

Υποστήριξη που μπορεί
να σας βοηθήσει

Support that may help

Greek | English



Σχετικά με μας

Το Breast Cancer Network Australia (BCNA) είναι ο κορυφαίος οργανισμός για όσους επηρεάστηκαν από τον καρκίνο του μαστού στην Αυστραλία. Παρέχουμε μια ποικιλία από δωρεάν πόρους, συμπεριλαμβανομένου του πακέτου *My Journey Kit* (το Πακέτο του Ταξιδιού μου) για γυναίκες με πρώιμο καρκίνο του μαστού και του πακέτου *Hope & Hurdles* (Ελπίδα και Εμπόδια) για γυναίκες με δευτερογενή καρκίνο του μαστού. Το δωρεάν τριμηνιαίο μας περιοδικό, *The Beacon*, (Ο Φάρος), περιλαμβάνει ιστορίες από ανθρώπους που μοιράζονται τις εμπειρίες τους, καθώς επίσης και πληροφορίες για ένα ευρύ φάσμα θεμάτων του καρκίνου του μαστού. Καλωσορίζουμε και τιμούμε τη διαφορετικότητα των μελών μας.

Επισκεφθείτε τη διαδικτυακή μας τοποθεσία στη διεύθυνση: www.bcna.org.au για περισσότερες πληροφορίες ή για να συνδεθείτε με άλλους, μέσω του BCNA με απευθείας σύνδεση.

About us

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for all people affected by breast cancer in Australia. We provide a range of free resources, including the *My Journey Kit* for women with early breast cancer and *Hope & Hurdles* for women with secondary breast cancer. Our free quarterly magazine, *The Beacon*, includes stories from people sharing their experiences, as well as information on a wide range of breast cancer issues. We welcome and celebrate the diversity of our members.

Visit our website www.bcna.org.au for more information or to connect with others through BCNA's online network.

Ο καρκίνος του μαστού επηρεάζει όχι μόνο την υγεία σας, αλλά κάνει την καθημερινή σας ζωή πιο δύσκολη. Καθώς κάνετε τη θεραπεία, μπορεί να μην αισθάνεστε αρκετά καλά για να κάνετε τα πράγματα που κάνετε συνήθως για τον εαυτό σας ή για τους άλλους. Πολλές γυναίκες ανησυχούν για την υγεία τους, για την οικογένειά τους και για τα χρήματα, όταν έχουν καρκίνο του μαστού.

Breast cancer not only affects your health, it can also make everyday life more difficult. While you are having treatment, you may not feel well enough to do the things you normally do for yourself or for others. Many women worry about their health, their family and money when they have breast cancer.

Περιεχόμενα In this booklet

Χρήματα Money	5
Προσθέσεις μαστού Breast prostheses	7
Περούκες Wigs	11
Φροντίδα του δέρματος, φροντίδα των μαλλιών και μακιγιάζ Skin care, hair care and make-up	11
Συζήτηση με άλλες γυναίκες Speaking with other women	13
Διαβούλευση (Ψυχολογική υποστήριξη) Counselling	15
Μεταφορά για θεραπεία Travel for treatment	17
Οικιακή βοήθεια Home help	19
Ταξίδι στο εξωτερικό Travelling overseas	19
Τοπικές υπηρεσίες Local services	19
Περισσότερες πληροφορίες More information	20

Breast Cancer Network Australia (BCNA) encourages women to look after themselves and to ask family members and friends for help. Some women find this hard to do when they are usually the ones who are looking after others.

I cannot look after myself until I understand who is going to take the children to school, who is going to clean the house. When that is organised I can start to think about my own health. – Le

This booklet tells you about some of the organisations that can help you with money and other things that you might need. Your nurse or social worker can also help you to find out about some of these things.

Το Breast Cancer Network Australia (BCNA) ενθαρρύνει τις γυναίκες να φροντίσουν τους εαυτούς τους και να ζητήσουν βοήθεια από τα μέλη της οικογένειας και τους φίλους. Μερικές γυναίκες δυσκολεύονται να το κάνουν αυτό, όταν συνήθως είναι αυτές που φροντίζουν τους άλλους.

