NSW Sehét Kérmosor Sisthem / Nezam (NSW Health Care System)
Maalumat ór Boói

Tuñi ki uggwá noiya foóñíssedé refúji ya hijorot goroíya né?

É boói é tuñare sehétor hédmótor óolor baarborte maalumat de.

NSW GOVERNMENT

NSW Refugee Health Service

Bútore Aséde Híin

Sehét Kaádh Oól (Health Cards) **3**
Medicare (Medikare) 3
Sehét Dekbal gorar Kaádh Ókkol (Health Care Cards) 4

Fecá óla Hotá Báñgidoya ókkol **5**

Aám manuicór Hóspital ókkol **6**
Mosibot / Emarjensi ókkol 6
Biaraimma loizadé garí 6
Urjent Noódé Dhaktorí Modotollá 7

Nizor Sehét óre Soóñli rakoón **8**
NSW Refújir Sehétór hédmot ókkol
(NSW Refugee Health Service) 8
Decóíttia Mazuri Insuranse Tortib (NDIS) 8
Australiát aséde Naás (Nurse) ókkolór Rul 8
Aam Pretís goróyar héçé Ziyarot gorón (GP) 9
Kensér tuwai dórar furugram ókkol 9
Uggwá Speciláiz (Mahéri) dahágorón 10
Dabai oóll 10
Aám maincór Dañtor Hédmot ókkol 11
Cómájor Séhét Sentárs 12
Beçiáin ókkolór sehétor modot ókkl 13
Fuain ar Fémili Sehét Hédmot ókkol 14
Nojuan Sehétor Hédmot ókkol 15
Fúnar Hédmot ókkol 16
Soukor Hédmot ókkol 17
Sehétor Maalumat Zuban ókkolot 17

Nizor Monor Jozbatir Sehétor Nozor Rakoón **18**
STARTTS (Zulúm ar Sótmártú basitákoya ókkolor
lá Elaj gorón ar dubara gom óonór Hédmot) 18
Mezazi Sehétor Hédmot ókkol
(Mental Health Services) 19

Sehét Hók ókkol ar Zimmadari ókkol **20**
Tuañr Hók ókkol 20
Elaj goribollá ezazot doón 20
Tuáñr zimmadari ókkol 21
Keén Gori uggwá Cékáyot gorá zai 21

Notes **22**

Sehét Kaádh Oól (Health Cards)

Medicare (Medikare)

Medicare Kaádh ekkánor nommuna

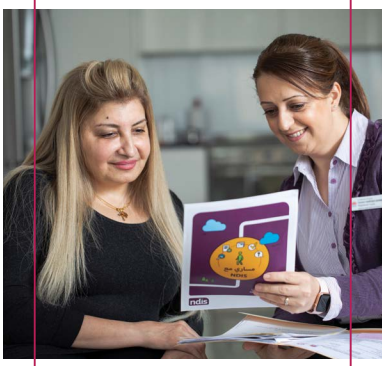
Medicare hooóde híyán Australiar aám manúicór sehétor insurance. Tuañr visár óre tuakkol gore, tuñi **Medicare Kaádh** ekkánór laayek oítfáro.

Medicare Kaádh ekkán faibolla:

- Ebbre hañsé asédé Séntharlink ofísót zoó ya Medicare **13 20 11** ótt call goro
- Form uggwá Medicare ofísót fura goró, ya online ót dorhás gorí faríba Services Australia (Séntharlínk) ót máze
- Tuañrtú tuañr passport dahaibar dorhar ase, ar ekkán duí nombórí sinno, ar oíttfáre musáferí habosfonna ókkol.

Medicare é bekkúlun de ya hossár thiñyar híssa de zehón tuñi:

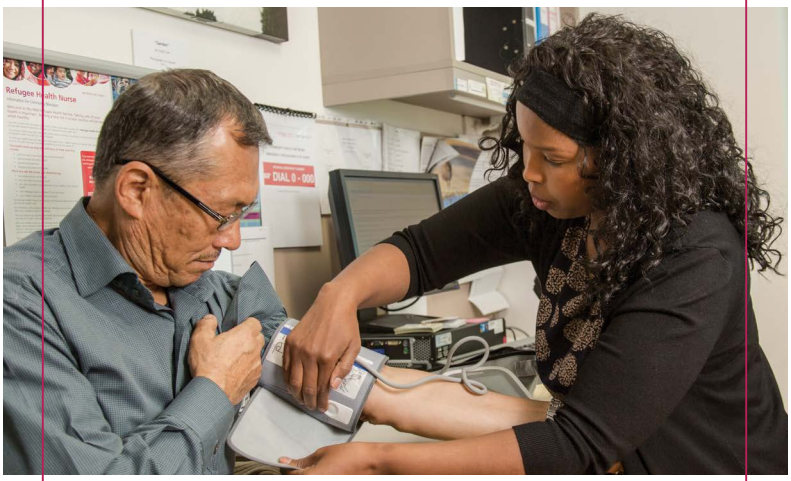
- Nizor elakar dhakthor ókkol ar mahéri / specialists ókkol ziyarot goron
- Ar Aám manúicór hóspitalót uggwá rugi oíle
- Suk cek goróya / optometrist ótt teés goron
- X-rays fotú tulón ya lou teés goron.



