

Πώς μπορώ να έχω πρόσβαση στις Πολυπολιτισμικές Υπηρεσίες Υποστήριξης;

Μπορείτε να επικοινωνήσετε με την υπηρεσία My Aged Care τηλεφωνώντας στο **1800 200 422**, για να μάθετε για τις υπηρεσίες που θα σας βοηθήσουν να εξακολουθείτε να μένετε στο σπίτι ανεξάρτητα. Για περισσότερες πληροφορίες πηγαίνετε στην ιστοσελίδα:

www.myagedcare.gov.au

Ο φροντιστής σας, ένα μέλος της οικογένειας, ένας φίλος ή άλλος τοπικός φορέας παροχής υπηρεσιών μπορεί επίσης να επικοινωνήσει με το My Aged Care για λογαριασμό σας.

Εάν μιλάτε μια γλώσσα εκτός από την αγγλική, παρακαλώ πείτε το όνομα της γλώσσας όταν τηλεφωνήσετε στο My Aged Care και αυτοί θα οργανώσουν για ένα διερμηνέα για σας.

Ή

Μπορείτε να τηλεφωνήσετε στις υπηρεσίες Μετάφρασης και Διερμηνείας (TIS) (Translating and Interpreting Services) στο **131 450** και να τους ζητήσετε να επικοινωνήσουν με το My Aged Care.

Εάν επιθυμείτε να λάβετε Εξατομικευμένες ή / και Ομαδικές Κοινωνικές Υπηρεσίες Υποστήριξης από εμάς, ενημερώστε το *My Aged Care Contact Centre* ποιες από τις Πολυπολιτισμικές Υπηρεσίες Υποστήριξης προτιμάτε, οι οποίες παρέχονται από τις Υπηρεσίες Ethnic Community Services Co-operative.

Οι Πολυπολιτισμικές Υπηρεσίες Υποστήριξης μπορούν να ΣΑΣ βοηθήσουν να μειώσετε την μοναξιά και την απομόνωση.

Αν κατοικείτε στο Ανατολικό Σίδνεϊ:

Τηλέφωνο: **02 9569 1288**

Ημέιλ: esmap@ecsc.org.au

Ή

Αν κατοικείτε στο Εσωτερικό-Δυτικό Σίδνεϊ:

Τηλέφωνο: **02 9569 1288**

Ημέιλ: iwmap@ecsc.org.au

Ή

Τηλεφωνήστε στις Υπηρεσίες Μετάφρασης και Διερμηνείας (Translating and Interpreting Services (TIS) στο **131 450** και ζητήστε τους να μας τηλεφωνήσουν.

Οι υπηρεσίες Ethnic Community Services Co-operative βρίσκονται στο:

Building 3, 142 Addison Road
Marrickville NSW 2204

Ημέιλ: admin@ecsc.org.au

Διαδικτυακή τοποθεσία: www.ECSC.org.au

Το Πρόγραμμα MSS υποστηρίζεται από το Υπουργείο Υγείας της Αυστραλιανής Κυβέρνησης στο πλαίσιο του Κοινοπολιτειακού Προγράμματος Υποστήριξης στο Σπίτι (Commonwealth Home Support Programme) (CHSP).

ΠΟΛΥΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ



Για αδύναμα ηλικιωμένα άτομα που κατοικούν στο Ανατολικό και το Εσωτερικό Δυτικό Σίδνεϊ:

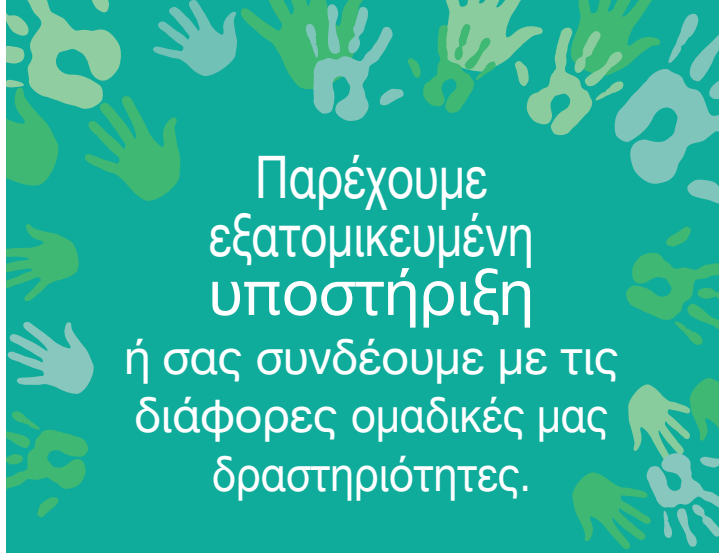
- Κοινωνική Υποστήριξη – εξατομικευμένη
- Κοινωνική Υποστήριξη – ομαδική

Αποποίηση ευθυνών: Παρά το γεγονός ότι η χρηματοδότηση για την υπηρεσία αυτή έχει παρασχεθεί από την Αυστραλιανή Κυβέρνηση, το υλικό που περιέχεται στο παρόν δεν αντιπροσωπεύει απαραίτητα τις απόψεις ή τις πολιτικές της Αυστραλιανής Κυβέρνησης.

Τυπώθηκε το Σεπτέμβριο του 2016



Ethnic Community Services Co-operative
A voice for diversity and inclusion



Σχετικά με το ECSC

Το Ethnic Community Services Co-operative (ECSC) ιδρύθηκε το 1978 και είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός που προσφέρει μια σειρά από υπηρεσίες για ανθρώπους από πολιτισμικά και γλωσσικά διαφορετικές προελεύσεις (culturally and linguistically diverse (CALD) συμπεριλαμβανόμενα:

- τα αδύναμα, ηλικιωμένα άτομα και οι φροντιστές τους
- τα άτομα με αναπηρία και οι φροντιστές τους
- παιδιά και οικογένειες.

Τι κάνουμε;

Οι υπηρεσίες Multicultural Support Services (MSS) θέλουν να διασφαλίσουν ότι δεν αισθάνεστε μοναξιά και εξακολουθείτε να είστε μέρος της κοινότητας.

Παρέχουμε εξατομικευμένη υποστήριξη ή σας συνδέουμε με διάφορες ομαδικές δραστηριότητες.

Με ποιους εργαζόμαστε;

Μπορούμε να σας υποστηρίξουμε αν:

- είστε ηλικίας 65 ετών ή μεγαλύτεροι
- μένετε ακόμη στο σπίτι
- κατάγεστε από πολιτισμικά και γλωσσικά διαφορετική χώρα, και αν
- χρειάζεστε βοήθεια στο σπίτι για να συνεχίσετε να ζείτε ανεξάρτητα.



Πώς μπορούμε να σας βοηθήσουμε;

Μπορούμε να:

- σας επισκεφθούμε ή να σας τηλεφωνήσουμε για μια κουβεντούλα
- να πάμε μαζί σας σύντομους περιπάτους
- να σας βγάλουμε έξω για τσάι ή καφέ
- να σας δώσουμε πληροφορίες που ίσως χρειαστείτε
- να σας συνοδεύσουμε στα μαγαζιά, στα ραντεβού σας με τον γιατρό κτλ.

Μπορεί, επίσης, να θέλετε να λάβετε μέρος στις ακόλουθες ομαδικές δραστηριότητες:

- ήπια άσκηση, γιόγκα, πρόληψη πτώσεων και ομάδες διαλογισμού
- εκδρομές σε διαφορετικές τοποθεσίες
- ενημερωτικές συνεδρίες για τομείς που ενδιαφέρουν τους ηλικιωμένους.