



Αυτό που έχει σημασία



Υποστηρίζοντας τους
ηλικιωμένους να αποφασίσουν
το σωστό για αυτούς



PalliativeCare
AUSTRALIA

www.dyingtotalk.org.au

Μια πρωτοβουλία του *Dying to Talk* (Πεθαίνοντας να μιλήσω) της Palliative Care Australia (Παρηγορητικής Φροντίδας Αυστραλίας)
Το έργο χρηματοδοτήθηκε από την κυβέρνηση της Αυστραλίας μέσω του Ταμείου για την Άνοια και την Φροντίδα Ηλικιωμένων.



What Matters Most



Supporting older people to
work out what is right for them



PalliativeCare
AUSTRALIA

www.dyingtotalk.org.au

A *Dying to Talk* initiative of Palliative Care Australia

This project was funded by the Australian Government through the Dementia and Aged Care Services Fund.

Οδηγίες

1. Ταξινομήστε τις κάρτες σε τρεις σωρούς: πολύ σημαντικό, κάπως σημαντικό και καθόλου σημαντικό.
2. Χρησιμοποιήστε τις κενές κάρτες για να γράψετε κάτι σημαντικό για εσάς που δεν συμπεριλήφθηκε στις κάρτες.
3. Από τον πολύ σημαντικό σωρό, επιλέξτε 3-5 κάρτες που είναι οι πιο σημαντικές για εσάς.
- 4α. Καταγράψτε γιατί οι κάρτες που επιλέξατε είναι οι πιο σημαντικές για εσάς.
- 4β. Συζητήστε με την οικογένεια, τους φίλους, το γιατρό σας ή το προσωπικό φροντίδας ηλικιωμένων σχετικά με τις κάρτες που έχετε επιλέξει.

Instructions

- 1. Sort the cards into three piles: very important, somewhat important and not important.**
- 2. Use the blank cards to write down anything important to you that was not listed on the cards.**
- 3. From the very important pile, choose 3-5 cards that are the most important to you.**
- 4a. Write down why the cards you chose are the most important to you.**
- 4b. Talk with your family, friends, a doctor or your aged care staff about the cards you have chosen.**



PalliativeCare
AUSTRALIA

Αποποίηση ευθυνών

Η Palliative Care Australia αναγνωρίζει με σεβασμό ότι το παιχνίδι με κάρτες «Αυτό που έχει σημασία» βασίστηκε στο το παιχνίδι καρτών Go Wish της Coda Alliance που αναπτύχθηκε με το Ίδρυμα Archstone



PalliativeCare
AUSTRALIA

Disclaimer

Palliative Care Australia respectfully acknowledges that the What Matters Most card game was guided by Coda Alliance's Go Wish card game developed with the Archstone Foundation.



Αυτό που έχει σημασία

Πηγαίνοντας διακοπές





What Matters Most

Going on a holiday





Αυτό που έχει σημασία

Παίζει η αγαπημένη μου μουσική





What Matters Most

My favourite music playing





Αυτό που έχει σημασία

Πρόσβαση σε καθαρό αέρα





What Matters Most

Access to fresh air





Αυτό που έχει σημασία

Πηγαίνοντας έξω





What Matters Most

Going outside





Αυτό που έχει σημασία

Ποιότητα ζωής





What Matters Most

Quality of life





Αυτό που έχει σημασία

Να με φροντίζουν στο μέρος που επέλεξα





What Matters Most

Being cared for in the place of my choice





Αυτό που έχει σημασία

Συζητώντας για τους φόβους και τις ανησυχίες μου





What Matters Most

Talking about my fears and worries





Αυτό που έχει σημασία

Να είμαι ανεξάρτητος/η για όσο το δυνατόν περισσότερο

Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει:

- Να τρώω χωρίς βοήθεια
- Να κάνω αυτόνομα ντουζ
- Να ντύνω τον εαυτό μου
- Να πηγαίνω στην τουαλέτα αυτόνομα



What Matters Most

Being independent for as long as possible

This could include:

- To eat without assistance**
- To shower myself**
- To dress myself**
- To go to the toilet by myself**



