



Ευέλικτες και οικείες ρουτίνες



*Η άνοια είναι διαφορετική για κάθε άτομο.
Μερικές αλλαγές συμβαίνουν αργά και μερικές γρήγορα.
Ο παππούς μου μπορεί να συμπεριφέρεται εκτός
χαρακτήρα ή να συγχύζεται. Δεν είναι δύσκολος επίτηδες.
Βρίσκουμε χρόνο κάθε μέρα για να κάνουμε μια
δραστηριότητα μαζί που την απολαμβάνει.*

Μια οικεία και ευέλικτη ρουτίνα μπορεί να βοηθήσει ώστε οι ημέρες να περνάνε καλύτερα. Αλλάξτε την ρουτίνα όσο συχνά το χρειάζεστε, κυρίως κατά την διάρκεια δύσκολων καιρών. Εστιάστε στην ολοκλήρωση δύο εργασιών κάθε μέρα με το αγαπημένο σας πρόσωπο, συμπεριλαμβανομένης μιας δραστηριότητας που απολαμβάνετε και οι δύο. Διατίθενται ομάδες υποστήριξης φροντιστών, υπηρεσίες κατ' οίκον φροντίδας και ανάπαυλας και πληροφορίες για επιλογές εκ των προτέρων σχεδιασμού φροντίδας για βοήθεια.

Μιλήστε με τον γιατρό σας και επικοινωνήστε με το:

Translating and Interpreting Service (TIS)
(24 ώρες το εικοσιτετράωρο, κάθε μέρα του χρόνου)
Άμεση Τηλεφωνική Διερμηνεία
131 450
www.tisnational.gov.au
My Aged Care **1800 200 422** www.myagedcare.gov.au
Dementia Australia, National Dementia Helpline **1800 100 500**
www.dementia.org.au
Carer Gateway **1800 422 737** www.carergateway.gov.au
Advance Care Planning Australia **1300 208 582**
www.advancecareplanning.org.au

