταση.

Το Direct2Care μίλησε με την Μωντ και κανόνισε να την επισκεφτεί η ομάδα αξιολόγησης Οικιακής & Κοινωνικής Φροντίδας της τοπικής δημαρχίας, για να συζητήσουν μαζί της την υπόθεσή της. Από κοινού, αποφάσισαν να απλοποιήσουν μερικές από τις οικιακές ασχολίες, που η Μωντ έβρισκε ιδιαίτερα δύσκολες κι άλλαξαν μερικές από τις συσκευές που χρησιμοποιούσε.

Επίσης κανόνισαν να παίρνει μέρος, η Μωντ, σε μια κοινωνική ομάδα, που συναντιέται τακτικά, προκειμένου να εξασκείται και να δυναμώνει. Επιπροσθέτως το Direct2Care, κανόνισε να παίρνει μέρος η Μωντ σε προγράμματα ενημέρωσης για την πρόληψη ατυχημάτων πεσίματος στην τοπική Κοινωνική Υγειονομική Υπηρεσία. Το αποτέλεσμα ήταν να παραμείνει η Μωντ στο σπίτι της ανεξάρτητη και δραστήρια.



## Παράδειγμα 2

Ο Ρόμπερτ μιλώντας στον ηλικιωμένο γείτονά του, τον Μπιλ, μαθαίνει πως μετά από το θάνατο της γυναίκας του χάνει βάρος, γιατί δυσκολεύεται με το μαγείρεμα. Ο Ρόμπερτ του προτείνει να επισκεφτούν μαζί το κέντρο Direct2Care. Μιλώντας στον Μπιλ το προσωπικό του Direct2Care, ανακαλύπτει, επιπροσθέτως, πως έπεσε μερικές φορές μετά από κρούσματα ζάλης.

Το Direct2Care πρότεινε στον Μπιλ να κάνει μια ολοκληρωμένη ιατρική εξέταση. Κανόνισε επίσης να επισκεφτεί ο Μπιλ την τοπική Κοινωνική Υγειονομική Υπηρεσία προκειμένου να συζητήσει με διαιτολόγο τρόπους που θα τον διδάξουν μερικές βασικές μαγειρικές ικανότητες. Το Direct2Care φέρνει τον Μπιλ σ' επαφή με το πρόγραμμα πρόληψης ατυχημάτων πεσίματος και μια τοπική ομάδα πεζοπορίας, όπου ο Μπιλ κάνει καινούργιους φίλους και θα εξασκείται.

## Παράδειγμα 3

Ο Χάρολντ δυσκολεύεται να φροντίζει στο σπίτι την φιλάσθην σύζυγό του, τη Σάλλη. Αυτή περιφέρετε ασυνάρτητα και έχει επίσης εκδηλώσει προβλήματα ακράτειας. Του Χάρολντ η υγεία δεν είναι ιδιαίτερα καλή και νιώθει φορτισμένος από την κατάσταση και επιπρόσθετα υποφέρει κι από ενοχές που δεν μπορεί να φροντίζει άνετα την σύζυγό του. Τελικά επικοινωνήσε με το Direct2Care.

Μιλώντας στον Χάρολντ το Direct2Care, κανόνισε μια Ομάδα Αξιολόγησης Φροντίδας Ηλικιωμένων να επισκεφτούν τον Χάρολντ και τη Σάλλη και να μιλήσουν μαζί τους για επιλογές για την φροντίδα της Σάλλης. Το Direct2Care ανακάλυψε πως ο Χάρολντ είναι δεινός παίχτης σκακιού αλλά δεν έχει παίξει για κάμποσο καιρό. Έτσι έφεραν σ' επαφή τον Χάρολντ με μια τοπική Ομάδα παιχτών σκακιού.

## Ένα απλό τηλεφώνημα τα λύνει όλα!

Μπορείτε να επικοινωνήσετε κατ' ευθείαν με το Direct2Care μ' ένα σας τηλεφώνημα. Αν χρειάζεστε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων και δεν ξέρετε πως να τις βρείτε, απλώς τηλεφωνήστε στο **1300 121 121**. Μπορείτε, επίσης, να επισκεφτείτε τα γραφεία μας στο Knox O-Zone Shopping Centre, Wantirna South ή στο 907 Sturt Street, Ballarat.