



Planned Activity Groups (PAG)

Commonwealth Home Support Program (CHSP)



Froniditha Care's Planned Activity Groups (PAG) are a chance for older people from a Greek speaking background to socialise and reconnect with others.

The groups meet weekly, with activities designed to promote physical and emotional wellbeing while encouraging independence and active ageing.

Activity highlights include:

- Light exercise program and walking program
- Dancing and musical entertainment
- Reminiscing, meeting new people and developing new friendships
- Outings
- Celebrating days of cultural significance (Pascha, Christmas, OHI Day, New Years, Mothers' Day, Fathers' Day etc.)
- Education programs on community and health related services
- Poetry and sharing stories, talents and skills

The groups provide a regular meeting place where the elderly can expand their social circle, participate in an activity and laugh and relax over a meal or a coffee.

It is also a chance for the participants' carers to have some well deserved and much needed respite.

Schedule and Locations:

The Planned Activity Groups operate weekly between 9:00am and 2:30pm at various locations across Melbourne's east and south. Participants are required to contribute a small fee for each session and transportation is negotiated with each individual.

The groups are run by Froniditha Care's qualified and experienced staff, who plan and develop activities every two months around individual interests.

For further information on the groups and eligibility criteria please contact the Planned Activity Group Coordinator on (03) 9552 4100.

Service providers can refer clients to the program via My Aged Care www.myagedcare.gov.au

This activity is funded by the Commonwealth Government.



Κέντρα Ημερήσιας Ψυχαγωγίας Ομοσπονδιακό Πρόγραμμα Υποστήριξης στο Σπίτι



Τα Κέντρα Ημερήσιας Ψυχαγωγίας της ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ είναι μία ευκαιρία κοινωνικοποίησης και επανασύνδεσης, για ηλικιωμένους που μιλούν την ελληνική γλώσσα.

Οι ομάδες συναντιούνται κάθε εβδομάδα με δραστηριότητες που προάγουν την φυσική και συναισθηματική υγεία ενώ προωθούν την ανεξαρτησία και την ευεξία.

Οι κυριότερες δραστηριότητες περιλαμβάνουν:

- Ελαφρά φυσική άσκηση και πρόγραμμα βάδην
- Χορό και μουσική
- Κοινωνικοποίηση και καλλιέργεια σχέσεων φιλίας
- Εκδρομές
- Εορτασμό ημερών με συγκεκριμένη πολιτιστική σημασία (Πάσχα, Χριστούγεννα, Ημέρα του ΟΧΙ, Πρωτοχρονιά, Ημέρα της μητέρας, Ημέρα του πατέρα κα)
- Προγράμματα εκπαίδευσης για τις κοινοτικές υπηρεσίες και υπηρεσίες υγείας
- Ποίηση και την ανταλλαγή ιστοριών καθώς και ανάπτυξη ταλέντων και δεξιοτήτων

Τα Κέντρα παρέχουν ένα συγκεκριμένο μέρος για τη συνάντηση όπου οι ηλικιωμένοι μπορούν να διευρύνουν τον κοινωνικό τους κύκλο, να συμμετέχουν σε δραστηριότητες, να γελάσουν και να χαλαρώσουν πίνοντας καφέ, ή τρώγοντας μεσημεριανό.

Είναι επίσης μία ευκαιρία για τους φροντιστές των συμμετεχόντων να απολαύσουν στιγμές ξεκούρασης. Τις χρειάζονται και σίγουρα τις αξίζουν.

Πρόγραμμα και τοποθεσίες:

Τα Κέντρα Ημερήσιας Ψυχαγωγίας λειτουργούν σε εβδομαδιαία βάση από τις 9:00 πμ μέχρι τις 2:30 μμ σε διάφορες τοποθεσίες στα ανατολικά και νότια προάστια της Μελβούρνης. Οι συμμετέχοντες είναι υποχρεωμένοι να καταβάλουν ένα μικρό αντίτιμο για κάθε συνάντηση ενώ η μεταφορά τους διαπραγματεύεται με τον κάθε ένα ξεχωριστά. Καταρτισμένοι και έμπειροι υπάλληλοι της ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ στελεχώνουν το κάθε Κέντρο και έχουν την ευθύνη σχεδιασμού και ανάπτυξης δραστηριοτήτων, που σχεδιάζονται σε διμηνιαία βάση να ανταποκρίνονται στα ενδιαφέροντα των συμμετεχόντων.

Επικοινωνία:

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα Κέντρα αλλά και για τα κριτήρια συμμετοχής παρακαλούμε επικοινωνήστε με τη Συντονίστρια των Κέντρων Ημερήσιας Ψυχαγωγίας στο (03) 9552 4100.

Οι Πάροχοι Υπηρεσιών μπορούν να παραπέμψουν πελάτες στο πρόγραμμα μέσω του My Aged Care www.myaged-care.gov.au

Το πρόγραμμα χρηματοδοτείται από την Ομοσπονδιακή Κυβέρνηση