# ܣܲܚܒܲܪܬܵܘܟܼܘܿܢ ܠܒܹܝܬ ܐܵܣܝܘܼܬܵܐ ܕܙܲܗܪܝܼܪܵܢܘܼܬܵܐ

## ܡܼܢ ܩܵܕܡ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ

[ ] **ܩܢܹܝܡܘܼܢ ܚܕܵܐ ܫܲܕܲܪܬܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܨܲܝܵܪܘܼܬܵܐ ܩܸܛܥܵܝܬܵܐ ܒܐܘܼܪܚܵܐ ܕܟܘܿܡܦܝܘܿܬܵܪ (CT) ܒܚܲܕ ܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܡܼܢ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ.**

[ ] **ܒܲܩܪܘܼܢ ܡ̣ܢ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ ܐܲܝܟܵܐ ܝܠܵܗܿ ܦܝܼܫܬܵܐ ܡܘܼܩܪܸܒܼܬܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܓܵܘ ܦܢܝܼܬܵܘܟܼܘܿܢ.**

[ ] **ܐܸܢ ܐܲܚܬܘܿܢ ܠܹܐ ܝܬܘܿܢ ܥܒܼܝܼܕܹܐ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT ܡܼܢ ܩܵܕܡܬܵܐ، ܕܪܘܿܫܘܼܢ ܠܗܘܿܢ ܐܲܝܢܝܼ ܢܸܓܵܪܵܢܘܵܬܹܐ ܕܗܵܘܝܼ ܥܲܡ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ.**

[ ] **ܫܩܘܿܠܘܼܢ ܡܲܘܥܕܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܥܲܠ ܐܸܢܬܸܪܢܸܬ، ܝܲܢ ܒܬܹܠܹܦ̮ܘܿܢ ܝܲܢ ܦܲܪܨܘܿܦܵܐܝܼܬ. ܡܲܕܸܥܡܘܼܢ ܠܗܘܿܢ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܫܲܪܘܼܟܹܐ ܝܬܘܿܢ ܓܵܘ ܚܘܼܪܙܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ.**

[ ] **ܐܲܟܸܕܘܼܢ ܕܫܵܩܠܝܼܬܘܿܢ ܥܲܡܵܘܟܼܘܿܢ ܫܲܕܲܪܬܵܘܟܼܘܿܢ ܘܦܸܬܩܵܘܟ݂ܘܿܢ ܕ Medicare ܐܝܼܡܲܢ ܕܐܵܙܠ݇ܝܼܬܘܿܢ ܠܡܲܘܥܕܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ.**

[ ] **ܠܒܼܘܿܫܘܼܢ ܠܒܼܝܼܫܬܵܐ ܪܲܗܵܬ. ܒܲܠܟܵܐ ܐܲܚܬܘܿܢ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܕܫܲܚܠܸܦܝܼܬܘܿܢ ܘܠܵܒܼܫܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܐܘܿܝܡܵܐ (ܕܸܫܕܵܫܵܐ) ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ.**

[ ] **ܚܲܛܸܛܘܼܢ ܕܫܵܠܚܝܼܬܘܿܢ ܠܗܘܿܢ ܟܠܲܝܗܝ ܚܸܫܪܹܐ ܡܼܢ ܩܲܕ݇ܡ ܕܐܵܙܠ݇ܝܼܬܘܿܢ ܠܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ. ܐܲܢܹܐ ܒܸܚܒܼܵܫܵܐ ܝܢܵܐ ܥܹܙܵܩܝܵܬܹܐ، ܣܵܥܲܬܹܐ، ܩܠܵܕܹܐ ܘܐܲܝܢܝܼ ܡܸܢܕܝܼܵܢܹܐ ܕܓܼܪܝܼܙܹܐ ܝܬܘܿܢ ܓܵܘ ܦܲܓܼܪܵܘܟܼܘܿܢ. ܐܸܢ ܠܵܐ، ܒܸܕ ܦܵܝܫܵܐ ܛܠܝܼܒܬܵܐ ܡܸܢܵܘܟܼܘܿܢ ܕܫܵܠܚܝܼܬܘܿܢ ܠܗܘܿܢ ܒܥܸܕܵܢܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ.**

[ ] **ܡܲܕܸܥܡܘܼܢ ܠܵܩܵܕܡܵܐ ܩܵܐ ܒܹܝܬ ܐܵܣܝܘܼܬܵܐ ܐܸܢ ܣܢܝܼܩܹܐ ܝܬܘܿܢ ܠܗܲܝܲܪܬܵܐ ܒܫܲܚܠܲܦܬܵܐ ܕܠܒܼܵܫܬܵܐ ܕܐܘܿܝܡܵܐ ܝܲܢ ܒܫܛܵܚܬܵܐ ܥܲܠ ܛܲܒܠܝܼܬܵܐ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ.**

[ ] **ܚܲܛܸܛܘܼܢ ܕܠܲܒܠܝܼܬܘܿܢ ܚܲܕ ܚܲܒܼܪܵܐ ܝܲܢ ܗܲܕܵܡܵܐ ܕܒܲܝܬܘܼܬܵܐ ܥܲܡܵܘܟܼܘܿܢ ܐܸܢ ܗܵܕܟ݂ܵܐ ܡܲܚܘܼܒܹܐ ܝܬܘܿܢ.**

## ܒܕܘܼܟܬܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ

* ܒܲܠܟܵܐ ܦܵܝܫܵܐ ܛܠܝܼܒܬܵܐ ܡܸܢܵܘܟܼܘܿܢ ܕܡܵܫܚܝܼܬܘܿܢ ܠܪܵܡܘܼܬܵܘܟܼܘܿܢ ܘܠܝܘܼܩܪܵܘܟܼܘܿܢ، ܘܓ̰ܲܘܸܒܝܼܬܘܿܢ ܠܪܵܒܵܐ ܒܘܼܩܵܪܹܐ ܐܲܝܟܼ ܐܸܢ ܡܵܨܝܼܬܘܿܢ ܕܡܲܪܡܝܼܬܘܿܢ ܠܗܘܿܢ ܕܪܵܥܢܵܢܵܘܟܼܘܿܢ ܠܥܸܠ ܡ̣ܢ ܪܹܫܵܘܟܼܘܿܢ ܩܵܐ ܡܸܬܚܵܐ ܕ 5 ܗܲܠ 10 ܕܲܩܝܼܩܹܐ.
* ܚܲܕ ܨܲܝܵܪܵܐ ܒܡܲܦܠܲܚܬܵܐ ܕܙܲܗܪܝܼܪܹܐ ܒܸܕ ܠܲܒܸܠ ܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܠܓܵܘ ܐܘܼܬܵܓܼܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT.
* ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܫܵܛܚܝܼܬܘܿܢ ܥܲܠ ܚܲܨܵܘܟܼܘܿܢ ܥܲܠ ܚܕܵܐ ܛܲܒܠܝܼܬܵܐ ܘܐܝܼܕܵܘܟܼܘܿܢ ܠܥܸܠܸܠ ܡܼܢ ܪܹܫܵܘܟܼܘܿܢ. ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܕܡܲܟܠܝܼܬܘܿܢ ܠܵܗܿ ܫܩܵܠܬܵܐ ܕܢܲܦ̮ܲܣܵܘܟܼܘܿܢ ܩܵܐ ܚܲܕܟܡܵܐ ܪܦܵܦܹܐ ܘܕܦܵܝܫܝܼܬܘܿܢ ܫܸܠܝܹܐ.
* ܒܥܸܕܵܢܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܨܲܝܵܪܵܐ ܒܡܲܦܠܲܚܬܵܐ ܕܙܲܗܪܝܼܪܹܐ ܒܸܕ ܫܵܩܹܠ ܨܘܼܪܝܵܬܹܐ ܕܨܲܕܪܵܘܟܼܘܿܢ. ܐܲܚܬܘܿܢ ܠܹܐ ܝܬܘܿܢ ܣܢܝܼܩܹܐ ܕܫܵܩܠܝܼܬܘܿܢ ܐܲܝܢܝܼ ܚܡܵܛܵܛܹܐ ܕܗܵܘܝܼ.
* ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܒܓܵܢܘܿܗܿ ܒܸܕ ܓܵܪܫܵܐ **ܩܘܼܪܒܵܐ ܠ 10 ܪܦܵܦܹܐ**، ܘ **ܐܲܚܬܘܿܢ ܓܵܪܸܓ ܠܵܐ ܪܵܓܼܫܝܼܬܘܿܢ ܒܟ̰ܘܼ ܡܲܪܥܵܐ**.
* ܐܲܚܬܘܿܢ ܠܹܐ ܩܲܒܠܝܼܬܘܿܢ ܠܗܘܿܢ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܒܗܿܘ ܝܵܘܡܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ.