Ki oíbó zodi añrtú Medikare Kaádh noó tailé ?

Zodi tuñi uggwá tooitta tákoya ya Aálomi eskuillá fuwa, tuáñrtu háas / nizor sehétor insurance dorhar oittfáre.

Zodi tuñi uggwá faná tuoya zartú Medicare nai ar sehétor kérmósor dorhar, NSW refuji sehétor hédmot (NSW Refugee Health Service) **9794 0770** ótt: telefun goró.



Sehét Dekbal gorar Kaádh Ókkol (Health Care Cards)

Tuñí oítófáré ekkán **Sehétor dekbal gorar Kaádh** (Health Care Card) ya finsín wálar **Koncession Kaádh (Dám homai faade Kaádh)** (Pensioner Concession Card) zodi tuñí haás faida ókkol ya uggwá finsín Sórrhár óttú faaó.

Ekkán Health Care Card ya Pensioner Concession Card faibolla modot ókkol:

- dhakthoror síllip diya hóosta dabai ókkol
- Maana biaraimma loizadé garír hédmot ókkol
- Maana dañthor elaj goron Aám manuicór dañthor kilinik ókkolot
- Maana sukor soçmá ókkol kessú suk cék goróya ókkol ottú (Vision Care ór furgramót rejisthar goijjá).

Aró mozíd maalumat Sehét Kérmosor Káad okkólor oré, kilik goró Services Australia (Australíar Hédmód ókkol).

Finsín wálar Koncession Kaádh ór baaborte mozíd maalumat lagilé Services Australia (Australíar Hédmód ókkol) ótt síbo.

Health Care Card ekkánor nommuna

Aró becí maalumaat, koól goro Senterlink Becí zubanwala koól Senter (Centrelink Multilingual Call Centre) **13 12 02** ótt.

Fecá óla Hotá Báñgidoya ókkol

Zodi tuñi hotá hoi nofaró ya Engirazi balá gori no buzilé, Hámicá fecá óla hotá báñgidoya fusár goirrjjo. Tuáñr Sehétor dekbal goribollá fémili membór ókkol estemal no gorón becí bálá.

"**TIS**" oíldé maáni **báñgoon ar hotá báñgide dé Hédmot**. TIS oíldé maana ar gufoniya.

13 14 50 ótt Koól goró ar tuañr zuban ki hoó. Operator/soloya é tuañr hotá báñgidoyar loi juáin goríbo hité tuáñr zubanor hotá hoibó. Sehétor epuainmén ókkó lollá, sehétor zanoiya ré hoó uggwá hotá báñgidoya estemal goríbollá.

Dhakthor ókkol, mahéri / specialists ókkol ya dabai doiya / pharmacists ókkol é TIS ór hotá báñgidoya maana buk gorí faribá.

TIS ór hédmot ókkol ék dinot 24 góndha faá zaibo, bosóror fottí din.

TIS óré keén gorí estemal goríbollá aró maalumat ór baarborte, eçé sibó.

Tuñi óitó fáre maana kagos torujuma ókkol gorí faribá TIS ór maiddyómé foilá duí Bosór Australiát mustokil boicóti gorí yáró.

Tuñi híinolla laayek né saibolla koól goró : **1800 962 100** ya yianót sibó.

Aám manuicór Hóspital ókkol

Aám manuicór hospital ókkol maana ze manuíc óttú ekkán Medicare Kaádh (Medicare Card) asé. Rugi ókkol aám manuicór hospital ókkolót ar mahéri / specialists ókkolór hospital óttú.

Éçe aró Aám manuicór hospital ókkolót Australiár bútore, kintu tuáñrtu tuáñre dekbal goríbollá tíñya diya foribó, ya nizor/haás sehétor insurance taá foribó.

NSW Aám manuicór hospital tuwaí bollá ar onniyo sehét hédmot ókkol yiánot mous kilíkgoró.

Mosibot / Emarjensi ókkol

Mosibot / Emarjensi dhipaáthmén ótt zoón

Zodi tuñi biaaraam ya uggwá jaanor daktori hóttaárár hálotót asó, tuñi **Mosibot / Emarjensi Dhipaáthmén ótt** zai faribá tuáñr dhaktori hókúmotor hospital. ótt.

Ebberé dáhor sórhári Hóspitál tuwaí bollá yiánot sibó.

Mosibot / Emarjensi Dhipaáthmén ókkol ek dinot **24 góndha** kúla, háftat hañt din kúle ar hámícá dhaktor ókkol ar héfázot goroiyá ókkol zimmat táké.

Tuáñrtu óitó fáré boóut góndha Emarjensi Dhipaáthmén ókkolót entezar gorá foribó, kiyórlá óilde becí biaraimmia manúic óre foilá saibó.

Tuañr Medicare Kaádh fúáñti loi zaiyó. Tuáñr ebberé dhákor aám manuicor hóspitalót keén gorí zaibade híyan fakka gori zani loiyo.

