

# Άνοια

Πόροι και υποστήριξη που θα σας βοηθήσουν να ζήσετε καλά

## Πληροφορίες για την άνοια

Η ανακάλυψη ότι εσείς ή ένα μέλος της οικογένειας μπορεί να έχει άνοια, μπορεί να είναι δυσβάσταχτη. Μπορεί να έχετε πολλές ερωτήσεις. Έχετε να μάθετε πολλά, αλλά υπάρχει διαθέσιμη βοήθεια. Ο τοπικός γιατρός σας (GP) μπορεί να σας βοηθήσει να καταλάβετε τι μπορεί να ακολουθήσει και πώς να βρείτε τις πληροφορίες και την βοήθεια που μπορεί να χρειαστείτε εσείς, η οικογένεια ή οι φίλοι σας.

Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο περιγράφει πού να βρείτε τις υπηρεσίες και τις μορφές υποστήριξης που ενδέχεται να χρειαστείτε τώρα και στο μέλλον.

## Καλέστε μια εθνική γραμμή βοήθειας



Η Εθνική Γραμμή Βοήθειας για την Άνοια παρέχει πληροφορίες και συμβουλές, συναισθηματική υποστήριξη και καθοδήγηση και θα σας συνδέσει με υπηρεσίες υποστήριξης και προγράμματα.

### Δωρεάν κλήση 1800 100 500

24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα.

### Dementia Support Australia [Αυστραλιανός Οργανισμός Υποστήριξης Άνοιας]

Η Συμβουλευτική Υπηρεσία Διαχείρισης Συμπεριφοράς λόγω Άνοιας είναι μια εθνική συμβουλευτική υπηρεσία για οικογένειες και φροντιστές ατόμων με άνοια. Η υπηρεσία παρέχει εμπιστευτικές συμβουλές, αξιολόγηση, παρέμβαση, επιμόρφωση και εξειδικευμένη υποστήριξη.

### Δωρεάν κλήση 1800 699 799

24 ώρες την ημέρα, 7 ημέρες την εβδομάδα.



## Βρείτε υπηρεσίες με την χρήση του τοπικού Ευρετηρίου για την Άνοια



Μπορείτε τώρα να βρείτε μια ποικιλία τοπικών υπηρεσιών στο ευρετήριο για την άνοια, όπως:

- Πληροφορίες και πόρους
- Ομάδες υποστήριξης
- Υπηρεσίες ανάπαυλας
- Υπηρεσίες Γνωστικών Προβλημάτων, Άνοιας και Προβλημάτων Μνήμης (CDAMS)
- Επαγγελματίες υγείας (όπως διαιτολόγους, φυσιολόγους άσκησης, λογοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, συμβούλους)



Σκανάρετε τον κωδικό QR για να επισκεφθείτε το Ευρετήριο για την Άνοια

### Επισκεφθείτε [gphn.org.au/programs-aged-care/dementia-or-cognitive-decline](http://gphn.org.au/programs-aged-care/dementia-or-cognitive-decline)

Αυτό το ευρετήριο περιλαμβάνει υπηρεσίες που δεν συμπεριλαμβάνονται στις λίστες υπηρεσιών των οργανισμών My Aged Care [Φροντίδα Ηλικιωμένων] ή Dementia Australia [Άνοια Αυστραλίας].



Χρειάζεστε βοήθεια για να έχετε πρόσβαση στους συνδέσμους σ' αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο; Καλέστε το 1800 100 500 ή ρωτήστε τον τοπικό γιατρό σας (GP).

Αυτό το συνεργατικό έργο χρηματοδοτείται από την Αυστραλιανή Κυβέρνηση για την υποστήριξη καλύτερης πρόσβασης σε φροντίδα για την άνοια στην κοινότητά μας. Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο έχει αναπτυχθεί με την χρήση του περιεχομένου του Οδηγού για την Άνοια από τον οργανισμό Dementia Australia και κατόπιν διαβούλευσης με άτομα που ζουν με άνοια, με φροντιστές και επαγγελματίες υγείας.

## Πόροι και υποστήριξη που θα σας βοηθήσουν να ζήσετε καλά

### Υπηρεσίες υποστήριξης



Υπάρχουν μορφές υποστήριξης και υπηρεσίες που μπορούν να σας βοηθήσουν. Αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν: βοήθεια στο σπίτι, κοινωνικές και καθημερινές δραστηριότητες, προσωπική φροντίδα, φροντίδα ανάπαυλας, παραϊατρικές υπηρεσίες (όπως διαιτολόγους, φυσιολόγους άσκησης, εργοθεραπευτές), μεταφορές και μονάδες φροντίδας ηλικιωμένων.

