

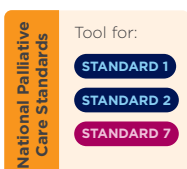


Palliative Care
Australia
Matters of life and death

Αυτό που έχει σημασία Ξεκινάμε την συζήτηση



Υποστηρίζοντας τους ηλικιωμένους
να αποφασίσουν το σωστό για αυτούς



Tool for:

STANDARD 1

STANDARD 2

STANDARD 7

palliativecare.org.au

Μια πρωτοβουλία του Dying to Talk (Πεθαίνοντας να μιλήσω) της Palliative Care Australia (Παρηγορητικής Φροντίδας Αυστραλίας). Το έργο χρηματοδοτήθηκε από την κυβέρνηση της Αυστραλίας μέσω του Ταμείου για την Άνοια και την Φροντίδα Ηλικιωμένων.

Γιατί η Palliative Care Australia δημιούργησε το Εργαλείο Συζήτησης.

Το Εργαλείο Συζήτησης 'What Matters Most' είναι για ηλικιωμένους που χρησιμοποιούν υπηρεσίες φροντίδας. Έχει σχεδιαστεί για να χρησιμοποιείται με προσωπικό φροντίδας υγείας ή τρίτης ηλικίας. Μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να καταλάβουν τι θα ήταν σωστό για αυτούς, αν ήταν πραγματικά άρρωστοι ή στο τέλος της ζωής τους.

Η Palliative Care Australia (PCA) δημιούργησε το Εργαλείο Συζήτησης για να βοηθήσει τους πιο ηλικιωμένους Αυστραλούς να συζητήσουν για το τι είναι πιο σημαντικό για αυτούς επειδή:

- 8 στους 10 ανθρώπους λένε ότι είναι σημαντικό να σκέφτονται και να μιλούν για το πιο είδος φροντίδας προτιμούν στο τέλος της ζωής.
- Μόνο 1 στα 4 άτομα μίλησαν με την οικογένειά τους σχετικά με τις προτιμήσεις τους.
- μόνο το 6% των ατόμων έχει μιλήσει με έναν γιατρό σχετικά με τις προτιμήσεις τους.

Μιλώντας με τους αγαπημένους σας για το τι θα θέλατε εάν ήσασταν πραγματικά άρρωστος ή στο τέλος της ζωής σας μπορεί να σας βοηθήσει, εσάς και αυτούς, κατά τη λήψη αποφάσεων.

Είναι σημαντικό να ξέρετε ότι το Εργαλείο Συζήτησης δεν είναι νομικό έγγραφο ή οδηγία / Έγκαιρος Προγραμματισμός Φροντίδας.

Εάν θα θέλατε περισσότερες πληροφορίες για Έγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας, παρακαλούμε μιλήστε με την ομάδα φροντίδας σας. Μπορείτε επίσης να βρείτε περισσότερες πληροφορίες στη σελίδα 25.

Ιστορικό

Το Εργαλείο Συζήτησης αναπτύχθηκε αρχικά για να υποστηρίξει τους ανθρώπους που ζουν με άνοια να συμμετέχουν σε συζητήσεις για το τι θα ήθελαν εάν ήταν πραγματικά άρρωστοι ή στο τέλος της ζωής τους. Εφαρμόσαμε τις Οδηγίες Προσβασιμότητας της Dementia Australia για να διασφαλίσουμε ότι το Εργαλείο Συζήτησης είναι φιλικό προς άτομα με άνοια.

Η PCA διεξήγαγε μια μελέτη για να διαπιστώσει εάν το Εργαλείο Συζήτησης ήταν χρήσιμο. Η μελέτη έδειξε:

- Οι ερωτήσεις ήταν απλές και κατανοητές.
- Οι άνθρωποι μπορούσαν να κοιτάξουν τις απαντήσεις τους για να θυμηθούν αυτά που είπαν.
- Οι ερωτήσεις βοήθησαν το προσωπικό φροντίδας τρίτης ηλικίας να γνωρίσει καλύτερα το άτομο.
- Οι πόροι θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν τόσο σε οικιακούς όσο και σε κοινοτικούς χώρους φροντίδας ηλικιωμένων.
- Το εργαλείο συζήτησης θα είναι καλό για όλους τους ανθρώπους που λαμβάνουν υπηρεσίες για ηλικιωμένους, συμπεριλαμβανόμενων αυτών που ζουν με άνοια.