Biaraimma loizadé garí

Australiár bútore Emerjensí / Mosibotor nombór oiyede **Tinnuwá Zero (000)**. É nombór estamal gorí ze honó emerjensí hédmot : Biaraimma loizadé garí, Fulic ya Oín / (Fire).

telifún goró **000** zodi tuáñrtu Biaraimma loizadé garí ekkán lagilé. Biaraimma loizadé offisár ókkolé tuáñre foila modot ar Emarjensi Dhipaáthmén ótt loizait fáre.

Zodi tuñi Engirazi hotá hoi noófaró, Biaraimma loizadé offisár oré hoó. Íyán ekkán fóurán dhaktori hálót, hétollá Biaraimma loizadé oparetar / soloiya tuáñre uggwá hotá báñgidoyar loi juáin gori dibo.

Zodi tuáñrtu ekkán Sehétor dekbal gorar Kaádh (Health Care Card) ya finsín wálar Konsession Kaádh (Pensioner Concession Card) tákile Biaraimma loizadé gari **maana**. Ze maincórtú Medicare Kaádh asé, mumkin hitárartú tiñya diya foribó.

Zodi Tuáñrtu Uggwá Dhaktori Emerjensi / Mosibot Óile

1

Koól goró 000

2

Zohón oparetor é fusár loibó tuñi ki soór **Oion**, **Fulic**, **Ambulance / Biaraimma loizadé gari**, hítararé hoó:

“Ambulance”

3

Zodi tuñi Engirazi hotá zano:

Oparetarór súwál ókkolor zuwaab endilla:

- Tuáñr Nam
- Tuáñr telefun nombór
- Emerjensi / Mosibot
- Emerjensir tikáaná
- Ebberé dhakor rastar somoóní ya namgorá siná zadé kessú

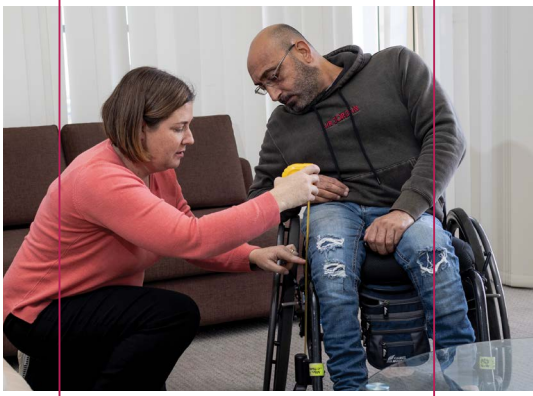
Zodi tuñi Engirazi hotá nozanó:

- Oparetaróre hoó tuñi ki zubanor hotá hoibáde.
- Entezar goirjjó operetaré tuáñre uggwá hotá báñgidoyar loí juín goríbollá- TELEFÚN RAKÍ NO DIYÓ.

Urjent Noódé Dhaktorí Modotollá

Sehétor mosollá ókkol ziín jaanor hótárá noó, tuñi dhaktori modot iyánottú faiba:

- **Aam Pretís goróya (GP)** haás kilinik ókkólót, aksér cóorór thoón agagura faá zai. GP (Aam Pretís goróya) oól kessú **Medikal Sentár** ókkolótt aró sórhári ofís taimor baaré dhaktori modot. Hitará lambá ghonda ókkol solai/kulé ar bicí híssa háftar césé dinot kúle.Tuáñrtu hámicá ekkán Medicare kaádh laibó. Tuáñr ebbere dhákor Medical/ dhaktoror Sentár tuwaibollá yiánót kilikgoró.
- Health Direct é telefúnór óre maana dhaktoror mocuwara de ar 24 góndha rejisthar goijjá naásór maalumat ase. 24 góndha Faaza, háftai háñtdin. Koól goró **1800 022 222**. Hitárattú **hotá báñgidoyar loí zugazug rasta asé**.



Nizor Sehét óre Soóñli rakoón

NSW Refújir Sehétór hédmot ókkol (NSW Refugee Health Service)

Zodi tuñi Australiát refúji hísábe foóñisselé, ya uggwá faná soóiá faná tuardé oílé, NSW Refujir Sehétor Hédmotollá (NSW Refugee Health Service) tuñi fune gori faribá:

- Maana sehétor cék gorá ókkol ar hawala ókkol
- Tuáñr elakar GPs (femilir dhaktoror) baarborté maalumaat
- Zodi tuñi uggwá faná soóya Medicare sáráh ar tuñi uggwá GP (femilir dhaktor) dahaibar modot goribollá
- NDIS dorhás ótt modot goribó zetarattú mazuri ase. Aró maalumat ór baaborte nise soó
- NSW ótt aséde Sehétor hédmot ókkolór baarborte elóm.

Epuainmén órlla koól goró **9794 0770**.

Hotá bañgi doiya ókkol maana tiñya sárá de.

