

Nidaamka Daryeelka Caafimaadka NSW Buugyarahaa Macluumaadka



**Ma waxaad tahay soogalooti
ama qaxooti dhawaan yimid?
Buugyarahaan wuxuu ku siinaya
macluumaad ku saabsan
adeegyada caafimaadka NSW.**



Tusmada

Kaararka Caafimaadka	3
Medicare	3
Kaararka Daryeelka Caafimaadka	4
Turjumaano xirfad leh	5
Isbitaalada Dadweynaha	6
Xaaladaha degdega ah	6
Ambalaasta	6
Wixii ah Caawimaad Caafimaad oo aan Degdeg Ahayn	7
Ilaalinta Caafimaadkaaga	8
Adeega Caafimaadka Qaxootiga NSW	8
Qorshaha Caymiska Naafada Qaranka (NDIS)	8
Doorka Kalkaliyayaasha Australia jooga	8
Booqashada Dhakhtarka Guud (GP)	9
Barnaamijyada Baaritaanka Kansarka	9
Arkida Dhakhtarka Takhasuska	10
Daawooyinka	10
Adeegyada Ilkaha ee Dadweynaha	11
Xarumaha Caafimaadka Bulshada	12
Adeegyada caafimaadka dumarka	13
Adeegyada Caafimaadka Qoyska iyo Ilmaha	14
Adeegyada Caafimaadka Dhalinyarada	15
Adeeygada Maqalka	16
Adeegyada Indhaha	17
Macluumaadka Caafimaadka ee Luuqadaha ku qoran	17
Ilaalinta Caafimaadkaaga Dareenka Maskaxeed	18
STARTTS (Adeega loogu talagalay daaweynta iyo	
Dhaqancelinta dadka ka soo Samatabaxay Dhibka iyo Jir dilka)	18
Adeegyada Caafimaadka Dhimirka	19
Masuuliyada & Xuquuqda Caafimaadka	20
Xuquuqdaada	20
Ogolaanshaha Daaweynta	20
Masuuliyadaada	21
Sidii aad Cabasho u Sameyn Lahayd	21
Qoraalo	22

Kaararka Caafimaadka

Medicare

Medicare waa caymiska caafimaadka dadweynaha Australia. Iyadoo ku xiran fiisahaaga waxaa laga yaabaa inaad hesho **Kaarka Medicare**.

Si aad u heshid Kaarka Medicare ka:

- Aad xafiiska Centrelink ee ugu hdow ama ka wac Medicare **13 20 11**
- Ku buuxi foom xafiiska Medicare ka, ama waxaad ka dalban kortaa online [Services Australia](#)
- Waxaad u baahan tahay inaad tustid baasaboorkaaga, nooc labaad oo aqoonsi ah, iyo dukumiintigaaga safarka.

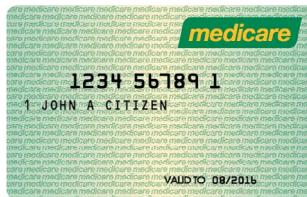
Medicare ayaa bixinaysaa dhammaan ama qayb ka mid ah kharashka markaad adigu:

- Booqato dhakhtarkaaga xaafada iyo kuwa takhasuska
- Aad tahay bukaanka isbitaalka dadweynaha
- Baaritaanka indhalaha kuu sameeyey dhakhtarka indhaha
- Aad sameysay baaritaanada saamiga iyo raajooyinka.

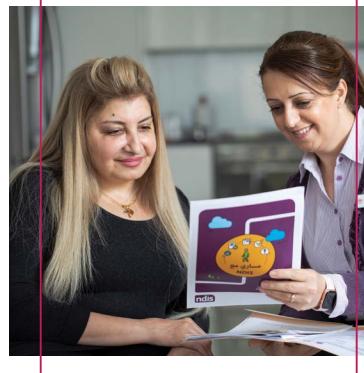
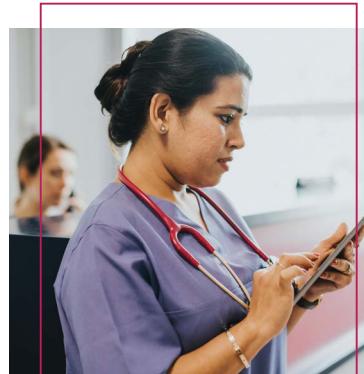
Ka waran haddii aanan heysan Kaarka Medicare ka?

Haddii aad tahay qof si ku meel gaar ah u degan ama ardey dibada ka timid, waxaa lagaaga baahan yahay inaad lahaato caymiska caafimaadka gaarka ah.

Haddii aad tahay magan gelyo doon oo aan heysan Medicare oo aad u baahan tahay daryeel caafimaad, ka wac (Adeega Caafimaadka Qaxootiga NSW): **9794 0770**.



Tusaalaha Kaarka Medicare ka





Kaararka Daryeelka Caafimaadka

Waxaa laga yaabaa inaad hesho Kaarka **Daryeelka Caafimaadka (Health Care Card)** ama Kaarka **Lacag dhimista Hawlgabka (Pensioner Concession Card)** haddii aad ka qaadatid lacago ama lacagta hawlgabka qaarkeed Dawlada.