Δεν μπορώ να φροντίσω τον εαυτό μου μέχρι να μάθω ποιος πρόκειται να πάει τα παιδιά στο σχολείο, ποιος θα καθαρίσει το σπίτι. Όταν λυθούν αυτά τότε θα είμαι σε θέση να αρχίσω να σκέπτομαι για τη δική μου υγεία. – Le

Το φυλλάδιο αυτό σας ενημερώνει για ορισμένους οργανισμούς που μπορούν να σας βοηθήσουν με χρήματα και με άλλα πράγματα που τυχόν χρειαστείτε. Η νοσοκόμα ή ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί επίσης να σας βοηθήσει να μάθετε για μερικά από αυτά τα πράγματα.

Money

If you have a low income or are unable to work because you have breast cancer, you may be able to get payments from Centrelink.

Talk to Centrelink or a social worker at the hospital where you are getting treatment as early as possible. If you are eligible to receive payments it may take time for the money to be given to you.



Where to get help

For more information about Centrelink payments, visit the Centrelink website:

www.humanservices.gov.au

Click on the tab at the top of the page for your language or phone **13 12 02** to speak to someone in your language.

When I had the operation, my husband stayed home for five weeks. We had young children. It was very hard for us financially. – Juan

Χρήματα

Αν έχετε χαμηλό εισόδημα ή δεν είστε σε θέση να εργαστείτε επειδή έχετε καρκίνο του μαστού, μπορεί να είστε σε θέση να πληρωθείτε από το Centrelink.

Μιλήστε με το Centrelink ή με έναν κοινωνικό λειτουργό στο νοσοκομείο όπου κάνετε θεραπεία, όσο το δυνατόν νωρίτερα. Αν δικαιούστε πληρωμή ίσως να αργήσουν να σας δοθούν τα χρήματα.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις πληρωμές του Centrelink, επισκεφθείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία του Centrelink, στη διεύθυνση:

www.humanservices.gov.au

Κάντε κλικ στην καρτέλα, στο πάνω μέρος της σελίδας για τη γλώσσα σας ή τηλεφωνήστε στο: **13 12 02** για να μιλήσετε με κάποιον στη γλώσσα σας.

Όταν έκανα την εγχείρηση, ο σύζυγός μου κάθισε στο σπίτι για πέντε εβδομάδες. Είχαμε μικρά παιδιά. Ήταν πολύ δύσκολο για μας οικονομικά. – Juan

Breast prostheses

A breast prosthesis is something that can be worn inside your bra to give you the shape of a breast. After surgery, you might find that wearing a breast prosthesis helps you to feel more confident. Some women do not wear a breast prosthesis. It is up to you.

Soft form prostheses

A soft form prosthesis is a soft padded pillow that can be worn inside your bra in the days and weeks after a mastectomy. They come in different sizes.

i Where to get help

BCNA has a *My Care Kit* that you can get for free after breast cancer surgery. The *My Care Kit* contains a bra and a soft form prosthesis.

To find out more about the *My Care Kit* visit BCNA's website:

www.bcna.org.au

Your breast care nurse can order you a *My Care Kit* with a bra and soft form from BCNA. If you don't have a breast care nurse, you can phone BCNA on **1800 500 258**.

If you need an **interpreter**, please phone **13 14 50**.

Προσθέσεις μαστού (breast prostheses)

Η πρόσθεση μαστού είναι κάτι που μπορεί να φορεθεί μέσα στο σουτιέν σας για να σας δώσει το σχήμα ενός μαστού. Μετά τη χειρουργική επέμβαση, μπορεί να διαπιστώσετε ότι φορώντας μια πρόσθεση μαστού σας βοηθάει να έχετε περισσότερη αυτοπεποίθηση. Ορισμένες γυναίκες δεν φορούν πρόσθεση μαστού. Είναι στο χέρι σας.