Το Εργαλείο Συζήτησης έχει πλέον επικαιροποιηθεί για να υποστηρίξει όλους τους ηλικιωμένους και το προσωπικό υγείας ή φροντίδας τους να βρουν "What matters most" για τους ίδιους.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα palliativecare.org.au.

Είναι σημαντικό να μιλάτε

Το Εργαλείο Συζήτησης θα σας κάνει να σκεφτείτε “What Matters most” για εσάς. Το να μιλήσετε για αυτό που θα θέλατε εάν ήσασταν πολύ άρρωστοι ή στο τέλος της ζωής σας μπορεί να μειώσει το άγχος και την ανησυχία. Μπορεί να βοηθήσει τους αγαπημένους σας να μάθουν τι θέλετε και να βοηθήσει τους άλλους να σας στηρίξουν.

Πολλά πράγματα είναι σημαντικά για εμάς και φέρνουν χαρά και πληρότητα στη ζωή μας. Κάποια πράγματα μπορεί να είναι γνωστά στους άλλους, όπως για παράδειγμα η αγάπη σας για την οικογένειά σας. Αλλά οι άλλοι μπορεί να μην ξέρουν ότι θα θέλατε να ακούτε την αγαπημένη σας μουσική ή ότι θα θέλατε να μείνετε στο σπίτι σας για όσο το δυνατόν μεγαλύτερο διάστημα.

Αποφασίζοντας ‘What Matters Most’

Υπάρχουν τρεις ενότητες στο Εργαλείο Συζήτησης, η κάθε μία για ένα διαφορετικό θέμα

- Η ενότητα 1 είναι για εσάς.
- Η ενότητα 2 είναι για την υγεία σας.
- Η ενότητα 3 είναι για αυτά που μπορεί να θελήσετε στο τέλος της ζωής σας.

Είναι σημαντικό να ξέρετε πως το γεγονός ότι σας έχει δοθεί το Εργαλείο Συζήτησης δεν σημαίνει ότι πρόκειται να πεθάνετε.

Το να σκέφτεστε και να συζητάτε για το τέλος της ζωής σας μπορεί να είναι δύσκολο και ενδέχεται να σας βοηθήσει να μιλήσετε με κάποιον. Ο γιατρός σας ή ο βοηθός φροντίδας είναι διαθέσιμοι για να μιλήσετε. Μπορούν να σας βοηθήσουν να βρείτε με ποιον θα πρέπει να επικοινωνήσετε αν έχετε ερωτήσεις ή ανησυχίες. Μπορείτε επίσης να κοιτάξετε την ενότητα με τις πληροφορίες στη σελίδα 25 για κάποιες επιπλέον επιλογές στήριξης.



Ενότητα 1

Σχετικά με εσάς

Σχετικά με εσάς

Αυτή η ενότητα αφορά εσάς. Περιλαμβάνει ερωτήσεις για το τί είναι σημαντικό για εσάς.

Οι ερωτήσεις σε αυτή την ενότητα μπορεί να είναι οι δυσκολότερες να απαντηθούν. Μπορεί να χρειαστείτε λίγο χρόνο να σκεφτείτε τις ερωτήσεις προτού γράψετε κάτι ή να απαντήσετε μία ή δύο τη φορά.

Κάποια σημαντικά πράγματα να σκεφτείτε:

- Δεν υπάρχει σωστή ή λάθος απάντηση – πρόκειται για αυτό που πιστεύετε και αυτό που θέλετε.
- Μπορείτε να αλλάξετε τις απαντήσεις σας οποιαδήποτε στιγμή.
- Μπορεί να θέλετε να επιστρέψετε και να σκεφτείτε τις ερωτήσεις αργότερα.
- Δεν χρειάζεται να απαντήσετε όλες τις ερωτήσεις.
- Μπορείτε να απαντήσετε κάποιες ερωτήσεις τώρα και κάποιες ερωτήσεις άλλη στιγμή.
- Το να μοιραστείτε τις απαντήσεις σας μπορεί να βοηθήσει τους γύρω σας να ξέρουν τι θα θέλατε και τι δεν θα θέλατε, αν δεν είστε σε θέση να το πείτε.