Αυτό που έχει σημασία

**Έχοντας μια νόμιμη
διαθήκη που να
λέει σε ποιον θέλω
να αφήσω την
περιουσία μου**





What Matters Most

**Having a legal will
that says who I want
to leave my things to**





Αυτό που έχει σημασία

Όντας δωρητής οργάνων και ιστών





What Matters Most

Being an organ and tissue donor





Αυτό που έχει σημασία

**Να είμαι
ενημερωμένος/η και
να συμμετέχω στις
αποφάσεις σχετικά
με τη φροντίδα και τη
θεραπεία μου**





What Matters Most

**To be informed and
involved in decisions
about my care and
treatment**





Αυτό που έχει σημασία

Ακολουθώντας τις πολιτιστικές, θρησκευτικές ή πνευματικές πρακτικές μου

Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει:

- Επιστροφή σε ένα ιδιαίτερο μέρος**
- Να μπορώ καλέσω ή να έχω παρόντα ιερέα ή άλλον θρησκευτικό λειτουργό**
- Να ταφώ μέσα σε 24 ώρες από τον θάνατο μου**



What Matters Most

Following my cultural, religious or spiritual practices

This could include:

- Returning to a significant place
- Having a priest or minister present or called
- Being buried within 24 hours of passing away



Αυτό που έχει σημασία

Να βρίσκομαι με τους φίλους και την οικογένειά μου

Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει:

- Έχοντας την ευκαιρία να πω αντίο
- Να τα ξαναβρώ με κάποιον/α
- Να μην είμαι μόνος/η



What Matters Most

Being with friends and family

This could include:

- Having the chance to say goodbye
- Making amends with someone
- Not being alone





Αυτό που έχει σημασία

Όταν δεν λαμβάνω εντατική ιατρική παρέμβαση

Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει:

- Να μην με επαναφέρουν στη ζωή
- Να μην είμαι συνδεδεμένος/η με μηχανές
- Να μην είμαι στην εντατική (ICU)
- Να μην φύγω από το σπίτι μου για θεραπεία



What Matters Most

Not receiving intensive medical intervention

This could include:

- **Not being resuscitated**
- **Not being connected to machines**
- **Not being in intensive care (ICU)**
- **Not leaving my home to receive treatment**



Αυτό που έχει σημασία

Διαχείριση του πόνου και των συμπτωμάτων μου





What Matters Most

My pain and symptoms managed





Αυτό που έχει σημασία

**Να μην χρειάζεται
να με φροντίζουν
οι φίλοι και η
οικογένειά μου**





What Matters Most

**My family and friends
not having to look
after me**





Αυτό που έχει σημασία

**Λαμβάνοντας όλες
τις διαθέσιμες
θεραπείες, ακόμα
κι αν με κάνουν να
νιώθω άρρωστος/η**



PalliativeCare
AUSTRALIA



What Matters Most

**Receiving all
available treatments,
even if they make me
feel sick**





Αυτό που έχει σημασία

Εξασφαλίζοντας υποστήριξη για την οικογένειά μου





What Matters Most

Ensuring my family are supported





Αυτό που έχει σημασία

Παραχωρώντας τις ευθύνες μου





What Matters Most

Handing over my responsibilities





Αυτό που έχει σημασία

Εξασφαλίζοντας ότι τα κατοικίδια / τα ζώα μου τυγχάνουν φροντίδας



PalliativeCare
AUSTRALIA



What Matters Most

Ensuring my pets/animals are looked after





Αυτό που έχει σημασία

Επισκέπτοντας το σπίτι ή ένα ιδιαίτερο μέρος





What Matters Most

Visiting home, or a special place





Αυτό που έχει σημασία

Έχοντας την κηδεία μου σε κάποιο ιδιαίτερο μέρος





What Matters Most

Having my funeral in a special place





Αυτό που έχει σημασία

**Έχοντας κάποιον
μαζί μου κατά τη
λήψη αποφάσεων
για την υγεία μου**





What Matters Most

Having someone with me when making health decisions





Αυτό που έχει σημασία

Να μην εξαρτώμαι οικονομικά από κανέναν





What Matters Most

**Not being financially
reliant on anyone**





Αυτό που έχει σημασία





What Matters Most





Αυτό που έχει σημασία





What Matters Most

