

InHomeCare SA

Κορονοϊός (COVID 19) Ερωτήσεις και Απαντήσεις

Κατανοούμε πως πάρα πολλοί άνθρωποι που έχουν βοήθεια στο σπίτι ανησυχούν για τον Κορονοϊό.

Πολλοί επίσης αναρωτιούνται, πως θα επηρεάσει αυτός ο ιός και οι απαγορεύσεις τη φροντίδα που λαμβάνουν.

Ελπίζουμε πως οι πληροφορίες σε αυτές εδώ τις σελίδες μπορεί να σας απαντήσουν μερικές από τις πιο συχνές ερωτήσεις.

Παρακαλούμε καλέστε μας στο τηλέφωνο αν έχετε περαιτέρω ερωτήσεις ή απορίες. Είμαστε εδώ να σας βοηθήσουμε.

Το InHome Care SA παρέχει ακόμα υπηρεσίες;

Ναι, το InHome Care SA παρέχει όλες τις υπηρεσίες στους ανθρώπους που στηρίζουμε. Ο Ανδρέας και η ομάδα του γραφείου είναι διαθέσιμοι στα κινητά τους και μέιλ.

Το δε προσωπικό φροντίδας, είναι έξω και παρέχει φροντίδα στα σπίτια και στην κοινότητα.

Είναι ασφαλές να επιτρέπω στο προσωπικό του InHome Care SA να έρχεται σπίτι μου;

Όλο το προσωπικό μας γνωρίζει πως να σας παρέχει φροντίδα με τέτοιο τρόπο ώστε να παραμείνετε όσο το δυνατόν πιο ασφαλής.

Όλο το προσωπικό έχει συμπληρώσει εκπαίδευση για τον Κορονοϊό και είναι ενήμερο για τον έλεγχο της μόλυνσης και την διαδικασία υγιεινής χεριών.

Όταν σας επισκέφθετε το προσωπικό μας, είναι βέβαιο πως τα χέρια τους είναι καθαρά. Θα βάλουν απολυμαντικό και θα φορέσουν γάντια. Κάποιες φορές ίσως φορέσουν ποδιά ή μάσκα προσώπου αλλά αυτό δεν είναι συνήθως απαραίτητο.

Το προσωπικό δεν μπορεί να σας δώσει μία αγκαλιά ή ένα φιλί ή να σας κρατήσει το χέρι. Ίσως να στέκονται λίγο πιο μακριά απ' ότι συνήθως αλλά αυτό δεν σημαίνει πως δεν ενδιαφέρονται για εσάς. Απλά θέλουν να σας βοηθήσουν να παραμείνετε καλά.

Το προσωπικό μας γνωρίζει πως δεν μπορεί να σας επισκεφθεί εάν έχει κρυολόγημα

ή το συνηθισμένο φλού ή στομαχικές διαταραχές. Μπορεί να επιστρέψει στην εργασία του, όταν καλύτερψει.

Επίσης το προσωπικό γνωρίζει πως δεν μπορεί να σας επισκεφθεί εάν ταξίδεψε τις προηγούμενες 14 ημέρες ή εάν του έχει ζητηθεί να απομονωθεί ή εάν του έχει ζητηθεί να ελεγχθεί για Κορονοϊό.

Είναι καλό να έχετε την βοήθεια και τη συντροφιά που μπορεί να προσφέρει το προσωπικό μας αλλά εάν θέλετε να αλλάξετε τις υπηρεσίες σας, μπορείτε – σας παρακαλούμε μιλήστε μας.

Γιατί το προσωπικό δεν φοράει μάσκα και ρόμπα σε κάθε επίσκεψη;

Οι τρέχουσες ιατρικές οδηγίες, μας λένε, πως ο καλύτερος τρόπος για να προστατευθούμε από τον Κορονοϊό είναι το πολύ προσεκτικό πλύσιμο και στέγνωμα των χεριών, διατηρώντας πάρα πολύ καθαρές επιφάνειες όπως νεροχύτες, πάγκοι κουζίνας, πόρτες ψυγείων και ηλεκτρικοί διακόπτες και καλύπτοντας καλά το στόμα και τη μύτη σας όταν βήχετε ή φταρνίζεστε.