Ποιοι είναι οι πιο σημαντικοί άνθρωποι στη ζωή σας;

Τι σας δίνει τη μεγαλύτερη χαρά στη ζωή;

Τι σας δίνει δύναμη ή σας κάνει να αισθάνεστε δυνατός/ή;

Τι δίνει νόημα στη ζωή σας; Τι κάνει τη ζωή σας να έχει πληρότητα;

Υπάρχουν κάποιες παραδόσεις πολιτιστικές, θρησκευτικές ή οικογενειακές που είναι σημαντικές για εσάς;

Πως θέλετε να σας θυμούνται;

Οι σημειώσεις μου

Αυτή είναι μία σελίδα όπου μπορείτε να καταγράψετε οτιδήποτε μπορεί να θελήσετε να σκεφτείτε αργότερα ή να μιλήσετε στην οικογένειά σας τον επαγγελματία φροντίδας υγείας ή φροντίδας ηλικιωμένων.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Ενότητα 2

Σχετικά με την υγεία σας

Σχετικά με την υγεία σας

Η ενότητα αυτή αφορά την υγεία σας. Έχει ερωτήσεις για αυτά που θα θέλατε να ξέρετε και αυτά που θα θέλατε να ξέρει ο φροντιστής ή η οικογένειά σας σχετικά με την υγεία σας. Μπορεί να βοηθήσει εσάς ή άλλους ανθρώπους να πάρουν κάποιες αποφάσεις στο μέλλον.

Θυμηθείτε:

- Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.
- Μπορείτε να αλλάξετε τις απαντήσεις σας οποιαδήποτε στιγμή.
- Δεν χρειάζεται να απαντήσετε όλες τις ερωτήσεις.
- Μπορείτε να απαντήσετε κάποιες ερωτήσεις τώρα και κάποιες ερωτήσεις άλλη στιγμή.
- Το να μοιραστείτε τις απαντήσεις σας μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους γύρω σας να ξέρουν τι θα θέλατε και τι δεν θα θέλατε, αν δεν είστε σε θέση να τους το πείτε.

Πόσα θέλετε να ξέρετε εσείς σχετικά με το πώς τα θέματα υγείας ή τα ιατρικά προβλήματα μπορεί να σας επηρεάσουν στο μέλλον; (σημειώστε όσα ισχύουν)

- Καθόλου
- Όσο το δυνατόν λιγότερα
- Να ξέρω τις διαθέσιμες επιλογές στήριξης και φροντίδας
- Τα πάντα
- Άλλο:

Πόσα θέλετε να ξέρουν η οικογένειά και οι φροντιστές σας σχετικά με το πως τα θέματα υγείας ή τα ιατρικά προβλήματα μπορεί να σας επηρεάσουν στο μέλλον; (σημειώστε όσα ισχύουν)

- Τίποτα
- Όσο το δυνατόν λιγότερα
- Τις διαθέσιμες επιλογές φροντίδας και στήριξης
- Τα πάντα
- Διαφορετικές πληροφορίες ανάλογα με το άτομο
- Άλλο:

*Παραδείγματα ζητημάτων υγείας ή ιατρικών προβλημάτων μπορεί να είναι:

- Η άνοια
- Ο καρκίνος
- Η υψηλή πίεση
- ή μπορεί να έχετε κάποιο άλλο πρόβλημα.

Πόση ανάμειξη θέλετε να έχετε στις αποφάσεις για την φροντίδα σας;

Πόση ανάμειξη θα θέλατε να έχουν η οικογένεια και οι φροντιστές σας σε αποφάσεις σχετικά με τη φροντίδα σας;

Υπάρχει κάποιος που θα θέλατε να ξέρει τα πάντα για την υγεία και την φροντίδα σας;

Υπάρχει κάποιος που δε θα θέλατε να ξέρει τίποτα για την υγεία και τη φροντίδα σας;

Οι σημειώσεις μου

Αυτή είναι μια σελίδα στην οποία μπορείτε να καταγράψετε οτιδήποτε μπορεί να θελήσετε να σκεφτείτε αργότερα ή να συζητήσετε με την οικογένειά σας, τον επαγγελματία φροντίδας υγείας ή τον επαγγελματία φροντίδας ηλικιωμένων.



Ενότητα 3

Σχετικά με την επιθυμία
σας στο τέλος της ζωής σας

Σχετικά με την επιθυμία σας στο τέλος της ζωής σας

Αυτή η ενότητα αφορά την επιθυμία σας στο τέλος της ζωής σας.

