

## Πρέπει να πληρώνω για μια υπηρεσία της HACC;

Οι περισσότερες υπηρεσίες χρεώνουν ένα ποσό. Εξετάζετε το επίπεδο του εισοδήματός σας και η ικανότητά σας να πληρώνετε. Ιδιαίτερα λαμβάνονται υπόψη οι περιπτώσεις των ατόμων που έχουν περιορισμένη οικονομική δυνατότητα.

## Φροντίζετε ένα άτομο στο σπίτι;

Η φροντίδα ενός αδύναμου ηλικιωμένου ατόμου ή ενός ατόμου με αναπηρία μπορεί να είναι πολύ δύσκολη, και μερικές φορές ίσως να χρειαστείτε ξεκούραση. Αν φροντίζετε ένα άτομο που έχει αναπηρία, ψυχιατρική ή χρόνια ασθένεια και δεν μπορεί να φροντίσει τον εαυτό του, ίσως δικαιούστε κάποιας υπηρεσίας της HACC. Η υπηρεσία αυτή ονομάζεται Ανακουφιστική Φροντίδα.

Η ανακουφιστική φροντίδα μπορεί να σας προσφέρει ένα διάλειμμα ενόσω ένας προσοντούχος υπάλληλος θα φροντίζει το άτομο που είναι υπό τη φροντίδα σας είτε εντός του σπιτιού ή θα κάνουν μια έξοδο μαζί. Στις περισσότερες περιπτώσεις η ανακουφιστική φροντίδα προγραμματίζεται εκ των προτέρων, αλλά μπορεί να διατεθεί ως έκτακτη υπηρεσία.

Διατίθενται πληροφορίες και υποστήριξη για να σας βοηθήσουν να βρείτε προσωρινή στέγη σε ίδρυμα ανακουφιστικής φροντίδας, αν χρειάζεστε διάλειμμα για μεγαλύτερο διάστημα.

## Πού διατίθενται περισσότερες πληροφορίες για φροντιστές;

### Φροντιστές Βικτώρια (Carers Victoria):

Η υπηρεσία αυτή προσφέρει ομάδες υποστήριξης φροντιστών, συμβουλευτικές υπηρεσίες για φροντιστές, δωρεάν πόρους όπως ενημερωτικό πακέτο με πλήρεις συμβουλές για τη φροντίδα στο σπίτι μεταφρασμένο σε κοινοτικές γλώσσες, εκπαίδευση και πληροφορίες. Επικοινωνήστε με το Ομοσπονδιακό Κέντρο Πληροφοριών για Φροντιστές στο 1800 242 636 (δωρεάν κλήση κατά τη διάρκεια των εργάσιμων ωρών)

## Πού διατίθενται περισσότερες πληροφορίες;

### Πληροφορίες για Ηλικιωμένους Βικτώριανους (Seniors Information Victoria):

Μπορείτε να επικοινωνήσετε μ' αυτήν την υπηρεσία στον αριθμό 1300 13 50 90. Αν θέλετε διερμηνέα, η υπηρεσία μπορεί να κανονίσει διερμηνέα για να σας βοηθήσει με το ερώτημά σας.



*home and community care*

A JOINT COMMONWEALTH AND STATE/TERRITORY PROGRAM  
PROVIDING FUNDING AND ASSISTANCE FOR AUSTRALIANS IN NEED

Greek

## Οικιακή και Κοινωνική Φροντίδα (HACC)

Το Πρόγραμμα Οικιακής και Κοινωνικής Φροντίδας (Home and Community Care Program (HACC)) διαθέτει ποικίλες υπηρεσίες βασικής υποστήριξης σε αδύναμα ηλικιωμένα άτομα και άτομα με αναπηρίες που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη διαχείριση των καθημερινών ασχολιών τους, αλλά επιθυμούν να συνεχίσουν να ζούνε στο σπίτι τους. Το πρόγραμμα βοηθάει επίσης τους φροντιστές τους και την οικογένειά τους.

Στόχος των υπηρεσιών του Προγράμματος Οικιακής και Κοινωνικής Φροντίδας (HACC) είναι τα άτομα εκείνα που έχουν τη μεγαλύτερη ανάγκη γι' αυτές τις υπηρεσίες και/ή τη μεγαλύτερη δυνατότητα να ωφεληθούν απ' αυτές τις υπηρεσίες. Οι αντιπροσωπείες που διαθέτουν τις υπηρεσίες θα αξιολογήσουν τις ανάγκες σας και θα σας διαθέσουν πληροφορίες για τις επιλογές σας. Μετά από την αξιολόγηση, οι αντιπροσωπείες αποφασίζουν ποιες υπηρεσίες μπορούν να σας διατεθούν. Είναι σημαντικό να καταλάβετε ότι σε πολλές περιοχές υπάρχουν περισσότερα άτομα που θέλουν υπηρεσίες απ' ό,τι υπάρχουν διαθέσιμες υπηρεσίες. Αποτελεί ευθύνη των αντιπροσωπειών να διασφαλίσουν ότι οι υπηρεσίες κατανέμονται δίκαια και με βάση την ανάγκη.