Μαλακή μορφή προσθέσεων (soft form prostheses)

Η μαλακή μορφή πρόσθεσης είναι ένα μαλακό παραγεμισμένο μαξιλάρι που μπορεί να φορεθεί μέσα στο σουτιέν σας, τις επόμενες ημέρες και εβδομάδες μετά από την μαστεκτομή. Υπάρχουν διάφορα μεγέθη.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Το BCNA έχει ένα πακέτο *My Care Kit* (Το Πακέτο της Φροντίδας μου) που μπορείτε να πάρετε δωρεάν μετά την χειρουργική επέμβαση του καρκίνου του μαστού. Το *My Care Kit* (Το Πακέτο της Φροντίδας μου) περιέχει ένα σουτιέν και μια μαλακή μορφή πρόσθεσης.

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με το πακέτο *My Care Kit* (Το Πακέτο της Φροντίδας μου) επισκεφτείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία του BCNA στη διεύθυνση: www.bcna.org.au

Η νοσοκόμα φροντίδας του μαστού σας (breast care nurse) μπορεί να παραγγείλει για σας ένα πακέτο *My Care Kit* (Το Πακέτο της Φροντίδας μου) με ένα σουτιέν και μια μαλακή μορφή πρόσθεσης από το BCNA. Αν δεν έχετε νοσοκόμα φροντίδας μαστού, μπορείτε να τηλεφωνήσετε το BCNA στον αριθμό: **1800 500 258**.

Αν χρειάζεστε ένα **διερμηνέα**, παρακαλούμε τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**.



Silicone prostheses

A silicone prosthesis can also be worn inside your bra. It looks like the shape of a breast and feels like the weight of a breast. You can be fitted for a silicone prosthesis to suit your shape. The cost for silicone prostheses ranges from \$150 to \$500 each.

Large department stores such as Myer sell silicone prostheses, or you can phone the Cancer Council for other places that sell them in your area.

Women who have had a mastectomy can claim up to \$400 (or \$800 if you have had a double mastectomy) every two years for the cost of a prosthesis. Claims can be made through Medicare. If you have private health insurance, ask your insurer how much money they will give back to you. Medicare will pay the rest, up to a total of \$400.



Where to get help

To claim your reimbursement (get money back) after you have paid for a silicone prosthesis, you need to fill in the reimbursement form and send the form to Medicare. You can get more information and the reimbursement forms from the Medicare website: www.humanservices.gov.au

You can also phone the Cancer Council for more information on **13 11 20** or, if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Προσθέσεις σιλικόνης (silicone prostheses)

Η πρόσθεση σιλικόνης μπορεί επίσης να φορεθεί μέσα στο σουτιέν σας. Μοιάζει με το σχήμα ενός μαστού και έχει το βάρος ενός μαστού. Μπορεί να σας πάρουν τα μέτρα για μια πρόσθεση σιλικόνης για να ταιριάζει στο σχήμα σας. Η τιμή της πρόσθεσης σιλικόνης κυμαίνεται από \$150 δολάρια έως \$500 δολάρια η μία.

Τα μεγάλα πολυκαταστήματα όπως το Myer, πουλάνε προσθέσεις σιλικόνης ή μπορείτε να τηλεφωνήσετε στο Cancer Council για να σας πουν σε ποια άλλα μαγαζιά πωλούνται στην περιοχή σας.

Οι γυναίκες που έχουν υποβληθεί σε μαστεκτομή μπορούν να διεκδικήσουν μέχρι \$400 δολάρια (ή \$800 δολάρια αν έχετε κάνει διπλή μαστεκτομή) κάθε δύο χρόνια για το κόστος της πρόσθεσης. Οι αιτήσεις μπορούν να γίνουν, μέσω του Medicare. Αν έχετε ιδιωτική ασφάλιση υγείας, ρωτήστε τον ασφαλιστή σας για να μάθετε πόσα χρήματα θα σας δώσουν πίσω. Το Medicare θα πληρώσει τα υπόλοιπα, έως \$400 δολάρια συνολικά.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Για να διεκδικήσετε την χρηματική σας αποζημίωση (να πάρετε πίσω χρήματα) μετά που πληρώσετε μια πρόσθεση σιλικόνης, θα πρέπει να συμπληρώσετε μια φόρμα αποζημίωσης και να τη στείλετε στο Medicare. Μπορείτε να πάρετε περισσότερες πληροφορίες και τις φόρμες αποζημίωσης από τη διαδικτυακή τοποθεσία του Medicare στη διεύθυνση: www.humanservices.gov.au

Μπορείτε επίσης, να τηλεφωνήσετε στο Cancer Council για περισσότερες πληροφορίες στον αριθμό: **13 11 20** ή αν χρειάζεστε **διερμηνέα** τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**.

