



Australijsko-Polskie Biuro Usług Społecznych  
77 Droop Street, Footscray, 3011 tel. 96899170

## **POMOC DLA OSÓB STARSZYCH, NIEPEŁNOSPRAWNYCH ORAZ ICH OPIEKUNÓW**

### **POMOC DLA OSÓB SAMOTNYCH** **(Help for people who are lonely)**

Pomocy dla osób samotnych służą dwa programy: przyjacielskie odwiedziny i Telelink

#### **Przyjacielskie odwiedziny**

Celem tego programu jest umożliwienie nawiązania kontaktów społecznych tym osobom, które z powodu różnych dolegliwości zdrowotnych czują się osamotnione i rzadko opuszczają swój dom.

Program ten jest prowadzony przez koordynatora oraz specjalnie przeszkolonych ochotników mówiących po polsku. Koordynator odwiedza klienta w domu w celu omówienia jego potrzeb i dobrania najbardziej właściwego ochotnika. Ochotnik taki odwiedza klienta w domu na ogół raz na tydzień i dotrzymuje mu towarzystwa przez godzinę.

Osoby zainteresowane skorzystaniem z tej bezpłatnej usługi proszone są o skontaktowanie się z Koordynatorem Ochotników. Programy takie prowadzą [Australijsko-Polskie Biuro Usług Społecznych](#), tel. 9689 9170 oraz [Polskie Biuro Usług przy Federacji Polskich Organizacji w Wiktorii](#), tel. 9629 8277.

#### **Telelink**

Telelink jest to usługa, która umożliwia osobom samotnym lub uwięzionym w domu na skutek niepełnosprawności nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów towarzyskich z grupą innych osób za pośrednictwem telefonu. Korzystając z własnego telefonu osoby te mogą uczestniczyć w rozmowach towarzyskich w języku polskim w grupie zorganizowanej przez Telelink. W rozmowie takiej może jednocześnie brać udział do dziesięciu osób. W znalezieniu wspólnych tematów i zapewnieniu udziału w rozmowie wszystkich osób pomaga specjalnie przeszkolony ochotnik, tzw. facilitator. W wyniku tej usługi nawiązywane są nierzadko wieloletnie przyjaźni między członkami grupy, którzy mogą mieszkać w różnych częściach Wiktorii i nigdy się nie spotkać. Te wspólne rozmowy odbywają się na ogół raz na tydzień i trwają 45 minut. Grupy Telelinku korzystają z połączeń Telstry, a członkostwo jest całkowicie bezpłatne.

Innym rodzajem usługi telefonicznej jest regularne sprawdzanie stanu zdrowia i samopoczucia osoby samotnej. Koordynator lub ochotnik regularnie dzwonią do klienta w umówionym dniu (nawet codziennie) i o umówionej godzinie, w celu upewnienia się, że wszystko jest w porządku. Usługa ta również jest bezpłatna.

Osoby zainteresowane proszone są o skontaktowanie się z [Australijsko-Polskim Biurem Usług Społecznych](#), tel. 9689 9170 lub [Polskim Biurem Usług przy Federacji Polskich Organizacji w Wiktorii](#), tel. 9629 8277.