Για να βοηθηθείτε στην αναζήτηση των υπηρεσιών που χρειάζεστε, δείτε παρακάτω:

- **Εάν είστε κάτω των 65 ετών**, επικοινωνήστε με το Εθνικό Πρόγραμμα Ασφάλισης Ατόμων με Αναπηρία (NDIS)

Επισκεφθείτε [ndis.gov.au](http://ndis.gov.au) ή καλέστε το:

**1800 800 110**

Δευτέρα - Παρασκευή 8πμ - 8μμ

- **Εάν είστε πάνω των 65 ετών**, επικοινωνήστε με τον οργανισμό My Aged Care. Επισκεφθείτε [myagedcare.gov.au](http://myagedcare.gov.au) ή καλέστε το:

**1800 200 422**

Δευτέρα - Παρασκευή 8πμ - 8μμ  
Σάββατο 10πμ - 2μμ



### Υποστήριξη για φροντιστές

Εάν υποστηρίζετε κάποιον με άνοια, μπορείτε να βρείτε πληροφορίες, να λάβετε υποστήριξη και να έχετε πρόσβαση σε υπηρεσίες στην περιοχή σας και στο διαδίκτυο στην **Carer Gateway [Πύλη Φροντιστών]**.

Επισκεφθείτε [carergateway.gov.au](http://carergateway.gov.au) ή καλέστε το:

**1800 422 737**



Σκανάρετε για να επισκεφθείτε Τον Οδηγό για την Άνοια

Ο **Οδηγός για την Άνοια** είναι διαθέσιμος σε έντυπη ή ηχητική μορφή. Κάθε ενότητα σχετίζεται με ένα στάδιο της πορείας σας στην άνοια. Επισκεφθείτε [dementia.org.au](http://dementia.org.au)

### Πληροφορίες σε άλλες γλώσσες



Ο οργανισμός **Dementia Australia** παρέχει ένα ευρύ φάσμα πληροφοριών, επιμόρφωσης και υποστήριξης, που συμπεριλαμβάνουν πληροφορίες μεταφρασμένες σε 38 γλώσσες. Επισκεφθείτε [dementia.org.au/languages](http://dementia.org.au/languages)

Ο οργανισμός **Dementia Support Australia [Αυστραλιανός Οργανισμός Υποστήριξης Άνοιας]** έχει ποικιλία μεταφρασμένων πληροφοριών στο διαδίκτυο. Επισκεφθείτε [dementia.com.au/resource-hub](http://dementia.com.au/resource-hub)

Ο οργανισμός **Moving Pictures** έχει μεταφρασμένες πληροφορίες και σύντομα βίντεο διαθέσιμα σε διάφορες γλώσσες. Επισκεφθείτε [movingpictures.org.au/Pages/FAQs/Category/mp-genie](http://movingpictures.org.au/Pages/FAQs/Category/mp-genie) ή [movingpictures.org.au/films](http://movingpictures.org.au/films)

### Υπηρεσίες διερμηνείας και ατόμων με προβλήματα ακοής

Εάν χρειάζεστε διερμηνέα, παρακαλείστε να καλέσετε την Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας στο **131 450**.



Εάν είστε κωφός ή έχετε πρόβλημα ακοής ή ομιλίας, παρακαλείστε να καλέσετε την Εθνική Υπηρεσία Αναμετάδοσης στο **133 677**.



Χρειάζεστε βοήθεια για να έχετε πρόσβαση στους συνδέσμους σ' αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο; Καλέστε το 1800 100 500 ή ρωτήστε τον τοπικό γιατρό σας (GP).

Θα συνεχίσουμε την ανασκόπηση και την ενημέρωση των πληροφοριών όπως απαιτείται. Εάν θα θέλατε να δώσετε τα σχόλιά σας, παρακαλείστε να στείλετε email στην διεύθυνση [info@healthpathwaysmelbourne.org.au](mailto:info@healthpathwaysmelbourne.org.au)

Δεκέμβριος 2022

**phn**  
VICTORIAN-TASMANIAN  
ALLIANCE

An Australian Government Initiative