Wigs

If you have lost your hair from chemotherapy you may want to wear a wig. A wig supplier can help you choose a wig. Wigs can cost from \$80 to many hundreds of dollars. Some Cancer Councils and other organisations run wig libraries where you can borrow wigs for free.

Some women prefer to wear a scarf or a hat while their hair is growing back. Some women don't wear anything on their heads. It is up to you.



Where to get help

Ask your nurse, social worker or the Cancer Council (phone **13 11 20** or, if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**) if they know where you can get wigs.

BCNA has more information in English. You can order the fact sheet called *Hair loss during breast cancer treatment* by phoning **1800 500 258**.

Or if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

We can post it to you in the mail or you can download it from our website: www.bcna.org.au

Skin care, hair care and make-up

Look Good ... Feel Better is an organisation that runs workshops for women undergoing treatment for cancer. These free three-hour workshops help women to learn about skin care, make-up, wigs, hats and scarves. They are usually run at cancer centres, hospital oncology units, Cancer Council offices and other venues in the community.



Where to get help

To find a workshop near you visit the Look Good ... Feel Better website: www.lgfb.org.au

Περούκες

Αν έχετε χάσει τα μαλλιά σας από τη χημειοθεραπεία μπορείτε να φορέσετε περούκα. Ο προμηθευτής περούκας μπορεί να σας βοηθήσει να διαλέξετε μια περούκα. Οι περούκες κοστίζουν από \$80 δολάρια έως πολλές εκατοντάδες δολάρια. Ορισμένα Cancer Councils και άλλοι οργανισμοί έχουν βιβλιοθήκες περούκας, όπου μπορείτε να δανειστείτε περούκες δωρεάν.

Μερικές γυναίκες προτιμούν να φορούν κασκόλ ή ένα καπέλο, καθώς μεγαλώνουν ξανά τα μαλλιά τους. Μερικές γυναίκες δεν φορούν τίποτα στο κεφάλι τους. Είναι στο χέρι σας.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Ρωτήστε τη νοσοκόμα σας, τον κοινωνικό λειτουργό ή το Cancer Council (τηλέφωνο: **13 11 20** ή αν χρειάζεστε **διερμηνέα** τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**) αν γνωρίζουν από που μπορείτε να αγοράσετε περούκες.

Το BCNA έχει περισσότερες πληροφορίες στα αγγλικά. Μπορείτε να παραγγείλετε ένα ενημερωτικό φυλλάδιο που ονομάζεται *Hair loss during breast cancer treatment* (Απώλεια μαλλιών κατά τη διάρκεια θεραπείας καρκίνου του μαστού) τηλεφωνώντας στον αριθμό: 1800 500 258. Εναλλακτικά, αν χρειάζεστε **διερμηνέα**, τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**.

Μπορούμε να σας το στείλουμε ταχυδρομικώς ή μπορείτε να το κατεβάσετε από τη διαδικτυακή μας τοποθεσία, στη διεύθυνση: www.bcna.org.au



Φροντίδα του δέρματος, φροντίδα των μαλλιών και μακιγιάζ

Ο οργανισμός Φαίνεστε Καλά... Αισθάνεστε Καλύτερα (Look Good ... Feel Better) είναι ένας οργανισμός που κάνει εργαστήρια για γυναίκες που υποβάλλονται σε θεραπεία για τον καρκίνο. Αυτά τα δωρεάν τρίαωρα εργαστήρια βοηθούν τις γυναίκες να μάθουν για τη φροντίδα του δέρματος, για το μακιγιάζ, τις περούκες, τα καπέλα και τα κασκόλ. Αυτά συνήθως γίνονται σε αντικαρκινικά κέντρα, σε μονάδες ογκολογίας των νοσοκομείων, στα γραφεία του Cancer Council και σε άλλους χώρους μέσα στην κοινότητα.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Για να μάθετε για τα εργαστήρια στη περιοχή σας επισκεφτείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία του Look Good ... Feel Better, στη διεύθυνση: www.lgfb.org.au

Speaking with other women

Many women say that it helps when they speak with other women who have had breast cancer. Talking to someone who has been through a similar experience can give you hope, encouragement and information.