Οι υπηρεσίες HACC προσφέρονται από τα τοπικά δημαρχεία, τα κοινοτικά κέντρα υγείας και ορισμένους κοινοτικούς

οργανισμούς περιλαμβανομένων των οργανισμών για τους Αμπορίτζιναλ και οργανισμούς που προσφέρουν υπηρεσίες ειδικά για εθνικές κοινότητες.

### **Τι είδος βοήθειας διατίθεται στο σπίτι μου;**

- Ενας οικιακός φροντιστής μπορεί να έρθει στο σπίτι σας για να σας βοηθήσει με το καθάρισμα, το πλύσιμο των ρούχων, τα ψώνια και το μαγείρεμα. *(Οικιακή Φροντίδα)*
- Ενας προσωπικός φροντιστής μπορεί να έρθει στο σπίτι σας για να σας βοηθήσει να κάνετε ντους, να ντύνεστε και να τρώτε. *(Προσωπική Φροντίδα)*
- Ενας εθελοντής ή υπάλληλος του Δημαρχείου ή από άλλη αντιπροσωπεία υπηρεσιών τροφίμων μπορεί να σας διανέμει έτοιμα φαγητά τα οποία τρώτε ή ξαναζεσταίνετε στο σπίτι σας ή μερικές φορές προσφέρονται σε ένα κοινοτικό κέντρο. *(Διανομή Φαγητών στο σπίτι και Φαγητά σε Κοινοτικό Κέντρο)*
- Ενας υπάλληλος συντήρησης σπιτιών μπορεί να βοηθήσει με μικρές δουλειές του σπιτιού σας για να βελτιωθεί η ασφάλειάς σας όπως είναι η τοποθέτηση χειρολαβών, η αλλαγή γλόμπων και ελέγχοντας τους ανιχνευτές καπνού. *(Συντήρηση Σπιτιών)*

- Μια προσοντούχος νοσοκόμα μπορεί να σας δώσει συμβουλές πώς να διαχειρίζεστε τα προβλήματα της υγείας σας όπως τον ζαχαροδιαβήτη, την ακράτεια και τα αρθριτικά. *(Υπηρεσία Νοσοκόμων)*
- Ενας εκπαιδευμένος εθελοντής μπορεί να σας επισκέπτεται στο σπίτι σας και να περνάει κάποιο διάστημα μαζί σας. *(Συντονισμός Εθελοντών)*
- Μπορούν να σας συνδέσουν με άλλα άτομα για να συζητάτε τακτικά με το τηλέφωνο. *(Τελελίνκ)*

### **Τι είδος βοήθειας διατίθεται στην περιοχή μου;**

- *Οι Ομάδες Προγραμματισμένων Δραστηριοτήτων* είναι σχεδιασμένες για να σας βοηθήσουν να διατηρήσετε υγιής και δραστήριος. Οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν συμμετοχή σε ασκήσεις σωματικής εξάσκησης (π.χ. αύξηση της μυϊκής δύναμης, συμμετοχή σε ομάδες για περπάτημα, τσί-τσι, υδάτινες αεροβατικές κινήσεις), καλλιτεχνία και χειροτεχνία, προγράμματα χορού και χαλάρωσης, συζητήσεις με φίλους και παροχή πληροφοριών σε θέματα διατροφικής, υγείας και ευεξίας.
- Ενα επαγγελματικό στέλεχος υγειονομικού τομέα μπορεί να σας προσφέρει συμβουλές και θεραπεία σε σχέση με προβλήματα που μπορεί

να έχετε στην κίνηση *(Εργασιοθεραπεία και Φυσικοθεραπεία)*, φροντίδα των ποδιών/περπάτημα *(Ποδιατρική)*, διαίτα *(Διαιτητική)*, ομιλία και επικοινωνία *(Παθολογία Ομιλίας)*.

### **Θα μπορέσω να λάβω υπηρεσίες της HACCC;**

Ίσως μπορέσετε να έχετε πρόσβαση στις υπηρεσίες HACCC αν είστε:

- Αδύναμο άτομο και δυσκολεύεστε να κάνετε όλα τα πράγματα που χρειάζονται στο σπίτι για να συνεχίσετε να ζείτε με ασφάλεια και ανεξαρτησία· ή
- Ενα μέλος οικογένειας που φροντίζει ένα άτομο το οποίο έχει μέτρια μέχρι οξεία αναπηρία

Εσείς, ο γιατρός σας, ένα μέλος της οικογένειας ή ένας φίλος/η μπορείτε να επικοινωνήσετε με το τοπικό σας δημαρχείο, το κέντρο κοινοτικής υγείας ή έναν οργανισμό εθνικών κοινοτήτων για να ρωτήσετε σχετικά με τις υπηρεσίες HACCC. Πριν λάβετε κάποια υπηρεσία της HACCC, το προσωπικό θα συζητήσει μαζί σας και θα αποφασίσει αν δικαιούστε την υπηρεσία αυτή. Αν δικαιούστε την υπηρεσία ένας υπάλληλος αξιολόγησης θα σας επισκεφτεί και θα συζητήσει μαζί σας τι βοήθεια ίσως χρειάζεστε και τι βοήθεια μπορεί να σας διατεθεί.