Health Care Card ama Pensioner Concession Card wuxuu ka caawinayaa inay helaan:

- Daawooyin raqiis ah oo uu qoray dhakhtarku
- Adeegyo ambalaas oo bilaash ah
- Daaweynta ilkaha ee rugaha caafimaadka dadweynaha ee ilkaha
- Galaasyo bilaash ah oo laga helayo qaarka mid ah dhakhaatiirta indhaha (oo ka diiwaangashan barnaamijka Vision Care).

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Kaarka Daryeelka Caafimaadka, riix [Services Australia](#).

Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan Kaarka Lacag Dhimista Hawlgabka, riix [Adeegyada Australia \(Services Australia\)](#).



Tusaale Health Care Card

Wixii macluumaad dheeraad ah, ka wac Xarunta Wicitaanka Luuqadaha badan ee Centrelink (Centrelink Multilingual Call Centre) **13 12 02.**

Turjumaano xirfad leh

Haddii aadan hadli karin ama aadan fahmin Ingiriiska, mar kasta weydiiso turjumaan xirfad leh. Way wanaagsan tahay inaadan u isticmaalin xubin qoyska ah daryeelka caafimaadkaaga.

"**TIS**" waa Adeega **Adeega Turjumaada Qoraalka** iyo **Afka**. TIS waa bilaash laysku halayn karo oo qarsoon.

Ka wac **13 14 50** oo sheeg luuqadaada. Xiriiriya ayaa kula xiriirin doona turjumaan ku hadla luuqadaada. Wixii ah balamaha caafimaadka, weydii xirfadlaha caafimaadka, weydii xirfadlaha caafimaad inuu isticmaalo turjumaan.

Dhakhaatiirta, kuwa takhasuska ama farmashiilaha ayaa kuu balamin kara turjumaanka TIS adiga waa kuu bilaash.

TIS waxaa la helayaa 24 saac maalin kasta sannadkii.

Wixii macluumaad ah sidii loo isticmaali lahaaTIS, riix [halkan](#)

Waxaa laga yaabaa inaad xaq u leedahay turjumaada qoraalka ee dukumiintiga oo bilaash ah labada sanno ee ugu horeeya udegistaada si joogta ah Australia adoo isticmaalaya TIS.

Si aad u jeegareysid haddii aad xaq u leedahay, wac: **1800 962 100** ama riix [halkan](#).



Isbitaalada Dadweynaha

Isbitaalada dadweynuhu waa u bilaash dadka heysta Kaarka Medicare. Bukaanka ku jira isbitaalada dadweynaha waxaa daaweyya dhakhaatiirka iyo kuwa takhasuska leh ee isbitaalka ka socda.

Waxaa sidoo kale jira isbilaalo gaar ah oo ku yaal Australia, si kastaba ha ahaatee waa inaad iska bixisa kharashka daryeelkaaga, ama aad yeelataa ceymiska caafimaadka gaarka ah.

Si aad u hesho isbitaalka Dadweynaha ee NSW iyo adeegyada caafimaadka ee kale riix [halkan](#).

Xaaladaha degdega ah

Aadida waaxda xaalada degdega ah

Haddii aad jiran tahay ama aad leedahay xaalad caafimaad oo nafka dhowr ah, waxaad geli kartaa **Waaxda Xaalada degdega ah** ee hospital ka dadweynaha ee kuugu dhow.

Si aad u hesho isbitaalka dadweynaha ee NSW iyo Si aad u hesho isbitaalka dadweynaha ee kuugu dhow riix [halkan](#).

Waaxaha Xaalada degdega ah waxay furan yihiin **24 saac** maalintii, toddoba maalmood isbuucii mar kastana waxay leeyihiin dhakhaatiir iyo kalkaalooyin heegan ah.

sugto saacado dhowr ah waaxyaha xaaladaha degdegtah, sababtoo ah dhakhaatiirtu waxay marka koowaad arkayaan bukaanka ugu xannuunka badan.

Sii qaado Kaarkaaga Medicare kaaga. Hubi inaad ogtahay sidii aad u tegi lahayd isbitaalka dadweynaha ee ugu dhow.



Ambalaasta

Lambarka xaalada degdega ah ee Australia dhexdeeda waa **Saddex Eber (000)**.

Lambarkan u isticmaal in laga Waco adeega xaalad kasta oo degdega ah: Ambalaas, Boliis ama Dab Demis.

Wac **000** haddii aad u baahan tahay ambalaas. Saraakiisha ambalaasta waxay bixin karaan gargarka ugu horeeya waxaana laga yaabaa inay kuu qaadaan Waaxda Gargaarka degdega ah ee isbitaalka dadweynaha.