Where to get help

Cancer Connect

Cancer Connect is a program at the Cancer Council where you can call and speak to a trained volunteer who has also had cancer. Some Cancer Connect volunteers speak languages other than English. Phone the Cancer Council on **13 11 20** and ask about the Cancer Connect program. If you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Support groups

There may be a support group near you where you can go and talk with other people who have had cancer. Ask the Cancer Council if there is a support group near you. They might know of support groups in your language.

You can also visit BCNA's website:

www.bcna.org.au

Online support

BCNA has an online network where you can connect with people who have been affected by breast cancer from all around Australia on the internet. Everyone is welcome to join the online network. At the moment the online network is in English only.

www.bcna.org.au

Συζήτηση με άλλες γυναίκες

Πολλές γυναίκες λένε ότι βοηθά η συζήτηση με άλλες γυναίκες που είχαν καρκίνο του μαστού. Όταν μιλήσετε με κάποιον που έχει περάσει μια παρόμοια εμπειρία μπορεί να σας δώσει ελπίδα, θάρρος και πληροφορίες.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Cancer Connect

Το Cancer Connect είναι ένα πρόγραμμα του Cancer Council που μπορείτε να τηλεφωνήσετε και να μιλήσετε σε μια εκπαιδευμένη εθελόντρια που και αυτή είχε καρκίνο. Ορισμένες εθελόντριες του Cancer Connect μιλούν και άλλες γλώσσες εκτός της αγγλικής. Τηλεφωνήστε στο Cancer Council στον αριθμό: **13 11 20** και ρωτήστε για το πρόγραμμα Cancer Connect. Αν χρειάζεστε **διερμηνέα** τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**.

Ομάδες υποστήριξης

Μπορεί να υπάρχει μια ομάδα υποστήριξης στην περιοχή σας όπου μπορείτε να πάτε και να μιλήσετε σε άλλους ανθρώπους που είχαν καρκίνο. Ρωτήστε το Cancer Council αν υπάρχει μια ομάδα υποστήριξης στην περιοχή σας. Μπορεί να γνωρίζουν τις ομάδες υποστήριξης που μιλούν τη γλώσσα σας.

Μπορείτε, επίσης, να επισκεφτείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία του BCNA στη διεύθυνση:

www.bcna.org.au

Υποστήριξη στο διαδίκτυο

Το BCNA έχει παρέχει ένα διαδικτυακό δίκτυο όπου μπορείτε να συνδεθείτε με ανθρώπους που έχουν επηρεαστεί από τον καρκίνο του μαστού από όλη την Αυστραλία. Όλοι είναι ευπρόσδεκτοι να συμμετάσχουν στη διασύνδεση του διαδικτύου. Προς το παρόν το διαδικτυακό δίκτυο είναι μόνο στα αγγλικά.

www.bcna.org.au

Counselling

Women often say it helps to speak with a counsellor or psychologist in their own language. A Mental Health Plan from your GP can help to pay for up to 10 counselling sessions with a psychologist. Speak with your doctor about a GP Mental Health Plan before you make an appointment with a counsellor.