Επίσης είναι πολύ σημαντικό να ακολουθείτε τις κυβερνητικές οδηγίες για την μείωση του αριθμού των ατόμων που έρχεστε σε επαφή και να μην είστε κοντά σε ανθρώπους για πολύ ώρα (εκτός εάν σας βοηθάνε με το μπάνιο ή το ντύσιμο).

Οι μάσκες και οι ρόμπες είναι χρήσιμες όταν ερχόμαστε σε επαφή με κάποιον που δεν είναι καλά.

Κάποιοι από το προσωπικό μας βέβαια θα φοράνε μάσκες σε ορισμένες επισκέψεις. Αυτό μπορεί να συμβεί επειδή αυτοί έχουν κάποια ιατρική πάθηση (όπως άσθμα) ή επειδή εσείς έχετε κάποια πάθηση. Σε αυτές τις περιπτώσεις θέλουμε να παρέχουμε περισσότερη προστασία.

Σας συμβουλεύουμε να φοράτε κι εσείς μάσκα όταν πηγαίνετε σε πολυσύχναστα μέρη όπως νοσοκομεία ή εμπορικά κέντρα.

Εάν έχετε ερωτήσεις για μάσκες ή ρόμπες, παρακαλούμε μιλήστε μαζί μας.

Μπορώ να πάω για ψώνια ή ιατρικά ραντεβού;

Η Αυστραλιανή Κυβέρνηση συμβουλεύει τους ανθρώπους άνω των 70 ετών να μένουν σπίτι όσο το δυνατόν περισσότερο ώστε να μειώσουν τον κίνδυνο να κολλήσουν Κορονοϊό.

Εάν έχετε ένα ιατρικό ραντεβού μπορείτε να πάτε. Εάν πρέπει να πάτε για ψώνια, στην τράπεζα ή να πληρώσετε λογαριασμούς, μπορείτε να πάτε – αλλά πρέπει να μειώσετε το χρόνο που είστε έξω και μόνο εάν πραγματικά χρειάζεται να πάτε. Μπορεί να χρειαστεί να φορέσετε μάσκα.

Εάν είστε για ψώνια με κάποιον από το προσωπικό μας και θέλετε να κρατήσετε το καροτσάκι του σούπερ-μάρκετ, τότε το προσωπικό μας μπορεί να σας δώσει να φορέσετε γάντια μίας χρήσης.

Εάν χρειάζεστε κάποια ψώνια και δεν θέλετε να βγείτε έξω , το προσωπικό μας μπορεί να πάρει τη λίστα με τα ψώνια από εσάς, να κάνει τα ψώνια σας και να σας τα φέρει σπίτι. Σας παρακαλούμε ενημερώστε μας εάν χρειάζεστε τέτοιου είδους βοήθεια.

Οι σύλλογοι και οι ομάδες που πηγαίνω συνήθως, έχουν κλείσει και η οικογένειά μου δεν μπορεί να με επισκεφθεί όσο συχνά συνήθιζε – υπάρχουν άλλα πράγματα που μπορώ να κάνω για να μην αισθάνομαι μοναξιά;

Ναι, υπάρχουν πολλά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να μείνετε δραστήριοι και σε επαφή με άλλους ανθρώπους για όσο οι σύλλογοι και οι ομάδες είναι κλειστά. Μερικές ιδέες είναι –