Haddii aadan ku hadli karin Ingiriis, u sheeg xiriiriyaha Ambalaasta luuqadaad ku hadashid. Tani waa xaalad caafimaad oo degdeg ah, saa daraadeed xiriiriyaha Ambalaasta ayaa kugu xiriirin doona turjumaan.

Haddii aad heysatid Kaarka Daryeelka Caafimaadka ama Kaarka Lacag dhimista Hawlgabka Ambalaastu waa u **bilaash**. Dadka heysta Medicare Kaarka ka kaliya, waa inaad iska bixisaan.

Haddii ay ku heysato xaalad Caafimaad oo Degdeg ah



1

2

Marka xiriiriyuu ku weydiyo
haddii aad dooneysid **Dab demis,**
Boliis, Ämbalaas u sheeg iyaga:
“Ambulance”

3

Haddii aad Ingiriis ku hadashid:



**Ka jawaab su'aalaha xiriiriyaha ee
ku saabsan:**

- Magacaaga
- Lambarkaaga taleefanka
- Xaalada degdega ah
- Cinwaanka xaalada degdega ah
- Wadada isgoyska ah ee kuugu
dhow ama calaamad

Haddii aadan ku hadli karin Ingiriis:



- U sheeg xiriiriyaha luuqadaad ku
hadashid
- Sug xiriiriyaha inuu kugu
xiriiryo turjumaan- HA DHIGIN
TALEEFANKA

Wixii ah Caawimaad Caafimaad oo aan Degdeg Ahayn

Wixii ah dhibaatooyin caafimaad oo aan
naf go'o ahayn, waxaad ka heli kartaa
caawimaad caafimaad:

- **Dhakhtarka Guud (GP)** ee jooga
rugaha caafimaadka ee gaarka
loo leeyayah, oo laga helo badiba
magaalooyinka waa weyn iyo
kuwa kale. GP -yada **Xarumaha
Caafimaadka** qaarkood sidoo
kale waxay bixiyaan caawimaad
caafimaad oo saacadaha shaqada ka
dib ah. Waxay shaqeeyaan saacado
dhaadheer badanaana waxay furan
yihiin maalmaha sabtida iyo axada.
Waxaad badanaa u baahan doontaa
kaar Medicare ah. Si aad u heshid
Xarunta Caafimaadka ee kuugu dhow
riix **halkan**.
- **Health Direct** waxay ku bixisaat
taleefanka tallo caafimaad oo bilaash
ah iyo macluumaad laga qaadanayo
kalkaalso diiwaangashan, oo la helayo
24 saac, toddoba maalmood isbuucii.
Ka wac **1800 022 222**. Waxay heystaan
isticmaalka turjumaanada.



Ilaalinta Caafimaadkaaga

Adeega Caafimaadka Qaxootiga NSW

Haddii aad ku timaadid Australia qaxooti ahaan, ama magan gelyo doon raadinaya in loo aqoonsado qaxooti, [NSW Refugee Health Service](#):

- Qiimeynaha caafimaad oo bilaash ah iyo u sii gudbin.
- Macluumaaad ku saabsan GP-yada degaankaaga.
- Caawimaad si aad u aragtid GP haddii aad tahay magan gelyo doon aan lahayn Medicare.
- Ka caawinta codsiga [NDIS](#) ta dadka naafada ah. Hoos ka eeg wixii macluumaaad dheeraad ah.
- Waxbarashada ku saabsan adeegyada caafimaadka NSW.

Wixii balan ah ka wac
9794 0770.

Turjumaanada waxaa
laguugu qabanayaan
bilaash

Qorshaha Caymiska Naafada Qaranka (NDIS)

NDIS waa **Qorshaha Caymiska Naafada** ee Qaranka.NDIS:

- Maalgelinta ay adeegyadu ugu baahan yihiin dadka naafada
- ama baahiyaha gaarka qaba waxaa loogu talagay dadka da'doodu u dhaxeyso 7 ilaa 65 sanno
- Oo ay siiyan taageero dadka naafada ah ee baahiyaha gaarka leh mid bulshadeed, arag/maqal, dareen, garaadka iyo mida jireed ee joogtada ah ee sida PTSD, niyad jabka, ama jirooyinka kale ee dhimirka

Iyadoo ku xiran fiisahaaga, waxaa laga yaabaa inaad xaq u leedahay taageerada NDIS.

Doorka Kalkaliyayaasha Australia jooga

Kalkaliyayaasha Australia waa xirfadlayaal caafimaad oo si sare loo tababaray. Kuwo badani waxay ku takhasuseen qaybo gaar ah oo ah daryeelka caafimaadka sida hooyada iyo ilmaha (umulisada), carruurta yar yar (kalkaliyayaasha qoyska iyo ilmaha), ama caafimaadka dareenka (kalkaliyayaasha caafimaadka dhimirka).

Kalkaliyayaasha caafimaadka qaxootiga, ee u sheeqeeya Adeega Caafimaadka Qaxootiga NSW, daryeelka qaxootiyada dhowaan yimid.