Decóíttia Mazuri Insuranse Tortib (NDIS)

NDIS hóde híbá Australír Sórhárór **Decóíttia Mazuri Insuranse Tortib**. NDIS:

- Tiñyar modotor hédmot ókkol dorhar ze mainúic ókkolottu mazuri aside
- Boic 7 bosorottu 65 bosoror butóre
- Sáajjo gore ze manuíc óttu hámicárlá gaar, budddí, buzifaron (Dehon/Fúnoón) ar nofsíyotot maazuri zeéneki PTSD, ocánti ya onniyo mezazi biyaram ókkol

Tuñar visa óre nirbór gore, tuñi óittó fáre NDIS modot faitfáro.

Australiát aséde Naás (Nurse) ókkolór Rul

Australian naás ókkol becí gorí threnín diya sehétor fecá óla. Becí especiláiz goijjé háasgorí é elaka ókkólór sehétor dekbal gorá zeén néki maa ókkol ar dut ór fuain ókkol (midewives/fua dóroni), gura fúwain (gura fúwain ar fémilir naás ókkol), ya jozbati sehét (Mezazi sehétor naás).

Refúgi sehét naás ókkol, zetara NSW Refúji sehétor hetmod óllá ham goré, hédmot goré iyar bútore foóñisse dé refúji ókkolore.

Bechá becí especiláiz goijjá naás ókkol é tarár nizor rugi kilinik ókkoloré nize solai dhaktor no tágaí hálótot. Kessú naásé teés ókkol order gore, dabai de ar onnío kilinik ókkolot tuáñre háwala gore.

Aam Pretís goróyar héçé Ziyarot gorón (GP)

Australiát mazé beéc báag manuic hítarattú sehétor mockil ókkol oíle uggwá **Aam Pretís** goróya (GP/ Femilir Dhaktor) óré dahá.

Tuñi GP ré muktolíf zaaga ókkolót faitfaro boro Daktor Háná ókkolot óttú nizor dabair goréde zaiga ya kliník ókkolot.

Kessú GPs (femilir dhaktor) "**Bulk-Bill**" híyanór maani óildé heçe honó hóros naí Medicare Kardh ókkol aséde maincór lá. Onnío GPs (femilir dhaktor) ókkol é uggwá fiís bade Medicare é yó tiñya loó. Tuáñr Medicare Kardh fottí sehétor epuainmén ókkol ót loizayó.

Tuáñr nizor cómaajot honó uggwá GP (femilir dhaktor) nizor zubanot hotá hoóde aséneki fusár loiyo. Zodi GP (femilir dhaktor) nizor zubanot hotá no hoilé, hé dhaktor é maana hotá bangidoiya uggwá epuainménor dormiyanot fúnór óre loi faribo.

Maazé maazé dhaktor é hotá bangidoiya uggwá rumor bútóre tuáñr fúañti bondubosgorí faribó, zodi túñi dui háftá muúmmíkka bukin goirlé.

Túñi GP (femilir dhaktor) dahái le, túñi tuáñr sehétor mockilor maalumaator baarborte fusár loón saá. Zodi tuñi tuáñr GP (femilir dhaktor) loi kúci noó tailé, tuñi aruggwá GP héçe zaiyaró dahai fariba.

Iíyan tuaijjodiya zar tuñi hámicá bakaida dhaktor dahaíyaró sehétor cék ókkol gorjjio. Híyane honó sehétor mosollá ókkol sóore siní fáriba, mesál dil ór bairam, siní biaram ya kessú kensér biaram ókkol ziyán zodi soóre dóri farilé dabaigoribar asán oíbó.

Kensér tuwai dórar furugram ókkol

Australiar Hókúmót é boro añtir baarborte maana kensér ór teés gorí de, dut ar baicca danir dorozar kensér:

- **Dut skírin gorón** kénsér óré tuwai faibolla beçiyán dórlá boic 50 óttu 74 bosór fáan. Dut ór biyaram skírin tuwai faibollá aró maalumat ór lá eçé sibó.
- **Baicca Danir Dorozar skírin tuwaón** híin beçiyán dór boic 25 óttu 74 bosór. Baicca Danir Dorozar skírin tees goribella aró maalumat ór lá eçé sibó.
- **Boro añtir skírin óildé** doóñr mauíc ar beçiyán boic 50 óttu 74 bosór fáan. Boro añtir skírin ór aró mozit maalumat lagile eçé sibó.

É skírin biaram tuwar furugram ókkolor niyot óildé kénsér soóre tuwai faibolla yá kénsér hálot ókkolore sore sóbse agortú dóré dabai goríbella.

Uggwá Speciláiz (Mahéri) dahágorón

Tuáñr GP (femilir dhaktor) é tuáñre Speciláiz ór héçe háwála goríbo zodi tuáñrtu mozit teés ya dabai gorá forilé; Zeén néki, dil/haárt ór mockil ókkolólla tuáñrtú oíttó fáré cardiologist (kolób lói taaluk aséde dhaktor) hasé zaá foribo. Speciláiz (mahéri) uggwá dahaí bóllah tuñi hámohá:

- GP (femilir dhaktor) háwála loí raikkiyo
- Uggwá epuainmén goró.

Aksér Speciláiz (mahéri) ókkol bulk bill (tiñya noloiyaró) no goré, kintu kessú é bulk bill (tiñya noloiyaró) gore zetarttú Health Care Cards (Sehétor Hedmotor Kaádh) ókkol asé.

