



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

POMOC DLA OSÓB STARSZYCH, NIEPEŁNOSPRAWNYCH ORAZ ICH OPIEKUNÓW

SPECJALNE POTRZEBY

(Special needs)

Poza wspomnianymi dotychczas potrzebami istnieje cała masa innych, bardziej specyficznych potrzeb. Niesposób je wszystkie poruszyć. Wymienimy zatem te, które naszym zdaniem najbardziej mogą dotyczyć osób starszych, niepełnosprawnych oraz ich opiekunów polskiego pochodzenia, ze wskazaniem na organizacje, które mogą im pomóc.

Wiele **informacji na temat problemów wieku podeszłego** zasięgnąć można w [Council on the Ageing \(COTA\)](#) – tel. 9654 4443, lub bezpłatne połączenie: 1800 136 381.

Osoby pogrążone w **smutku** lub **żałobie** zadzwonić mogą do [Care Ring](#), tel. 136 169 lub [Griefline](#), tel. 9596 7799, gdzie otrzymają anonimowe specjalistyczne poradnictwo

Osoby w trudnych sytuacjach życiowych rozważające **samobójstwo**

zadzwoń mogą do [Lifeline](#), tel. 131 114 lub 9662 9030, albo do [Suicide Helpline](#), tel. 1300 651 251

Osoby borykające się z nałogiem **hazardu**

zadzwoń mogą do [G Line](#), tel. 1800 622 112 albo do [Gamblers Help](#), tel. 1800 156 789 lub do [Gamblers Anonymous](#), tel. 9696 6108

Osoby poszukujące **pomocy w sprawach mieszkaniowych**

powinny się zwrócić do [Office of Housing](#), tel. 9616 7777, a w języku polskim 9280 0793

Osoby **dyskryminowane** z powodu niepełnej sprawności

zgłosić się mogą do [Disability Discrimination Law Advocacy Service](#), tel 9602 4877 lub 9602 4135

Wyznaczaniem **zarządców majątkowych** dla osób nie będących w stanie podejmować decyzji w tych sprawach

zajmuje się [Guardianship List](#), tel. 9628 9911 lub 1800 133 055

Poradnictwem i **reprezentowaniem interesów osób starszych** zajmuje się Older Persons Action Centre (OPAC), tel. [9650 4709](tel:96504709)

Poradnictwa prawnego w wielu językach udziela [Legal Aid](tel:92690234), tel. [9269 0234](tel:92690234), a w języku polskim [9269 0228](tel:92690228)

Kobiety, które doświadczają **przemocy w domu** powinny to zgłosić na policji (000) lub zadzwonić o pomoc do [Women's Domestic Violence Crisis](tel:1800015188), tel. [1800 015188](tel:1800015188) lub [9373 0123](tel:93730123), albo do [Ethnic Women's Domestic Violence](tel:98983145), tel. [9898 3145](tel:98983145).

Z pytaniami na temat **raka** zadzwonić można do [Cancer Council](tel:96355000), tel. [9635 5000](tel:96355000) lub [Anti-Cancer Polish Line](tel:92090165), tel. [9209 0165](tel:92090165), gdzie można porozumieć się po polsku.

Osoby cierpiące na **choroby serca** otrzymać mogą z [Heart Foundation](tel:93298511) (tel. [9329 8511](tel:93298511)) bezpłatne informacje na temat zasad zdrowego odżywiania się, ciśnienia krwi, zawałów, szkodliwości palenia i wylewu krwi do mózgu

Opiekunowie osób cierpiących na **demencję** (chorobę Alzheimera) mogą uzyskać fachowe poradnictwo i informacje dzwoniąc do [Alzheimer's Association](tel:98183022) pod numer [9818 3022](tel:98183022) lub [1800 639 331](tel:1800639331)

Osoby mające **trudności z utrzymaniem moczu i kału** zasięgnąć mogą poufnych porad w [Continence Foundation](tel:98168266), tel. [9816 8266](tel:98168266)

Osoby chore na **cukrzycę** uzyskać mogą wiele porad i informacji z [Diabetes Australia](tel:96548777), tel. [9654 8777](tel:96548777) lub [1800 640 862](tel:1800640862)

Wiele osób może sobie nie zdawać sprawy z postępującej **utrąty wzroku**. Informacji na ten temat udziela [Vision Australia](tel:1300365560), tel. [1300 365 560](tel:1300365560), a także [Glaucoma Australia](tel:0299066640), tel. [\(02\) 9906 6640](tel:0299066640)

Wspomniane wyżej tematy dotyczące często spotykanych problemów zdrowotnych takich jak choroby serca, rak, demencja, cukrzyca, stopniowa utrata wzroku i problemy z utrzymaniem moczu i kału są przedmiotem specjalnych sesji informacyjnych prowadzonych przez [Australijsko-Polskie Biuro Usług Społecznych](tel:96899170), telefon [9689 9170](tel:96899170). Biuro posiada również na te tematy broszury oraz prowadzi pogadanki zawierające praktyczne rady dotyczące zdrowego odżywiania i zdrowego trybu życia.

Przypominamy, że w przypadku trudności z bezpośrednim porozumieniem się z instytucjami specjalistycznymi zawsze można skorzystać z [Telefonicznej Służby Tłumaczy](tel:131450) (Telephone Interpreting Service) dzwoniąc pod numer [13 14 50](tel:131450).