Kalkaliyayaal baban oo takhasus leh ayaa maamula bukaankooda rugaha caafimaadka, iyadoon dhakhtar joogin. Kalkaliyayaasha qaarkood waxay dalbi karaan baaritaano, waxay bixiyaan daawo kuuna diraan rugo caafimaad oo kale.

Booqashada Dhakhtarka Guud (GP)

Australia gudaheeda dadka badidiisu waxay u tagaan **Dhakhtarka Guud (GP)** markii ay qabaan dhibaatooyin caafimaad.

Waxaad ka heli kartaa GP-yada meelo kala duwan oo kala ah Xarumo Caafimaad oo balaaran ilaa goobo dhakhtar shakhsii ah leeyahay ama rugo caafimaad.

GP-yada qaarkood "**Biilka Dawlada ayey ka qaataan**" oo micnaheedu yahay wax kharash ah kama qaadi doonaan dadka kaararka Medicare ka heysta. GP-yada kale waxay qaadaan lacag iyo Medicare ba. U sii qaado Kaarkaaga Medicare ka dhammaan balamaha caafimaadka.

Weydii qof bulshadaada ah haddii ay yaqaanaan GP ku hadlu luuqadaada. Haddii GP – ga aad aado uusan ku hadlin luuqadaada, dhakhtarkaasi wuxuu ka heli karaa turjumaan taleefan oo TIS ah inta lagu jiro balanta.

Marmarka qaarkood dhakhtarku wuxuu balamin karaa turjumaan idiinku yimaada qolka dhakhtarka. Haddii la balamiyo laba toddobaad ka hor.

Markaad aragtid GP waa inaad weydiisaa macluumaad ku saabsan dhibaatada caafimaadkaaga iyo daaweynteeda. Haddii aadan ku faraxsaneyn GP-gaaga, waxaad dooran kartaa inaad u tagto GP kale.

Waxaa lagu talinayaan inaad dhakhtarka u aragto baaritaan caafimaad oo joogta ah. Waxay kaa caawineysaa in wixii arimo caafimaad ah hore loo ogaado, tusaale cudurka wadnaha, sonkorta ama kansarka qaarkii, oo haddii hore loo ogaado ay fududaan karto in la daaweyyo.

Barnaamijyada Baaritaanka Kansarka

Dawlada Australia waxay bixisaa baaritaanka kansarka caloosha, naaska iyo kansarka ilmo galeenka:

- **Baaritaanka Naaska** Barnaamijka ogaanshaha kansarka ee dumarka jira 50 ilaa 74 sanno. Riix [halkan](#) Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan baaritaanka naaska
- **Baaritaanka kansarka ilmo galeenka** waxaa loogu talagalay dumarka jira 25 ilaa 74. Riix [halkan](#) wixii macluumaad dheeri ah ee ku saabsan baaritaanka ilmo galeenka
- **Baaritaanka caloosha** is waxaa loogu talagalay dumarka iyo ragga jira 50-74 sanno. Riix [halkan](#) wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan baaritaanka caloosha.

Barnaamijyadaa baaritaanku waxay ujeedadoodu tahay inay hore u helaan kansar ama xaalado horseedaya kansar si hore loogu daaweyn karo.



Arkida Dhakhtarka Takhasuska

GP-gaaga ayaa laga yaabaa inuu kuu diro dhakhtar takhasus leh haddii aad u baahan tahay baaritaano intaas ka sii badan ama daaweyn; tusaale, dhibaatooyinka wadnaha waxaa laga yaabaa inaad u tagto dhakhtarka wadnaha qala. Si aad u aragtid dhakhtarka takhasuska leh waa inaad:

- Aad ka soo qaadataa warqad soo gudbin ah GP-gaaga
- Balan aad sameysataa.

Dhakhaatiirta takhasuska badidoodu lacagta dawlada kama qaataan, laakiin qaarbaa ka qaadan doona lacagta dawlada ee dadka heysta Kaararka Daryeelka Caafimaadka.

Arkida dhakhtaatiirta gaarka ah ee takhasuska leh waxay noqon karaan kuwo qaali ah, weydii GP-gaaga haddii aad ku arki kartid dhakhtar takhasus leh isbitaalka dawlada "rugta caafimaadka bukaan socodka". Waa inaad sugtaa wakhti dheer, laakiinse waa bilaash haddii aad heysatid Kaarka Medicare ka.



Daawooyinka

Waxaa laga yaabaa inuu dhakhtarkaagu kuu qoro daawo.

Waa inaad u geysaa qoraalka daawada farmashiiyaha (farmashiga). Daawada badideeda waxaad iibsan kartaa oo kaliya haddii aad qoraal ka heysatid dhakhtarka. Waxaa laga yaabaa inay ku weydiyaan haddii aad dooneysid daawo "guud".

Daawooyinka guud way ka raqiisan yihiin laakiinse waa isku mid sida daawada "sumada magacaas leh". Waa inaad tustaa farmashiiilaha Kaarkaaga Medicare ka, iyo Kaarka Daryeelka Caafimaadka ama Kaarka Hawlgabka haddii aad mid heysatid. Daawooyinka badidooda waxay ku joogayaan dadka heysta Kaarka Daryeelka Caafimaadka ama Kaarka Hawlgabka lacag aad uga yar.