Haás Speciláiz (mahéri) dhaktor ókkol dahón becí moóngá, hétolla tuañr GP (femilir dhaktor) ré fusár goró tuñi Haás Speciláiz (mahéri) uggwá aám hóspital ótt dahaí faribá né. Tuáñrtu lambaá entezar gora foritfare, kintu tuáñrtu Medicare Kaádh tailé maana oíbo.

Dabai oóll

Tuáñr dhaktor re tuáñre ekkán dabair sílip difaré.

Tuñi hámahá dabair sílip óre khemist (dabai banoiya) (dabair duwan) ótt loi zaayó. Beéc bák dabai kini faribá zodi tuñártu uggwá daktoror sílip tákile. Hítara oítófáre tuñi áam marhár dabai loibané. Áam marhár dabai ókkól hoóssa kintu borabor ekuí marhár namor dabai. Tuñí hámohá dabair duwainna ré tuñár Medicare Kárd dahai yó, ar Sehét Kérmósór Kaádh ya Fínsin wálár Kaádh zodi tuáñrtú ekkán tákile. Becí bák dabai ókkól ór kimot hom take zetarattu ekkán Sehét Kérmósór Kaádh ya Fínsin wálár Kaádh zodi tuáñrtú ekkán tákile.

Zodi tuñi ya tuañr fémílir tú ekbosorót becábecí dabai dorhar óií, dabair duwainna ré Safety Net (Hókúmóte dabair tiñya modot gorédé troika). Híya né modot goré tuáñr fottí bosórór dabair hossá re.

Aám maincór Dañtor Hédmot ókkol

Juan manúic bekkúlún zartú Sehétor Modotor Kaádh ya Fínsín wálár Koncession Kaádh (Finsín walár dam homai faade Kaádh), hítára maana aám dañtor hédmót ókkol loifaribo.

Fuián 18 bosorór nísor boic hítára maana aám maincór dañtor hédmót ókkol loifaribo zodi hítárattú Medicare Kaádh tákíle.

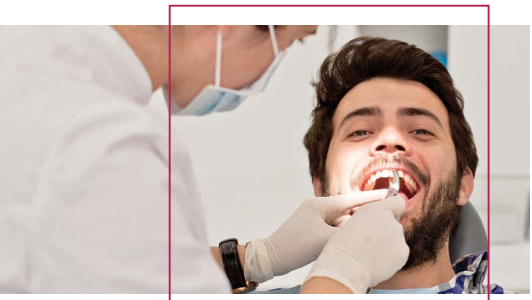
Aám maincór dañtor kilinik ókkol New South Wales agagura asé. Kilinik

ókkólot dabai goribollá manuic ókkolór entezaror liís ót asé. Zodi tuñi aám maincór dañtor kilinik zoór de oiíle:

- Koól goró **Galor Sehétor Vortí ar Hédmotor Maalumaat** (Oral Health Intake and Information Service) tuáñr elakat (soó liísot densight ótt dhákortu)
- (Staff) Hamgoróyar súwáll ókkol tuáñr dañtor mockil ór baarborte zuwab doó
- Zohón tuñi koól goribá tuáñar Medicare ar Konsession damhomai faade Kaádh ór añiyáguñya rakíyo.

Zodi tuñi Engirazi hotá no zanó:

Galor Sehétor Vórtir (Oral Health Intake) fúnot zugazug goribar agé Koól goró **13 14 50 TIS** (Torjuma ar Hotá báñgidoyar Hédmot).



Galor Sehétor Vortí ar Hédmót ókkolór Maalumaat

Sydney/South Western Sydney
✆ **1300 559 393**

Western Sydney/Nepean Blue Mountains
✆ **8890 6766**
✆ **1300 769 221**

South Eastern Sydney and Illawarra
✆ **1300 134 226**
✆ **1300 369 651**

Northern Sydney Central Coast
✆ **1300 789 404**

Hunter New England/Mid North Coast/Northern NSW
✆ **1300 651 625**

Southern NSW/Murrumbidgee
✆ **1800 450 046**

Western NSW/Far West
✆ **1300 552 626**

Boro manuíc ókkól ekkán (Health Care Card) ya **Finsín wálar Koncession Kaádh** (Pensioner Concession Card) no tágilé, tuáñtú haás (private) dañtor kilinik ótt zaa foribó.

Cómájor Séhét Sentárs

Mozit tuáñr GP (femilir dhaktor) bade, **Cómájor Séhét Sentárs** é tuáñré kessú sehét ar aram biaramor mockil ókkolór modot difaribó.

Cómájor Séhét Sentárs ótt tuñi dahai faribá:

- cómaji hamgoróya ókkol ya dehmak ór dhaktor ókkol zetara mocuwara de ar cómaji hémayot. Zeén nékí córaab/neecá ar dhrág/daarur mosollá oól
- Haás threnín diyá cómáji naás ókkol hítará maa baap ókkol ar fúain ar burá manuic
- Jisím ór elaj goroíya zetará maincór ré ocúk ya zohóm oiíbar bade modot gore
- Zuban/hotá hoónor baarborte zanoiya híba é fuaindóre modot gore zarttú hotá/abasor mockil ókkol ase.