Μπορεί να είναι δύσκολο να ξέρετε τι θα θέλετε. Μπορεί να χρειαστείτε λίγο χρόνο να σκεφτείτε τις ερωτήσεις πριν γράψετε οτιδήποτε ή να απαντήσετε μόνο μία ή δύο ερωτήσεις τη φορά. Μπορεί επίσης να θέλετε να δείτε τις κάρτες μας "What Matters Most" για να σας βοηθήσουν να βρείτε αυτό που είναι σημαντικό για εσάς. Οι κάρτες είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα palliativecare.org.au.

Θυμηθείτε:

- Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.
- Μπορείτε να αλλάξετε τις απαντήσεις σας οποιαδήποτε στιγμή.
- Δεν χρειάζεται να απαντήσετε όλες τις ερωτήσεις.
- Μπορείτε να απαντήσετε κάποιες ερωτήσεις τώρα και κάποιες ερωτήσεις κάποια άλλη στιγμή.
- Το να μοιραστείτε τις απαντήσεις σας μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους γύρω σας να ξέρουν τι θα θέλατε και τι δεν θα θέλατε, αν δε είστε σε θέση να τους το πείτε.
- Είναι σημαντικό να γνωρίζετε το ότι σας δόθηκε το Εργαλείο Συζήτησης δεν σημαίνει ότι πρόκειται να πεθάνετε.

Αν ήσασταν πολύ άρρωστοι ή στο τέλος της ζωής σας, ποια θα ήταν μερικά από τα πιο σημαντικά πράγματα για εσάς;

Παραδείγματα του τι ενδέχεται να θέλετε να συμπεριλάβετε είναι:

- το να περνάτε περισσότερο χρόνο με τους αγαπημένους σας.
- Το να ξαγρυπνήσετε τον νεκρό σας ή να μαζευτείτε με τους οικείους σας.

Για περισσότερα παραδείγματα, παρακαλούμε δείτε τις κάρτες "What Matters Most".

Αν χρειαζόσασταν αυξανόμενη ιατρική φροντίδα ή στήριξη από οικογένεια, φίλους ή φροντιστές στο τέλος της ζωής σας, που θα θέλατε να είστε;

- Στο σπίτι
- Στο νοσοκομείο
- Σε γηροκομείο (οίκο ευγηρίας)
- Να μένω με κάποιον αγαπημένο
- Άλλο

*Παραδείγματα στήριξης μπορεί να είναι βοήθεια για να:

- κάνετε μπάνιο
- πάτε στην τουαλέτα
- φάτε

**Υπάρχουν κάποιες παραδόσεις πολιτιστικές,
θρησκευτικές ή οικογενειακές που είναι σημαντικές
για εσάς στο τέλος της ζωής σας;**

.....

.....

.....

.....

Παραδείγματα του τι μπορεί να θέλετε να περιλαμβάνουν:

- επίσκεψη στην ύπαιθρο
- να καλέσετε παπά ή θρησκευτικό λειτουργό
- να έχετε παρούσα την οικογένειά σας

**Υπάρχουν κάποιες παραδόσεις πολιτιστικές,
θρησκευτικές ή οικογενειακές που είναι σημαντικές
για εσάς αφότου θα έχετε πεθάνει.**

.....

.....

.....

.....

Παραδείγματα του τι μπορεί να θέλετε να περιλαμβάνουν

- αποτέφρωση το συντομότερο δυνατό.
- ταφή σε κάποιον ιδιαίτερο τόπο
- να σας ντύσουν στα λευκά

**Αν ήσασταν στο τέλος της ζωής σας υπάρχει κάτι
που δεν θα θέλατε;**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Έχετε φόβους ή ανησυχίες για το τέλος της ζωής σας
ή για το θάνατό σας;**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Επόμενα βήματα

Τώρα που έχετε δουλέψει μέσω του Εργαλείου Συζήτησης, ίσως θελήσετε να μιλήσετε με κάποιον για το τι έχετε γράψει.

Θα μπορούσατε να μιλήσετε με την οικογένειά σας, τους φίλους σας, τον γιατρό σας ή τον φροντιστή τρίτης ηλικίας.

Ίσως θελήσετε να επιστρέψετε αργότερα στις ερωτήσεις του Εργαλείου Συζήτησης και να τις ξανασκεφτείτε αν κάτι αλλάξει

Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι το Εργαλείο Συζήτησης δεν είναι Οδηγία ή Έγκαιρος Προγραμματισμός Φροντίδας.