## ܒܵܬܪ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ

* ܚܲܕ ܝܲܕܘܼܥܬܵܢܵܐ ܕܙܲܗܪܝܼܪܹܐ ܒܸܕ ܥܵܒܼܹܕ ܬܢܵܝܬܵܐ ܕܓܲܫܲܩܬܵܐ ܥܲܠ ܨܘܼܪܝܵܬܵܘܟܼܘܿܢ ܠܛܲܥܘܼܝܹܐ ܒܵܬ݇ܪ ܐܲܝܢܝܼ ܟܘܼܬܸܠܝܵܬܹܐ ܙܥܘܿܪܹܐ، ܕܦܝܼܫܹܐ ܝܢܵܐ ܩܸܪܝܹܐ ܩܸܛܪܹܐ. ܐܵܢܝܼ ܒܗܿܝܓܵܗ݇ܐ ܒܸܕ ܟܵܬܒܼܝܼ ܚܲܕ ܬܲܫܪܵܪܵܐ ܕܒܸܕ ܦܵܐܹܫ ܡܘܼܥܒܼܸܪܵܐ ܓܵܘ ܣܸܓܼܠܵܐ ܐܲܬܪܵܝܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ (NCSR) ܘܫܘܼܕܪܵܐ ܩܵܐ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ.
* ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ ܒܸܕ ܩܲܒܸܠܠܗܘܿܢ ܠܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ. ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܩܲܒܠܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܡܲܚܒܲܪܬܵܐ (ܐܸܓܵܪܬܵܐ ܬܹܠܹܦ̮ܘܿܢܵܝܬܵܐ ܟܪܝܼܬܵܐ ܝܲܢ ܐܸܓܵܪܬܵܐ) ܡܼܢ NCSR ܠܡܲܕܥܘܼܝܵܘܟ݂ܘܿܢ ܡܘܿܕܝܼ ܥܵܒܼܕܝܼܬܘܿܢ ܒܵܬ݇ܪ ܗܵܕܵܟܼ. ܐܲܝܵܐ ܡܲܚܒܲܪܬܵܐ ܒܲܠܟܵܐ ܗܵܘܝܵܐ ܕܥܵܒܼܕܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT ܒܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܚܕܵܐ ܓܵܗܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ ܬܪܹܝܢ ܫܸܢܹܐ ܝܲܢ ܠܕܪܵܫܲܝܗܝ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܥܲܡ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ.
* ܐܸܢ ܐܝܼܬ ܚܲܕ ܡܸܢܕܝܼ ܥܲܠ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܕܣܵܢܹܩ ܠܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ، NCSR ܒܸܕ ܚܲܦܛܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܫܵܩܠܝܼܬܘܿܢ ܚܲܕ ܡܲܘܥܕܵܐ ܥܲܡ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ، ܗܿܘ ܕܒܸܕ ܗܲܡܙ݂ܸܡ ܥܲܡܵܘܟܼܘܿܢ ܒܘܼܬ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܘܡܘܿܕܝܼ ܒܸܕ ܗܵܘܹܐ ܒܵܬ݇ܪ ܗܵܕܵܟܼ.
* ܓܘܼܒܼܪܘܼܬܵܐ ܘܫܸܟܠܵܐ ܕܐܲܝܢܝܼ ܩܸܛܪܹܐ ܡܫܟܼܝܼܚܹܐ ܒܸܕ ܡܗܲܕܝܼ ܠܦܵܣܘܿܥܝܵܬܹܐ ܐܵܬܝܵܢܹܐ. ܐܲܝܵܐ ܒܲܠܟܵܐ ܚܵܒܼܫܵܐ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܝܲܢ ܚܕܵܐ ܫܲܕܲܪܬܵܐ ܠܸܚܙܵܝܵܐ ܚܲܕ ܐܵܣܝܵܐ ܕܫܩܵܠܬܵܐ ܕܢܲܦܲܣ ܠܸܥܒܼܵܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ.
* ܕܟܼܘܿܪܘܼܢ، ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܟܹܐ ܦܵܠܚܵܐ ܒܘܼܫ ܨܦܵܝܝܼ ܐܝܼܡܲܢ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܥܵܒ݂ܕܝܼܬܘܿܢ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܪܹܐܙܵܢܵܝܹܐ ܠܛܲܥܘܼܝܹܐ ܒܵܬ݇ܪ ܐܲܝܢܝܼ ܫܘܼܚܠܵܦܹܐ ܕܗܵܘܝܼ ܒܥܒܼܵܪܬܵܐ ܕܥܸܕܵܢܵܐ. ܩܵܐ ܒܘܼܬ ܗܵܕܟܼܵܐ ܐܵܢܲܢܵܩܝܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܕܕܵܥܪܝܼܬܘܿܢ ܠܸܥܒ݂ܵܕܘܿܗ̇ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܐܝܼܡܲܢ ܕܥܸܕܵܢܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܡܵܛܝܵܐ.
* ܚܲܕ ܝܲܕܘܼܥܬܵܢܵܐ ܕܙܲܗܪܝܼܪܹܐ ܒܸܕ ܚܵܒܼܹܫ ܓܵܘ ܬܲܫܪܵܪܹܗ ܐܸܢ ܐܝܼܬ ܐܲܝܢܝܼ ܡܲܫܟܼܲܚܝܵܬܹܐ ܕܠܹܐ ܝܢܵܐ ܐ݇ܣܝܼܪܹܐ ܒܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܓܵܪܸܓ ܕܵܪܫܝܼܬܘܿܢ ܠܗܘܿܢ ܥܲܡ ܐܵܣܝܵܘܟܼܘܿܢ.

|  |  |
| --- | --- |
| ܪܸܡܙܵܐ ܕ QR ܩܵܐ ܡܵܘܕܥܵܢܘܼܬܵܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܒܘܼܬ ܚܘܼܪܙܵܐ ܐܲܬܪܵܝܵܐ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܩܵܐ ܡܵܘܕܥܵܢܘܼܬܵܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܒܘܼܬ ܚܘܼܪܙܵܐ ܐܲܬܪܵܝܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ: [www.health.gov.au/nlcsp](http://www.health.gov.au/nlcsp) | ܩܵܐ ܗܲܝܲܪܬܵܐ ܒܬܪܵܟܬܵܐ ܕܬܲܢܬܲܢܬܵܐ (ܓ̰ܝܼܓܼܪܹܐ): [www.quit.org.au](http://www.quit.org.au) |