Haddii adiga ama qoyskaagu u baahan yahay daawooyin fara badan hal sanno, weydii farmashiiilaha wax ku saabsan **Safety Net**. Waxay caawineysaa kharashka daawadaada sannad kasta.

Adeegyada Ilkaha ee Dadweynaha

Dhammaan dadka waaweyn ee heysta Kaarka Daryeelka Caafimaadka ama Kaarka Lacag dhimista Hawlgabka, waxay xaq u leeyihiin adeegyada ilkaha dadweynaha oo bilaash ah.

Carruurta ka yar 18 sanno waxay isticmaali karaan adeegyada ilkaha dadweynaha oo bilaash ah haddii aad heysatid kaarka Medicare ka.

Waxaa jira rugaha caafimaadka ilkaha dadweynaha ee New South Wales oo dhan. Rugaha caafimaadku waxay leeyihiin liisaska dadka doonaya daaweynta. Haddii aad dooneysid inaad tagto rugta caafimaadka ilkaha ee dadweynaha:

- Wac Adeega Maclumaadka iyo **Qaadashada Caafimaadka Afka (Oral Health Intake and Information Service)** ee goobtaada (arag liiska midigta)
- Ka jawaab su'aalaha shaqaaluhu ay kaa weydiyaan nafsadaada iyo dhibka ilkahaaga
- Waa inaad heysataa faahfaahinta Medicare iyo Kaarka lacag dhimista markaad soo wacco.

Haddii aadan ku hadli karin Ingiriis:

Ka wac **TIS 13 14 50** ka hor intaadan la xiriirin lambarka taleefanka ee qaadashada Caafimaadka Afka.phone number.



Adeegyada Maclumaadka iyo Qaadashada Caafimaadka Afka

Sydney/South Western Sydney

① **1300 559 393**

Western Sydney/Nepean Blue Mountains

① **8890 6766**

① **1300 769 221**

South Eastern Sydney and Illawarra

① **1300 134 226**

① **1300 369 651**

Northern Sydney/Central Coast

① **1300 789 404**

Hunter New England/Mid North Coast/Northern NSW

① **1300 651 625**

Southern NSW/Murrumbidgee

① **1800 450 046**

Western NSW/Far West

① **1300 552 626**

Dadka waa weyn ee aan
heysan **Kaarka Daryeelka**
Caafimaadka ama
Kaarka Lacag dhimista
Hawlgabka, waa inay
tagaan rugta caafimaadka
ilkaha ee gaarka ah.

Xarumaha Caafimaadka Bulshada

GP-gaaga waxaa sii weheliya **Xarumaha Caafimaadka Bulshada** waxay kaa siin karaan waxoogaa caawimaad ah dhibaatooyina samafalka iyo caafimaadka kaa heysta.

Xarumaha Caafimaadka Bulshada waxaa laga yaabaa inaad ku arki kartid:

- Shaqaalaha bulshada ama xirfadlaha cilmi nafsiga oo bixiya la talin iyo taageero bulsho. Tusaale dhibaatooyinka maandooriyaha iyo khamriga
- Kalkaaliyayaal busho oo si khaas ah u tababaran oo caawiya waalidiinta, carruurta iyo dadka da'da ah
- Fiisatarabiistayaasha oo caawiya dadka jiro ama dhaawac ka dib
- Xirfadlayaasha hadalka oo caawiya carruurta dhibaato xagga hadalka ah qaba

Xarumaha Caafimaadka Bulshada badanaa waxay leeyihii shaqaalaha caafimaadka asalada dhaqamada iyo luuqadaha kala duwan. Waxaa laga yaabaa in lagaa qaado lacag yar adeegyada qaarkood. Si aad u heshid Xarunta Caafimaadka Bulshada ee kuugu dhow ka raadi interneetka: *Xarumaha Caafimaadka Bulshada NSW*.





Adeegyada caafimaadka dumarka

Xarumaha Caafimaadka Dumarka waxay bixiyaan macluumaad iyo tallo dumarka oo ku saabsan dhalmada, caabuqyada galmada laysugu gudbiyo, qalalaasaha qoyska, baaritaanada galmada,baaritaanka naasaha, dhibaatooyinka caadada iyo dhalmo deyska. Waxay sidoo kale leeyihiin kooxo taageera dumarka.

Si aad u heshid Xarunta Caafimaadka Dumarka ee NSW riix [halkan](#).

[Family Planning NSW](#) waa adeeg kale oo caafimaad oo qarsoon bilaashna ah. Waxay tallo ka bixiyaan dhalmada iyo daryeelka caafimaadka galmada. Ka raadi rugta caafimaadka ee ugu dhow [halkan](#).

Haddii aad u baahant ahay turjumaan ka wac **TIS 13 14 50**. Waxaad weydiisan kartaa turjumaan dumar ah.