Αυτός ο πόρος δεν θα πρέπει να θεωρείται νομική συμβουλή και δεν αποτελεί Οδηγία ή Έγκαιρο Προγραμματισμό Φροντίδας. Οι άνθρωποι θα πρέπει πάντα να συμβουλευονται τους επαγγελματίες του τομέα υγείας για συμβουλές σχετικά με τις συγκεκριμένες περιστάσεις τους, συμπεριλαμβανομένων των νομοθετικών ρυθμίσεων στην πολιτεία ή την επικράτειά τους.

Ενότητα πληροφοριών

Μπορεί να θέλετε να μάθετε περισσότερες πληροφορίες όταν σκεφτόσαστε το 'What Matters Most'. Παρακάτω αναφέρονται τα μέρη που μπορείτε να πάρετε χρήσιμες πληροφορίες, αλλά μιλήστε με τον γιατρό σας ή φροντιστή τρίτης ηλικίας εάν έχετε ερωτήσεις.

Υπηρεσίες υποστήριξης άνοιας

Η **Dementia Australia (Άνοια Αυστραλία)** παρέχει πληροφορίες και υλικό σχετικά με την άνοια, συμπεριλαμβανομένων ενημερωτικών δελτίων και βίντεο. Η Dementia Australia διαχειρίζεται την Εθνική Τηλεφωνική Γραμμή Άνοιας για άτομα που ζουν με άνοια, τους φροντιστές, οικογένειες και τους φίλους τους. Η Dementia Australia έχει επίσης την ιστοσελίδα του Start2Talk dementia.org.au/planning-head με χρήσιμες πληροφορίες για τον προληπτικό σχεδιασμό για τους ανθρώπους που ζουν με άνοια.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα dementia.org.au ή μπορείτε να καλέσετε την γραμμή βοήθειάς τους στο 1800 100 500 (9:00 π.μ. - 5:00 μμ από Δευτέρα έως Παρασκευή).

Η **Dementia Support Australia** είναι μια κοινοπραξία της οποίας ηγείται η HammondCare. Η Dementia Support Australia έχει μια γραμμή βοήθειας για άτομα που ζουν με άνοια, τους φροντιστές τους, οικογένειες και φίλους.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ιστοσελίδα dementia.com.au ή μπορείτε να τηλεφωνήσετε στην γραμμή βοήθειας στο 1800 699 799 (24 ώρες, 365 μέρες τον χρόνο).

Υποστήριξη

Lifeline (Γραμμή Ζωής)

Μια εθνική φιλανθρωπική οργάνωση που παρέχει σε όλους τους Αυστραλούς που διέρχονται κάποια προσωπική κρίση με πρόσβαση σε 24ωρη υποστήριξη κρίσεων. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ιστοσελίδα lifeline.org.au ή μπορείτε να καλέσετε το 13 11 14 (24 ώρες, 7 ημέρες την εβδομάδα).

Older Persons Advocacy Network (OPAN) (Δίκτυο Προάσπισης Ηλικιωμένων)

Το OPAN παρέχει δωρεάν υπηρεσίες προάσπισης, ενημέρωσης και εκπαίδευσης σε ηλικιωμένα άτομα για να έχουν αποτελεσματική πρόσβαση και αλληλεπίδραση με τις υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων που χρηματοδοτούνται από την Κοινοπολιτεία. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα opan.com.au ή μπορείτε να καλέσετε το 1800 700 600.

QLife

Το QLife είναι η πρώτη Αυστραλιανή υπηρεσία εθνικής κλίμακας που παρέχει συμβουλές και παραπεμπτικά σε λεσβίες, ομοφυλόφιλους, αμφιφυλόφιλους, τρανσέξουαλ και διασεξουαλικά άτομα (ΛΟΑΤΚΙ). Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα qlife.org.au ή μπορείτε να καλέσετε το 1800 184 527.

Advance Care Planning (Έγκαιρος Προγραμματισμός Φροντίδας)

Έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας είναι ένας τρόπος που οι άνθρωποι μπορούν να προσδιορίσουν τι θέλουν για το τέλος της ζωής τους. Ο έγκαιρος προγραμματισμός φροντίδας είναι συχνά μια συνεχής διαδικασία και όχι μόνο μια συζήτηση. Ένα σημαντικό μέρος του έγκαιρου προγραμματισμού είναι το να μπορείτε να επιλέξετε ένα άτομο που θα μπορούσε να μιλήσει για λογαριασμό σας αν δεν μπορούσατε εσείς (ένας αντικαταστάτης που θα είναι υπεύθυνος για τη λήψη αποφάσεων).