Cómájor Sehét Sentars é maze maze cómáji sehétor hamgoroiya ókkol é modot gore ze manuicór salsoloonor ar bácaa beécí forók táke. Héçé óttó fáré hom tiñyat maze kessú hédmot ókkól faazai.Tuáñr ebbere dhakor cómáji sehétor sénthár, tuwai bollá internet ótt: *(Cómaji Sehétor Sénthár NSW) Community Health Centres NSW*.

Beçiáin ókkolór sehétor modot ókkl

Beçiáin ókkolór Sehétor Santhár é maalumat ókkol ar mocuwara de Beçiáin dó ré baarborte jinsí húaici/ mordaniyoti sehét, moddanittú farádé biaram ókkol, Gorór bútoror maramari, baicca danir (smear tests) teés (baicca danir nomuna loi baicca danir kansér teés),dut cék ókkol, beçiáindór haaicor mockil ókkol ar beçiáindór haaic ruki zoón goi. Hítárattú aró modot ókkol ase beçiyándór grúp ólla.

Beçiáin ókkolór sehétor Santár NSW ót tuwaibollá eçe kilik goro.

Family Planning NSW Óilde ar uggwá maana ar gufoniya sehétor modot. Hitára jinsí húaici/ mordaniyoti sehétor modot gore. Tuáñr ebbere dhakor kilinik eçe tuwao.

Zodi tuáñrtu hotá bangidoyia uggwá lagilé koól goro **TIS 13 14 50**. Tuñi uggwá maiñya fuwa hotá bangidoyia loi faribá.

Zodi honó kiyé tuáñre héfázot gore, ya honó kiyé tuáñr loi egana, tuáñre duk der ya tuáñr fémili re duk der, ya tuáñre dhor lagefán gorér, koól goró **Goror butoror Maramari Modotor Line** (Domestic Violence Help Line) zehonó taimot **1800 65 64 63**.

Australiár bútore, Goror butoror Maramari óilde ekkán zurúm ar fémili ókkol óttu héfázotor hók asé.

Fuain ar Fémili Sehét Hédmot ókkol

Zodi tuñi uggwá gura fuwaindór maa baap ar modot dorhar, hoó uggwá maana modot ókkol eçé asé híin é modot gorí fare.

Fúwain Fémilir Sehétor késmot goróyar hédmot ókkol é niyomoti cék ókkol fura goré fúaindór boic 5 bosór cúruttú. Fottí ekzon fuaindorttú uggwá Blue Book (asmani rong boí) asé héçe life ór háasgorí torki ókkólor maalumat asé. Fuain ar Fémilir Sehét Santar ókkol é modot, elóm ar maalumat ore:

- Maar buker dut háboón
- Dudór gura fuwar unnoti ar torki
- Gúm
- Biaram rukíbella dabai maron
- Maa bafor bálá búrá
- Gorót beraitó ayibollá zañsi dibo.

Tresillian (dudor fuwa re sit gorí neçai gum zaa fán modot gorón) ar Karitane (Maa baf ókkoloré fuain falar elóm cíkai) hiín oíldé oinno fuaindór sehétóre mozit modot ókkol di fáre, fuain falibar hímmót ar kabiliyot ókkol fémili ókkolor lá zetarattú gura fuain boic fañse bosór fán. Beéc bág hédmot ókkol maana. Hítára aró di fare:

- Fuain faloón ór klass ókkol
- Górot táki késmot goron
- Maar buker dut hábar kilinik ókkol
- Fuain oíbar age ar baade mon mezazi ocántir hédmot ókkol
- Áambúredé fuain ar hítárar adot hásolotor kilinik ókkol
- Gorot beraón ar fuain falonor baarborte meeting ókkol.

Epuainmén uggwár lá ya santar koól goro:

Karitane (Maa baaf ókkoloré fuain faalar elóm cíkai): 9794 2300 ya
Maa Bafor Modotor Line: **1300 227 464**

Tresillian (dudór fuwa re sit gorí neçai gum zaafán modot gorón): 9123 8999 ya
Maa Bafor Modotor Line: 1300 272 736

Ebberé dáhor fuain ar fémilír sehétor hédmotor tuwai bellá eçé kilik goro.

Nojuan Sehétor Hédmot ókkol

NSW mazé sehétor santhar ókkol asé baná nojuan fuain boic 12 ar 24 bosórór bútóre. Hé santhar ókkol maa baaf ókkólore yó modot gorí fáre. Nojuan or sehét santhar ókkol é sehétor cíkka de, maalumat, mocuwara ar sóllá mocuwara. Becíttú uggwá naáse(Kérmos goroíya), ar keesú ttú uggwá dhaktor také.