Where to get help

Your doctor or nurse can help you to find a counsellor who speaks your language or you can search for a counsellor through the Australian Psychological Society website: www.psychology.org.au

Διαβούλευση (Ψυχολογική υποστήριξη)

Οι γυναίκες συχνά λένε ότι βοηθά να μιλήσετε μ' ένα σύμβουλο ή ψυχολόγο στη δική τους γλώσσα. Το Πρόγραμμα Ψυχικής Υγείας (Mental Health Plan) από τον οικογενειακό σας γιατρό μπορεί να σας βοηθήσει να πληρώσετε έως 10 συνεδρίες διαβούλευσης μ' έναν ψυχολόγο. Μιλήστε με το γιατρό σας σχετικά με το Πρόγραμμα Ψυχικής Υγείας, πριν κλείσετε ραντεβού μ' έναν σύμβουλο.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Ο γιατρός ή η νοσοκόμα σας μπορούν να σας βοηθήσουν να βρείτε ένα σύμβουλο που μιλάει τη γλώσσα σας ή μπορείτε να ερευνήσετε για σύμβουλο, μέσω της διαδικτυακής τοποθεσίας της Αυστραλιανής Ψυχολογικής Κοινωνίας (Australian Psychological Society) στη διεύθυνση: www.psychology.org.au

Travel for treatment

If you live far away from the hospital you may be able to get some money to help pay for your travel and accommodation. Ask a social worker or nurse at the hospital where you are getting treatment. They may be able to help you to get these payments.



Where to get help

BCNA has more information in English about payments for travel in the fact sheet called *Patient Assisted Travel Schemes (PATS)*. To get a copy of this fact sheet phone **1800 500 258**, or if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**. We can post it to you in the mail or you can download it from our website: www.bcna.org.au

You can also get more information from the Department of Health website: www.ruralhealthaustralia.gov.au

The Cancer Council also has more information about how to access these payments. Phone the Cancer Council on **13 11 20** to find out more or, if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Μεταφορά για θεραπεία

Αν μένετε μακριά από το νοσοκομείο μπορεί να είστε σε θέση να λάβετε χρηματική βοήθεια για να πληρώσετε τα έξοδα της μετακίνησης και της διαμονής σας. Ρωτήστε έναν κοινωνικό λειτουργό ή μια νοσοκόμα στο νοσοκομείο που κάνετε θεραπεία. Μπορεί να είναι σε θέση να σας βοηθήσουν να πάρετε αυτές τις πληρωμές.

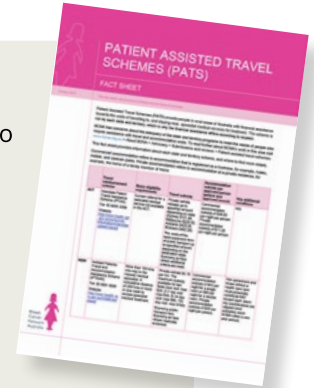


Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Το BCNA έχει περισσότερες πληροφορίες στα αγγλικά σχετικά με αυτές τις πληρωμές στο ενημερωτικό φυλλάδιο που ονομάζεται *Patient Assisted Travel Schemes (PATS)*. Για να λάβετε ένα αντίγραφο αυτού του ενημερωτικού φυλλαδίου τηλεφωνήστε στον αριθμό: **1800 500 258**, ή αν χρειάζεστε ένα **διερμηνέα** τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**. Μπορούμε να σας το στείλουμε ταχυδρομικώς ή μπορείτε να το κατεβάσετε από τη διαδικτυακή μας τοποθεσία στη διεύθυνση: www.bcna.org.au

Μπορείτε, επίσης, να λάβετε περισσότερες πληροφορίες από τη διαδικτυακή τοποθεσία του Υπουργείου Υγείας, στη διεύθυνση: www.ruralhealthaustralia.gov.au

Το Cancer Council έχει επίσης περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την πρόσβαση σε αυτές τις πληρωμές. Τηλεφωνήστε στο Cancer Council στον αριθμό: **13 11 20** για να μάθετε περισσότερα. Αν χρειάζεστε **διερμηνέα** τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**.



Home help

Your local council may be able to provide help with house cleaning, gardening and child care.



Where to get help

Ask a social worker or nurse at the hospital where you are getting treatment. They may be able to help you to organise home help. Or you can call your local council directly.

Travelling overseas

Travel insurance covers you for losses, illness or injuries when you travel.



Where to get help

BCNA has more information in English about travel insurance in the fact sheet called *Travel insurance – For women with early breast cancer*. To get a copy of this fact sheet phone **1800 500 258**, or if you need an **interpreter**, phone **13 14 50**. We can post it to you in the mail or you can download it from our website: www.bcna.org.au

Local services

BCNA has a Local Services Directory to help you find breast cancer related support and services in your local area. The Local Services Directory is in English.