Haddii qof ku daryeela adiga ama qof kuu dhow, uu ku dhaawacayo ama qoyskaaga, ama uu cabsi ku gelinayo, wac **Khadka Caawimaada Qalalaasaha Qoyska (Domestic Violence Help Line)** wakhti kasta **1800 65 64 63**.

Australia gudaheeda, qalalaasaha qoysku waa dembi; adiga iyo qoysaskuna waxaad xaq u leediihin in laydin ilaaliyo.

Adeegyada Caafimaadka Qoyska iyo Ilmaha

Haddii aad tahay waalidka carruur yar yar oo aad taageero u baahan tahay, waxaa jira tiro adeegyo bilaash ah oo ku caawin kara.

Adeegyada kalkaalisada caafimaadka Qoyska iyo Ilmaha waxay dhameystiraan baaritaan soo noqnoqonaya ee carruurta dhalatay iyo ilaa lix sanno jirka. Ilmo kasta wuxuu leeyahay Blue Book (Buugga Buluuga ah) oo leh macluumaad ku saabsan ujeedada koritaanka. Xarumaha Caafimaadka Qoyska iyo Ilmaha waxay bixin karaan taageero, waxbarasho iyo macluumaad ku saabsan:

- Naas nuujin
- Koritaanka iyo koboca ilmaha
- Hurdo
- Tallaalada
- Fayeqabka waalidka
- Bixin karaan booqashooyinka guriga.

Tresillian iyo Karitane waa adeegyada caafimaadka carruurta ee kale oo bixin kara taageero, kalsoonida waalidiinta iyo xirfadaha qoysaska eel eh carruurta jira dhalasho ilaa 5 sanno. Adeegyada badidoodu waa bilaash. Waxaa laga yaabaa inay bixiyaan:

- Fasalada waalideynta
- Joogitaanka degaanka
- Rugaha caafimaadka naas nuujinta
- Adeegyada niyad jabka iyo welwel dhalmada ka hor iyo ka dib
- Rugaha caafimaadka dabecada iyo raad dhaqaajiska
- Webinaarada la daawado ee waalidiinta iyo guri ku booqashada.

Wixii balan ah ama helida xarunta ka wac:

Karitane: 9794 2300 ama **Khadka Caafimaadka Waalidka: 1300 227 464**

Tresillian: 9123 8999 ama **Khadka Caawimaada Waalidka: 1300 272 736**

Si aad u hesho adeega caafimaadka qoyska iyo ilmaha ee ugu dhow riix [halkan](#).



Adeegyada Caafimaadka Dhalinyarada

NSW waxaa jira xarumaha caafimaadka ee loogu talagalay dadka dhalinyarada ah ee jira inta u dhaxeysa 12 ilaa 24 sanno. Xarumahan waxay sidoo kale siin karaan caawimaad waalidka. Xarumaha caafimaadka dhalinyarada waxay bixiyaan waxbarashada caafimaadka, macluumaad, tallo iyo la talin. Badidoodu waxay sidoo kale leeyihiin kalkaaliso, oo qaarna waxay leeyihiin dhakhtar.

Adeegyadaani waa bilaash oo qarsoon.
Xarumahani waa centres:



Adeegyada Caafimaadka Dhalinyarada

Corner Youth Health Service (Bankstown)

① **9796 8633**

Fairfield /Liverpool Youth Health Team

① **8717 1717**

Canterbury Youth Health Service

① **9787 0600**

Youth Block Redfern

① **9562 5640**

Western Area Adolescent Team

① **9881 1230**

Traxside (Campbelltown)

① **4633 0880**

High Street Youth Health Centre (Harris Park)

① **8860 2500**

The Warehouse (Penrith)

① **4721 8330**

Community Health Adolescents in Need (Wollongong)

① **4240 4800**

Adeeygada Maqalka

Waxaa jira adeegyo kala duwan oo loogu talagalay dadka waaweyn iyo carruurta u baahan baaritaanka magalka.

Carruur:

Haddii aad ka welwesan wax ku saabsan maqalka ilmahaaga, hadalka ama horumarinta luuqada, fadlan balanso in la baaro ilmahaaga maqalkiisa. Dhakhtarka xaafada (GP) waxay balamin karaan baaritaanada maqalka bilaashka ah ee caruurta iyo dadka waaweyn ee jira ilaa 26 sanno. Kuwaan waxaa badanaa lagu sameeyaa Xarunta Caafimaadka Bulshada ama qaar ka mid ah isbitaalada dadweynaha ee xaafada.

Dadka waaweyn:

Wasaaradda Caafimaadka waxay maamushaa Barnaamijka Adeegyada Maqalka Dawlada Australia. Barnaamijkan waxaa helaya dadka jira 27 sanno ama ka weyn.

Waxaad ka dalban kartaa Barnaamijkan online. Sidii aad u dalban lahayd hearingservices.gov.au.

Si aad u jeegareyso inaad xaq u leedahay wac: **1800 500 726**.

Wac TIS haddii aad u baahan tahay: **13 14 50**.