É hédmot ókkól maana ar gufoni.
É Santhars ókkol :

Nojuan Sehét Hédmot ókkol

Corner Youth Health Service (Bankstown)

✆ **9796 8633**

Fairfield /Liverpool Youth Health Team

✆ **8717 1717**

Canterbury Youth Health Service

✆ **9787 0600**

Youth Block Redfern

✆ **9562 5640**

Western Area Adolescent Team

✆ **9881 1230**

Traxside (Campbelltown)

✆ **4633 0880**

High Street Youth Health Centre (Harris Park)

✆ **8860 2500**

The Warehouse (Penrith)

✆ **4721 8330**

Community Health Adolescents in Need (Wollongong)

✆ **4240 4800**

Fúnar Hédmot ókkol

Héçé boúth doillá hédmot ókkol fuaindór ar boro maincór lá funár cék goribar zorurotor lá.

Fuain:

Zodi tuñi tuáñr fuaindór funár baarborte frecani lagilé, hotá (speech) ya bácár torki, meherbani gori tuáñr fuaindor lá funár teés goribollá bondubos goro. Uggwá elakar dhaktor (GP) é funár teés or lá fuain ar nojuan baalek boic 26 bosor foijjonto. Híin hámícá Cómájor Sehét Santhar ya kessú elakar áam maincór hospital ókkolot.

Dhoóñr manúic:

Sehétor Difarmén é (Australian Government Hearing Services) Australian Hókúmotor Funár Hédmot ókkolor Furugram solar. É furugram híin boic 27 bosoror ar boro.

Tuñi é furugram online ótt dorhás gori faribá. Keén gori dorhas dibade: hearingservices.gov.au.

Tuñi faiba ya no faiba cék goribolla koól goro: **1800 500 726**.

Koól goro TIS zodi dorhar lage: **13 14 50**.

Soukor Hédmot ókkol

Tuñi tuáñr soukor cék ek bosor ótt ekbar maana cék gorai faríba zodi tuáñrtú Medicare Kard tákilé. Souk bála yá háráp or cék ókkol goré uggwá optometrist (suk cek goróya) yé. Suk cek goróiya ókkol becí bág copping santar (Market) ókkolót táke ar mohalláh ókkolot táke. Medicare é cosmár ya contact lense ókkolor hóros cover noó de.

Zodi tuñi cosmá ókkolor tiñya di no fairlé, tuñi oítófáre maana cosmá ókkol ar lenses NSW Spectacles Furugram ottú loifaribá (kintu cosmár hák ókkól basí bollá hom taibó). Baná Suk cek goróiya ókkól (Optometrists) NSW Spectacles Furugram ótt rejisthar goijjá asé dé hítára é hédmot difaribó. tuáñr souk teés bukin goró uggwá suk cek goróiya (Optometrists) loi zibá rejisthar goijjá asé zodi tuñártú maana cosmá ókkól lagile.

Faiba / no Faibá cék goribollá Koól goró **1300 84 74 66** ya aró mozit maalumat faibellá kilik goro íyanót.

Sehétor Maalumat Zuban ókkolot

Sóiyi sehétor maalumat tuáñr nizor zubanot, soó **Multicultural Health Communication Service** (Becí nosólór Sehét Zugazug Hédmot) website, eçé kilík goro.

Nizor Monor Jozbatir Sehétor Nozor Rakoón

STARTTS (Zulúm ar Sótmártú basitákoya ókkolor lá Elaj gorón ar dubara gom óonór Hédmot)

É hédmot ótt counsellors (mocuwara doiya) ókkol hítára refúji ókkol ar refújir nosólor manuic zetará sótma óla hálót guzairjje Australiát no aibár agé.

Kounsellors (mocuwara doiya) ókkol taiñing diyá sehétor fecá óla ókkol hítará hotá hoibó tuañr loí zeénéki tuañrar zindagir mockil hálotortú neli aifarofán ar tuñi tuáñre bodolitó soóddé oilé.

Becí hamgoróya member ókkol muktalif zuban ókkolot hotá hoó.

STARTTS hédmot ókkol maana ar gufunei, STARTTS orlá website ótt eçé kilík goro.

Koól goró STARTTS ótt **9646 6700**.

Mezazi Sehétor Hédmot ókkol (Mental Health Services)

Tuañr GP (fémili dhaktor) oílde hotá hoibellá sóbse aiccá aám maásusgorér okkol ór baaborte zén néki frecani ya ocánti. Dhaktor é modot gori faribo ar aró oinnio hédmot ókkolor héçe hawala gori faribo.

Nofsíyat ór sehétor hédmot ókkol asé ze manuic óttú becí demaki sehétor mosollá ókkol asé. É hédmót ókkolor modot é manuíc ókkolore bála gorí yáro betór zindagi gore.

Zodi tuáñrtú milamil ya monmezazor becí síríus mosóllá taile, tuñi elakar Mezazi Shétor Hédmotot zugazug gori faríba. Tuní (psychiatrist) dehmakor dhaktor uggwa ré dahai faribá, psychologist (dil or mahéri) ya cómaji hamgoróya híté modot gori faribó tuñi ar tuáñr fémíli ré. Aám maincór mezazi sehétor hédmót ókkol maana ar gufonei.Kintu, hiín becí lamba intezaror liís oítt fáre.

Zodi tuñi soó kessú modot lailé fourán é hédmot ókkolot koól goró. Hiín maana ar gufonei.