- Το προσωπικό μπορεί να σας επισκέπτετε πιο συχνά ή να σας τηλεφωνεί τακτικά. Ίσως μπορεί να πάτε μαζί μία μικρή βόλτα έξω ή εάν ο καιρός είναι καλός, μία βόλτα με το αυτοκίνητο.
- Ίσως μπορούμε να σας βοηθήσουμε να εγκαταστήσετε το Ελληνικό ραδιόφωνο ή δορυφορική τηλεόραση ή να σας δείξουμε πως να επικοινωνήτε με την οικογένεια χρησιμοποιώντας κομπιούτερ ή έξυπνο τηλέφωνο.
- Το προσωπικό ίσως μπορεί να διαβάσει μαζί σας, να δείτε μία ταινία, να μαγειρέψετε, να ασχοληθήτε με τον κήπο ή να ακούσετε μουσική μαζί.
- Εάν πηγαίνατε σε κάποια ομάδα άσκησης, ίσως μπορούμε να σας βοηθήσουμε να κάνετε τις ασκήσεις στο σπίτι.
- Έχουμε επαγγελματία κομμώτρια στο προσωπικό μας. Ίσως μπορεί να έρθει στο σπίτι να φροντίσει τα μαλλιά σας εάν αυτή τη στιγμή δεν αισθάνεσθε άνετα να πάτε στην δική σας κομμώτρια.
- Επίσης μπορούμε να σας φέρουμε σε επαφή με άλλους οργανισμούς.

Παρακαλούμε να μας ενημερώσετε εάν αισθάνεσθε μόνοι ή μοναξιά – είμαστε εδώ να βοηθήσουμε.

Που μπορώ να βρώ υποστήριξη εάν έχω άγχος ή στενοχώρια και χρειάζομαι κάποιον να μιλήσω;

Υπάρχει ειδική βοήθεια διαθέσιμη εάν δεν αισθάνεσθε καλά ή είστε στενοχωρημένοι ή πιεσμένοι από τον Κορονοϊό και τι μπορεί αυτό να σημαίνει για εσάς ή την οικογένειά σας.

Αυτή η βοήθεια συμπεριλαμβάνει:

Beyond Blue - τηλ. 1300 22 4636 – παρέχει γενική συμβουλευτική υποστήριξη γύρω από ένα ευρύ φάσμα θεμάτων καθώς επίσης κάποια εξειδικευμένη υποστήριξη για ανθρώπους που τελευταία έχουν κατάθλιψη ή άγχος εξαιτίας του Κορονοϊού.

Lifeline – 13 11 44 – για υποστήριξη σε στιγμές συναισθηματικής κρίσης ή όταν κάποιος εκφράσει αυτοκτονικές τάσεις.

SA COVID-19 Mental Health Support Line – 1800 632 753 – παρέχει στήριξη για την πνευματική υγεία των ανθρώπων γύρω από τον Κορονοϊό. Είναι διαθέσιμη στους ανθρώπους για να διατηρούν την πνευματική υγεία τους καλά.

COVID-19 Relief Call Centre – 1300 705 336 – παρέχει πληροφορίες και βοήθεια με πράγματα όπως στήριξη σε προσωπικές δυσκολίες, μέρος να μείνετε εάν δεν είστε σε θέση να αυτο-απομονωθείτε ή μέρος να μείνετε για επείγουσες υπηρεσίες όπως προσωπικό που απαιτείται να απομονωθεί αλλά δεν μπορεί να γίνει σπίτι. Επίσης μπορείτε να στείλετε ηλεκτρονικό μήνυμα (μέιλ) : housingrelief@sa.gov.au.

Red Cross Telecros REDi service – 1800 188 071 – εγγραφείτε για ένα δωρεάν καθημερινό τηλεφώνημα που ελέγχει την υγεία ευάλωτων Νότιο-Αυστραλών σε σχέση με τον Κορονοϊό.

Εάν χρειάζεστε διερμηνέα καλέστε στο – 131 450.

Εάν είστε βαρήκοος ή έχετε κάποια λεκτική ή επικοινωνιακή ανικανότητα, καλέστε το National Relay Service στο – 1800 555 677.

Είμαστε εδώ και συνεχίζουμε να σας στηρίζουμε τις ημέρες και εβδομάδες που έρχονται.

Ανδρέας Δημόπουλος και η ομάδα του InHome Care SA.