



Australian Government

Department of Health

Τηλεφωνική Γραμμή Υποστήριξης Ηλικιωμένων για τη νόσο COVID-19

Είναι σημαντικό να λαμβάνουν υποστήριξη τα ηλικιωμένα άτομα κατά τη διάρκεια της πανδημίας του κορωνοϊού. Η γραμμή υποστήριξης ηλικιωμένων για τη νόσο COVID-19 βοηθά τους ηλικιωμένους, τα αγαπημένα πρόσωπα και τους φροντιστές τους να παραμείνουν συνδεδεμένοι και να συνεχίσουν να λαμβάνουν τις υπηρεσίες που χρειάζονται κατά τη διάρκεια της πανδημίας. Η γραμμή υποστήριξης προσφέρει πρακτική βοήθεια και συμβουλές.

Μπορείτε να μάθετε για τους περιορισμούς λόγω του κορωνοϊού, να λάβετε πληροφορίες σχετικά με υποστηρικτικές υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων ή να μιλήσετε σε κάποιον για τη ψυχική υγεία. Άτομα που ανησυχούν για τον εαυτό τους, για φίλους ή μέλος της οικογένειας που πάσχει από άνοια, μπορούν να μιλήσουν στη γραμμή υποστήριξης με έναν εκπαιδευμένο σύμβουλο της Dementia Australia.

Η γραμμή υποστήριξης διατίθεται για να βοηθήσει τους ηλικιωμένους, τους συγγενείς, φροντιστές, φίλους τους και τα άτομα που τους υποστηρίζουν. Αυτή η δωρεάν τηλεφωνική υπηρεσία λειτουργεί από Δευτέρα έως Παρασκευή, εκτός των δημοσίων αργιών, από τις 8:30 π.μ. έως τις 6.00 μ.μ. Μπορείτε να καλέσετε τη γραμμή υποστήριξης στο **1800 171 866**.

Εάν προτιμάτε να μιλήσετε σε άλλη γλώσσα εκτός της αγγλικής, μπορεί να σας βοηθήσει διερμηνέας. Καλέστε την Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας στο **131 450** και ζητήστε να μιλήσετε στη γλώσσα σας. Όταν σας συνδέσουν με το διερμηνέα, μπορείτε να του ζητήσετε να σας συνδέσει με τη Γραμμή Υποστήριξης Ηλικιωμένων για τη νόσο COVID-19.

Πρόγραμμα Επισκεπτών από την Κοινότητα

Το Πρόγραμμα Επισκεπτών από την Κοινότητα (Community Visitors Scheme) παρέχει στους ηλικιωμένους της Αυστραλίας φιλία, συντροφικότητα και κοινωνική σύνδεση. Συνδέει άτομα με εθελοντές για να περνούν χρόνο μαζί τους σε τακτική βάση. Κατά τη διάρκεια της πανδημίας του κορωνοϊού, αυτό θα μπορούσε να γίνει τηλεφωνικά ή με βιντεοκλήση στις περιπτώσεις που δεν είναι δυνατές οι προσωπικές επισκέψεις λόγω σωματικής αποστασιοποίησης.

Η τακτική επαφή με εθελοντές μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να αισθάνονται ότι υπάρχει κάποιος που τους ακούει και υποστηρίζει εκείνους που αισθάνονται απομονωμένοι ή μοναχικοί. Το Πρόγραμμα Επισκεπτών από την Κοινότητα είναι μια δωρεάν υπηρεσία για ηλικιωμένα άτομα που αυτή την περίοδο λαμβάνουν ή υποβάλλουν αίτηση για φροντίδα στο σπίτι με κρατική χρηματοδότηση ή ευρίσκονται ή υποβάλλουν

αίτηση για οίκο ευγηρίας.

Οι ηλικιωμένοι μπορούν να παραπέμψουν τον εαυτό τους στο Πρόγραμμα Επισκεπτών από την Κοινότητα. Επίσης, μπορούν να γίνουν παραπομπές από παρόχους φροντίδας ηλικιωμένων, μέλη της οικογένειας και φίλους. Για να μάθετε περισσότερα, επισκεφτείτε το www.health.gov.au/community-visitors-scheme

Ψυχική ευεξία

Η πανδημία του κορωνοϊού έχει επιφέρει πολλές αλλαγές στον τρόπο που ζούμε. Το να μιλάτε με την οικογένεια και τους φίλους σας ή στο γιατρό σας μπορεί να σας βοηθήσει εάν αισθάνεστε ανήσυχoi, μοναξιά, είστε μπερδεμένοι ή φοβισμένοι. Για πληροφορίες, συμβουλές και για την ποικιλία των διαθέσιμων υπηρεσιών υποστήριξης, επισκεφθείτε το www.headtohealth.gov.au

Περισσότερες πληροφορίες

Είναι σημαντικό να λαμβάνετε πληροφορίες από επίσημες πηγές. Επισκεφτείτε το www.health.gov.au/resources/translated ή καλέστε τη Γραμμή Βοήθειας Κορωνοϊού στο **1800 020 080**.

Κατεβάστε την εφαρμογή COVIDSafe για να κρατήσετε την οικογένεια, τους φίλους και την κοινότητά σας ασφαλείς. Εκτός από τα αγγλικά, η εφαρμογή COVIDSafe είναι πλέον διαθέσιμη και στα αραβικά, απλοποιημένα και παραδοσιακά κινέζικα, βιετναμέζικα, κορεάτικα, ιταλικά, ελληνικά, πουντζάμπι και τουρκικά. Μπορείτε να κατεβάσετε την εφαρμογή από το Apple App store ή το Google Play store. Μπορείτε να ρωτήσετε την οικογένεια ή τους φίλους σας ή ένα μέλος του προσωπικού οίκου ευγηρίας να σας βοηθήσουν να κατεβάσετε την εφαρμογή.