Για περισσότερες πληροφορίες, επικοινωνήστε με τον γιατρό ή τον φροντιστή τρίτης ηλικίας που έχετε σας ή επισκεφθείτε advancecareplanning.org.au.

My Aged Care (Η Προσωπική Φροντίδα Τρίτης Ηλικίας)

Το My Aged Care μου είναι η τηλεφωνική γραμμή και η ιστοσελίδα της Αυστραλιανής Κυβέρνησης που βοηθούν τους ανθρώπους να βρουν πληροφορίες και να έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας ηλικιωμένων.

Για περισσότερες πληροφορίες, παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με την ομάδα φροντίδας σας ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα myagedcare.gov.au ή τηλεφωνήστε στο 1800 200 422.

My Health Record (Το ιστορικό της υγείας μου)

Το My health record είναι μια ηλεκτρονική περίληψη των βασικών σας ιατρικών πληροφοριών. Όταν έχετε το My Health Record, οι πληροφορίες για την υγεία σας μπορούν να προβληθούν με ασφάλεια online, από οπουδήποτε και οποτεδήποτε - ακόμα κι αν μετακινήστε ή ταξιδεύετε σε άλλες Πολιτείες. Για περισσότερες πληροφορίες, μιλήστε με τον γιατρό σας ή τον φροντιστή τρίτης ηλικίας που έχετε ή επισκεφθείτε τον ιστότοπο myhealthrecord.gov.au ή καλέστε την τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης My Health Record στο 1800 723 471.

Υποστήριξη για τους φροντιστές

Carers Australia (Φροντιστές της Αυστραλίας)

Το Carers Australia είναι ο κορυφαίος εθνικός οργανισμός που αντιπροσωπεύει τους απλήρωτους φροντιστές της Αυστραλίας, ως συνήγορος εξ ονόματός τους έτσι ώστε να ασκείται επιρροή στις εφαρμοζόμενες πολιτικές και τις υπηρεσίες. Υπάρχουν ενώσεις φροντιστών σε όλη την Αυστραλία που προσφέρουν μια σειρά υποστήριξης και υπηρεσιών. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την ιστοσελίδα carersaustralia.com.au ή καλέστε την γραμμή βοήθειάς τους στο 1800 242 636 (9:00 π.μ. - 5:00 μμ Δευτέρα έως Παρασκευή).

Carer Gateway (Πύλη Φροντιστών)

Το Carer Gateway είναι μια εθνική υπηρεσία που χρηματοδοτείται από την κυβέρνηση της Αυστραλίας. Το Carer Gateway περιλαμβάνει μια ιστοσελίδα και μια τηλεφωνική υπηρεσία για τους φροντιστές έτσι ώστε να έχουν πρόσβαση σε πρακτικές πληροφορίες και υποστήριξη.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ιστοσελίδα carergateway.gov.au ή καλέστε στο 1800 422 737.

Carer Help (Βοήθεια φροντιστών)

Το Carer Help είναι ένας ιστότοπος που βοηθά τους ανθρώπους στην Αυστραλία που φροντίζουν κάποιον σύντροφο, συγγενή ή φίλο που δεν είναι καλά, να βρουν πληροφορίες καλής ποιότητας και χρήσιμους πόρους. Παρέχει πληροφορίες, βίντεο και ενημερωτικό υλικό που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να κάνετε τη φροντίδα λίγο πιο εύκολη. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα carerhelp.com.au.

Παρηγορητική Φροντίδα

Η παρηγορητική φροντίδα δεν αφορά μόνο τη φροντίδα στο τέλος της ζωής. Στόχος της είναι να βοηθήσει τους ανθρώπους να ζουν όσο καλύτερα μπορούν με μια ασθένεια που περιορίζει τη ζωή. Η παρηγορητική φροντίδα επικεντρώνεται στην ποιότητα ζωής του ατόμου, τη διαχείριση των συμπτωμάτων και την παροχή υποστήριξης σε όλη την οικογένεια. Για περισσότερες πληροφορίες, παρακαλείσθε να μιλήσετε στην ομάδα φροντίδας της υγείας που έχετε. Ίσως θελήσετε επίσης να επισκεφτείτε την ιστοσελίδα palliativecare.org.au ή την ιστοσελίδα health.gov.au/health-topics/palliative-care/planning-your-palliative-care/think-about-what-you-want.