Adeegyada Indhaha

Indhaha waad iska baari karaa hal mar sannadkii oo bilaash ah, haddii aad heysatid Kaarka Medicare ka. Baaritaanada araga indhaha waxaa sameeya dhakhtarka indhaha. Dhakhtarka indhaha wuxuu ku yaal xarumaha dukaameysiga waaweyn badi dhexdooda iyo xaafadaha. Medicare ku kaama bixinayo kharashka muraayadaha ama lensiska indhaha la gashado.

Haddii aadan iska bixin karin lacagta ookiyaalaha, waxaa laga yaabaa inaad hesho ookiyaalayaal bilaash ah iyo lenses Barnaamijaka Ookiyaalaha NSW dhakhtarka indhaha ee ka diiwaangashan Barnaamijka ookiyaalaha NSW aaya adeegan bixin kara. Ka ballanso baaritaanka indhaha dhakhtarka indhaha ee diiwaangashan haddii aad u baahan tahay ookiyaale bilaash ah.

Wixii ah macluumaad qaafimaad oo sax ah kuna qoran luuqadaada, eeg website ka **Adeega Isgaarsiinta Caafimaadka Dhaqamada** badan, riix [halkan](#).

Macluumaadka Caafimaadka ee Luuqadaha ku qoran

Wixii ah macluumaad caafimaad oo sax ah kuna qoran luuqadaada, eeg website ka **Adeega Isgaarsiinta Caafimaadka Dhaqamada** badan, riix [halkan](#).

Ilaalinta Caafimaadkaaga Dareenka Maskaxeed

STARTTS (Adeega loogu talagalay daaweynta iyo Dhaqancelinta dadka ka soo Samatabaxay Dhibka iyo Jir dilka)

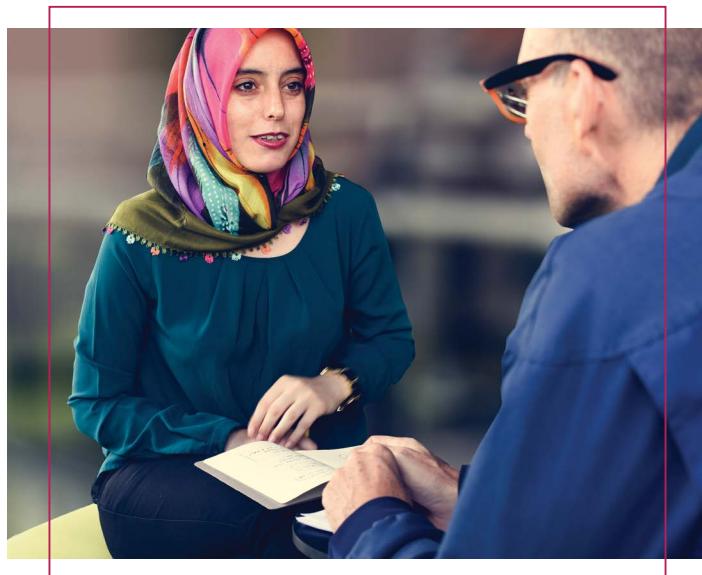
Adeegani wuxuu leeyahay la taliyayaal caawin kara qaxootiga oo kale ah iyo dadka asalkoodii hore ka soo jeeday qaxooti ee ku soo dhibtooday soona maray dhib ka hor intaysan iman Australia.

La taliyayaashu waa xirfadlayaal caafimaad oo tababaran oo kula hadla adiga si ay kaaga caawiyaan dhibaatada nolosha aad ku jirto iyo inaad sameysid isbedeladaad dooneysid inaad sameysid.

Xubno badan oo ka mid ah shaqaalahaa ayaa ku hadli kara luuqado kala duwan.

Adeegyada STARTTS waa bilaash lagu kalsoonaan karo oo qarsoodi ah website ka STARTTS riix [halkan](#).

Ka wac STARTTS Taleefan ka **9646 6700**.



Adeegyada Caafimaadka Dhimirka

GP-gaaga guud ayaa ah qofka ugu fiican ee aad kala hadlaysid dareenkaaga guud sida niyad jabka ama welwelka. Dhakhtarku wuu ku caawin karaa wuxuu sidoo kale kuu gudbin karaa adeegyo kale.

Adeegyada caafimaadka dhimirka waxaa helaya dadka qaba arimo caafimaad nafsadeed oo daran. Adeegyadaan waxay taageerayaan dadku inay bogsadaan oo ay ku noolaadaan nolol ka fiican.

Haddii aad qabto dhibaatooyin dareen maskaxeed ama bulsho oo aad daran, waxaad la xiriiri kartaa Adeega Caafimaadka Dhimirka ee xaafadaada. Waxaa laga yaabaa inaad awoodo arkida dhakhtarka dhimirka, ka cilmi nafsiga ama shaqaale bulsho oo ku caawin kara adiga ama qoyskaaga. Adeegyada caafimaadka dhimirka dadweynaha waa bilaash laysku haleyn karo oo qarsoon. Si kastaba ha ahaatee, waxaa dhici karta inay jiraan liis sugitaan oo dheer.