Zodi uggwá emergency mosibot oíye koóll goró **000**.

Zodi tuñártu uggwá hotá buzai doiya lagilé koóll goró **TIS 13 14 50**.

- Mental Health Line (Mezazor Shétor Line) – **1800 011 511**
- Lifeline – **13 11 14**
- Beyond Blue – **1300 22 4636**
- Kids Helpline (fuaindor modotor line) – **1800 55 1800**, nojuan maincór lá 5-25 bosór.
- Suicide Call Back Service (Nizor Jan nize loóde hítáraré wapes koól gorédé hédmót) – **1300 659 467**
- Men's Line Australia (Boro maincór line Australia) Boro maincór lá zehonó boic – **1300 78 99 78**

É fune line ókkol mojoud ase ze honó kiyorllá Australiar bútoré 24 gondhá ek dine, ek háftai é háñt din, ar maana.

Iínor baarborte aró becí tuañr zubanot zanibollá mojoud asedé hédmot ókkol, kilik goro: mental health service (Mezazor Sehétor Hédmot).

Sehét Hók ókkol ar Zimmadari ókkol

Sehétor hamgoroiya ókkol óilde dhaktor ókkol, naás ókkol, demakor mocuwara doiya, mocuwara doiya ókkol ar oinnio oinnio ókkol.

Tuañr Hók ókkol

Sehétor hamgoroiya ókkolottú tuañré hamohá buzá foribo:

- Tuáñr hálot ya biaram
- Medical/dhaktori teés notiza
- Elaj
- Óittfáré dé hótará ya nuksan oittfáre híyan elajor zoriya.

Tuáñrtú e ekkán hók ase:

- Bála sóoñli elaj gorón, ar ezzot izzot córman goron
- Tuáñr biccás ar nosól ar dórmó ré mani solon ókkoloré ezzot goron
- Ónnio kiyór dhaktorir rai ókkol loón
- Tuáñr nizor dhaktori record ókkol soón
- Tuáñr nizor dhaktori record ókkol óré gufoneí rakoón onnio maincór tú
- Tuñáre dabai goribella ezazot di raikkiyo dé wapes loibella faisála goró ar zehonó thaimot dabai gorár maná gorí faribá
- Sehétor Hédmotor hotá buzai doiyar modot maago.

Elaj goribollá ezazot doón

Tuáñrtú hámohá ezazot diya foribo ze elaj ókkol gorér. Béc maamla ókkolot iín zuban loi ezazot dei. Lekíyaró ezazot dorhar oií kessú karwaiyit, zeén nékí surgery(operécen). Fuain 14 bosór nise oiíle maa bafor ezazot lagé ya garjenór.

Fuain boic 14-16 bosor hámícá ezazot de maa baapor fuáñti ya garjénór. Ezazot di faribo zodi hítará furafurí buijje ar ze elaj gorár niyot goirjje.

Tuáñr zimmadari ókkol

Tuní hámohá:

- Sehétor hamgoroiya ókkolore tuáñr sehétor baarborte bekkúlun hoó
- Sehétor hamgoroiya ókkolore hoó zodi tuñi dabai ókkol estomal goró, nicá, tobacco (cuñça háde fata/háda) yá onnio dhrág/nicá dabai ókkol
- Epuainmén okktóh/taim ókkol tík raikiyo ya sehétor hamgoroiya ókkol zodi tuñi epuainmén uggwá unçí no farodé oilé, haás gorí zodi hotábangi doiya buk gori felaiyedé oile.

Tuñi hámohá noó goirjjo:

- Frecangorá, hóraf bebaár gorá no goirjjó, húmki ya honó uggwá maincóré hótarát félá gaar ya mezazor nuksan asór gorá.

Keén Gori uggwá Cékáyot gorá zai

Australiat mázé, tuñi sehétor hédmot ya sehétor hamgoroiyar baarborte cékáyot gori faribá.

Tuáñr sintar ókkól loi biyasana goró sehétor ham goroiya zibá tuñár loi camel ase. Hítará óittó fáré tuñár mosollá ré córá córi faisála gori faribó.

Sehétor hamgoroiyar loi hotá hoibár baade zodi tuñi aijó cánti/razi noilé:

- Koól goro hospital ótt zeçe elaj goijjó ar **Patient Support Officer** (rugir hémayotor Ofisar) ore fusár loó ya
- Koól goro sehétor santar zeçe elaj goijjó ar Manager ore fusár loó ya
- Zugazug goró **Health Care Complaints Commission** (Sehétor Kérmosor Cékáyotor Kommissin) é **1800 043 159** (maana koól).

Zodi tuñi engirazi hotá nozanile zugazug goró **TIS** ótt **13 14 50**.

Notes

H O

NSW Refugee Health Service (NSW Refujir Sehétor Hédmot) é Banaiyede
Suite 1, Level 3
157-161 George Street
LIVERPOOL NSW 2170

SWSLHD-RefugeeHealth@health.nsw.gov.au
www.**refugeehealth**.org.au
9794 0770

Akhéri Uldhai goirjje dé Tarík : Séptembór 2022

ISBN 978 1 74079 122 9