Where to get help

Visit BCNA's website: www.bcna.org.au

Οικιακή βοήθεια

Ο τοπικός σας δήμος μπορεί να είναι σε θέση να σας παρέχει βοήθεια με τον καθαρισμό του σπιτιού, την κηπουρική και τη φροντίδα των παιδιών.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Ρωτήστε έναν κοινωνικό λειτουργό ή νοσοκόμο στο νοσοκομείο όπου θα κάνετε τη θεραπεία σας. Μπορεί να είναι σε θέση να σας βοηθήσουν να διοργανώσετε οικιακή βοήθεια. Εναλλακτικά μπορείτε να τηλεφωνήσετε απευθείας στον τοπικό σας δήμο.

Ταξίδι στο εξωτερικό

Η ταξιδιωτική ασφάλισή σας καλύπτει τις απώλειες, τις ασθένειες ή τους τραυματισμούς όταν ταξιδεύετε.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Το BCNA έχει περισσότερες πληροφορίες στα αγγλικά σχετικά με την ταξιδιωτική ασφάλιση στο ενημερωτικό φυλλάδιο που ονομάζεται: *Travel insurance – For women with early breast cancer* (Ταξιδιωτική ασφάλιση – Για γυναίκες με πρόωρο καρκίνο του μαστού). Για να πάρετε αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο τηλεφωνήστε στον αριθμό: **1800 500 258**, ή αν χρειάζεστε ένα **διερμηνέα** τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**. Μπορούμε να σας το στείλουμε ταχυδρομικώς ή μπορείτε να το κατεβάσετε από τη διαδικτυακή μας τοποθεσία στη διεύθυνση: www.bcna.org.au



Τοπικές υπηρεσίες

Το BCNA έχει έναν Οδηγό Τοπικών Υπηρεσιών (Local Services Directory), για να σας βοηθήσει να βρείτε υποστήριξη και υπηρεσίες που σχετίζονται με καρκίνο του μαστού, στην τοπική σας περιοχή. Ο Οδηγός Τοπικών Υπηρεσιών είναι γραμμένος στα αγγλικά.



Πού μπορείτε να πάρετε βοήθεια

Επισκεφθείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία του BCNA στη διεύθυνση: www.bcna.org.au

More information

Breast Cancer Network Australia (BCNA) is the peak organisation for Australians affected by breast cancer. We have more information about breast cancer in a number of languages, including English.

We have another fact sheet in English that includes more places you may be able to get help. To get a copy of this, phone BCNA on **1800 500 258** or visit www.bcna.org.au

Phone BCNA on **1800 500 258**
If you need an **interpreter**, phone **13 14 50**.

Visit our website www.bcna.org.au

Περισσότερες πληροφορίες

Το Breast Cancer Network Australia (BCNA) είναι ο κορυφαίος οργανισμός για τους κατοίκους της Αυστραλίας που επηρεάστηκαν από τον καρκίνο του μαστού. Έχουμε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον καρκίνο του μαστού σε έναν αριθμό γλωσσών, συμπεριλαμβανομένης της αγγλικής γλώσσας.

Έχουμε ένα άλλο ενημερωτικό φυλλάδιο στα αγγλικά, που περιλαμβάνει περισσότερα μέρη από τα οποία μπορείτε να πάρετε βοήθεια. Για να πάρετε ένα τέτοιο αντίγραφο τηλεφωνήστε το BCNA στον αριθμό: **1800 500 258** ή επισκεφτείτε τη διαδικτυακή τοποθεσία: www.bcna.org.au

Τηλεφωνήστε το BCNA στον αριθμό: **1800 500 258**
γΑν χρειάζεστε **διερμηνέα**, τηλεφωνήστε στον αριθμό: **13 14 50**.

Επισκεφθείτε τη διαδικτυακή μας τοποθεσία, στη διεύθυνση:
www.bcna.org.au

sussan

Breast Cancer Network Australia
acknowledges the assistance of
Sussan in producing this booklet.

09/14