Haddii aad u baahan tahay caawimaad isla markiiba wac mid ka mid ah adeegyadaan hoose. Waa kuwo bilaash ah oo qarsoon.

Haddii ay tahay wicitaan xaalad degdeg ah wac **000**.

Haddii aad u baahan tahay turjumaan wac **TIS 13 14 50**.

- **Mental Health Line – 1800 011 511**
- **Lifeline – 13 11 14**
- **Beyond Blue – 1300 22 4636**
- **Kids Helpline – 1800 55 1800**, dadka dhalinyarada ah ee jira 5-25 sanno
- **Suicide Call Back Service – 1300 659 467**
- **Men's Line Australia**, ragga da'a kasta jira – **1300 78 99 78**

Khadadkan taleefanka waxaa helaya qof kasta oo Australia jooga 24 saac maalintii, 7 maalmood isbuucii waana bilaash.

Si aad uga baratid wax badan luuqadaada wixii ku saabsan adeegyada la helayo, riix halkan: **mental health service**.

Masuuliyada & Xuquuqda Caafimaadka

Shaqaalaha caafimaadku waa dhakhaatiir, kalkaalooyin caafimaad, xirfadlayaal cilmi nafsaadeed, la taliyayaal iyo kuwo kale.

Xuquuqdaada

Shaqaalaha caafimaadka waa inay kuu sharxaan

- Xaaladaada ama cudurka
- Baaritaanada caafimaad
- daaweyn
- Waxyeelada suurtagalka ama khataraha daaweynta.

Waxaad xaq u leedadah:

- In la xushmeeyo ku dhaqanka diintaada, dhaqankaaga iyo wixii aad rumeysan tahay
- Inaad heshid fikrado kale oo caafimaad
- Inaad aragtid diiwaankaga caafimaad ee shakhsiyeed
- In diiwaankaaga caafimaad ee shakhsiyeed si qarsoon loo hayo oo aan cidkale arag
- Dooro inaad la noqoto ka raali ahaanshaha oo aad diido daaweyn dheeraad ah wakhti kasta
- Caawimaad ka raadso turjumaanka daryeelka caafimaadka.

Ogolaanshaha Daaweynta

Waa inaad bixisaa ka raali ahaanshaha daaweynta lagu siiyey. Xaaladaha badidooda tani waxay noqoneysaa ka raali ahaansho afka ah. Ka raali ahaanshaha qoraalka ah waxaa looga baahan yahay waxoogaa nidaam ah, sida qaliinka .carruurta ka yar 14 sanno waxay u baahan yihii ka raali ahaanshaha waalidkood ama masuul.

Carruurta da'doodu u dhaxeyso 14-16 sanno badanaa waxay bixiyaan ka raali ahaansho wadajir ah iyaga iyo waalidkood ama masuuliyiinta; waxay bixin karaan ka raali ahaansho haddii ay muujiyaan inay si buuxda u fahmeen daaweynt loo soo jeediyey.

Masuuliyadaada

You must:

- U sheeg shaqaalaha caafimaadka wax kasta oo ku saabsan caafimaadkaaga
- U sheeg shaqaalaha caafimaadka haddii aad isticmaashid daawooyin, khamri, tubaako ama maandooriye kale
- Ilaali wakhtiyada balanta ama u soo sheeg shaqaalaha caafimaadka haddii aadan awoodin imaanshaha balanta, khaas ahaan haddii turjumaan la balamiyey.

Waa inaadan:

- Dhibin, ku xadgudbin, u hanjabin ama cidna khatar gelin jir ahaaneed ama dhibaato nafsadeed.

Sidii aad Cabasho u Sameyn Lahayd

Australia gudaheeda, waxaad ka caban kartaa adeega caafimaadka ama shaqaalaha caafimaadka.

Kala hadal waxaad su'aalo ka qabtid shaqaalaha caafimaadka ee ku lugta leh daryeelkaaga. Waxaa laga yaabaa inay awoodaan islamarkiiba xalinta su'alahaaga.

Haddii aadan weli ku qanacsaneyn ka dib markaad la hadashid shaqaalaha caafimaadka:

- Wac isbitaalka meeshii lagugu daaweyey oo weydiiso **Sarkaalka Taageera Bukaanka** ama
- Wac xarunta caafimaadka meeshii lagugu daaweyey oo weydiiso **Maareeyaha** ama
- La xiriir **Golaha Cabashooyinka Daryeelka Caafimaadka 1800 043 159** (wicitaanku waa bilaash).

Haddii aadan ku hadlin Ingiriis kala xiriir **TIS 131 450**.

Qoraalo





Waxaa soo saaray Adeega Caafimaadka Qaxootiga NSW
Suite 1, Level 3
157-161 George Street
LIVERPOOL NSW 2170

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

Taariikhdi ugu dambeysay ee dib loo hagaajiyeey: Sibteembar 2022

ISBN 978 1 74079 122 9