Dying to Talk (Πεθαίνοντας να μιλήσω)

Το Dying to Talk βοηθά τους Αυστραλούς όλων των ηλικιών και όλων των επιπέδων υγείας να μιλήσουν για το θάνατο.

Ο θάνατος δεν λαμβάνει αρκετή προσοχή, παρότι είναι κάτι που μας αγγίζει όλους. Το Dying to Talk στοχεύει να βοηθήσει τους Αυστραλούς να αποφασίσουν τι είναι το σωστό για αυτούς στο τέλος της ζωής τους. Για περισσότερες πληροφορίες και για πρόσβαση στους πόρους του Dying to Talk, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα palliativecare.org.au.

Ευχαριστίες

Μια παλαιότερη έκδοση αυτού του υλικού αναπτύχθηκε με την Dementia Australia και την HammondCare για να ενημερώσει τη μελέτη. Η Palliative Care Australia θα ήθελε να ευχαριστήσει και τις δύο οργανώσεις για τη συμμετοχή και την υποστήριξή τους. Η Palliative Care Australia θα ήθελε να ευχαριστήσει τους ανθρώπους που ζουν με άνοια και το προσωπικό φροντίδας ηλικιωμένων και τους οργανισμούς που συμμετέχουν στη μελέτη για τη βοήθειά τους και τα σχόλιά τους.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη μελέτη επισκεφθείτε την ιστοσελίδα palliativecare.org.au.



Palliative Care
Australia

Η Palliative Care Australia (PCA) είναι ο κορυφαίος εθνικός οργανισμός για την παρηγορητική φροντίδα. Η PCA αντιπροσωπεύει όλους εκείνους που εργάζονται για υψηλής ποιότητας παρηγορητική φροντίδα για όλους τους Αυστραλούς. Σε στενή συνεργασία με τους καταναλωτές, τους οργανισμούς-μέλη μας και το εργατικό δυναμικό παρηγορητικής φροντίδας, καθώς και του ευρύτερου τομέα υγείας, φροντίδας τρίτης ηλικίας και αναπηριών επιδιώκουμε να προωθήσουμε και να βελτιώσουμε την πρόσβαση στην παρηγορητική φροντίδα.

Περισσότερες πληροφορίες στο palliativecare.org.au



Mabai
2019
LKM

Σχετικά με τον καλλιτέχνη

Ο καλλιτέχνης από την Καμπέρα Les Makai, ξεκίνησε την καλλιτεχνική του καριέρα σε ηλικία 41 ετών χωρίς να έχει χρησιμοποιήσει ποτέ πριν πινέλο. Ήταν πάντα πάρα πολύ απασχολημένος για να επιδιώξει το ενδιαφέρον του, μέχρι που διαγνώστηκε με Οπίσθια Φλοιική Ατροφία, μια μορφή άνοιας. Ο Les βρίσκει την τέχνη θεραπευτική και απολαμβάνει μεγάλη ευχαρίστηση γνωρίζοντας ότι τα έργα του φέρνουν χαρά στους άλλους.

Η Palliative Care Australia ανέθεσε στον Les να σχεδιάσει έργα τέχνης για να τα συμπεριλάβει στο υλικό του What matters most. Ο Les περιέλαβε εικόνες με τις οποίες οι άνθρωποι μπορούσαν εύκολα να ταυτιστούν και να αναγνωρίσουν στη ζωή τους. Ο Les χρησιμοποιεί υψηλή αντίθεση και έντονα σκιαγραφεί ότι βρίσκει εύκολο να δει και ελπίζει ότι άλλα άτομα που ζουν με άνοια θα έχουν την ίδια εμπειρία. Τα έργα τέχνης αντανakλούν το μοναδικό στυλ του Les, ρεαλιστικές εμβληματικές εικόνες χρησιμοποιώντας ένα αφηρημένο στυλ.



Palliative Care
Australia
Matters of life and death

Αυτό που έχει σημασία Εργαλείο Συζήτησης 2019

palliativecare.org.au

Μια πρωτοβουλία του Dying to Talk (Πεθαίνοντας να μιλήσω) της Palliative Care Australia (Παρηγορητικής Φροντίδας Αυστραλίας)

Το έργο χρηματοδοτήθηκε από την κυβέρνηση της Αυστραλίας μέσω του Ταμείου για την Άνοια και την Φροντίδα Ηλικιωμένων.