# ܦܲܪܡܲܝܬܵܐ ܕܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ

ܐܵܗܵܐ ܛܲܪܦܘܼܢܵܐ ܡܙܲܘܘܼܕܵܘܟܼܘܿܢ ܝܠܹܗ ܒܡܵܘܕܥܵܢܘܼܬܵܐ ܩܵܐ ܕܗܲܝܸܪܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܦܲܪܡܝܼܬܘܿܢ ܠܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟ݂ܘܿܢ.

[ܣܸܓܼܠܵܐ ܐܲܬܪܵܝܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ (NCSR)](https://www.ncsr.gov.au/) ܘܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܒܸܕ ܡܲܕܥܝܼܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܡܘܿܕܝܼ ܝܠܹܗ ܗ̇ܘ ܡܸܢܕܝܼ ܐ݇ܚܹܪ݇ܢܵܐ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܣܢܝܼܩܹܐ ܝܬܘܿܢ ܕܥܵܒ݂ܕܝܼܬܘܿܢ ܠܹܗ. ܐܵܗܵܐ ܒܲܠܟܵܐ ܕܗܵܘܹܐ ܨܲܝܵܪܘܼܬܵܐ ܩܸܛܥܵܝܬܵܐ ܡܚܘܼܫܒܸܢܬܵܐ ܒܟܘܼܡܦܝܘܼܬܸܪ (CT) ܒܚܲܕ ܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܒܵܬ݇ܪ ܬܪܹܝܢ ܫܸܢܹܐ ܝܲܢ ܠܬܦܵܩܵܐ ܒܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܠܕܪܵܫܲܝܗܝ ܦܠܵܛܹܐ.

## ܡܘܿܕܝܼ ܟܹܐ ܡܓܲܠܹܝܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ؟

ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܟܹܐ ܚܵܒܼܫܵܐ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT ܒܚܲܕ ܒܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܠܛܲܥܘܼܝܹܐ ܒܵܬ݇ܪ ܐܲܝܢܝܼ ܟܘܼܬܸܠܝܵܬܹܐ ܙܥܘܿܪܹܐ ܕܗܵܘܝܼ، ܕܟܹܐ ܦܵܝܫܝܼ ܩܸܪܝܹܐ nodules (ܩܸܛܪܹܐ). ܩܸܛܪܹܐ ܝܼܢܵܐ ܟܘܼܬܸܠܝܵܬܹܐ ܙܥܘܿܪܹܐ ܕܙܩܘܼܪܵܐ ܓܵܘ ܪܵܐܬܵܘܵܬܹܐ. ܩܸܛܪܹܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܝܼܢܵܐ ܪܵܒܵܐ ܥܝܵܕܵܝܹܐ ܘܣܲܗܡܵܐ ܙܵܘܕܵܐ ܕܢܸܡܘܼܢܹܐ ܠܹܐ ܝܢܵܐ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ.

ܦܵܣܘܿܥܝܵܬܵܘܟܼܘܿܢ ܐܵܬܝܵܢܹܐ ܦܝܼܫܹܐ ܝܢܵܐ ܡܗܘܼܕܝܹܐ ܒܓܘܼܒܼܪܘܼܬܵܐ ܘܒܦܸܨܠܵܐ ܕܐܲܝܢܝܼ ܩܸܛܪܹܐ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܒܲܠܟܵܐ ܐܝܼܬܠܵܘܟ݂ܘܿܢ. ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܲܠܟܵܐ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܠܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܠܨܲܚܨܘܼܝܹܐ ܚܲܕ ܫܲܘܦܵܐ ܒܘܼܫ ܒܕܸܩܵܐܝܼܬ. ܐܸܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܩܸܛܪܹܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܝܲܢ ܣܢܝܼܩܹܐ ܝܬܘܿܢ ܠܥܒܼܵܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ، ܐܵܗܵܐ ܠܹܐ ܝܠܹܗ ܡܲܥܢܵܝܘܿܗܿ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟܼܘܿܢ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ.

ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܒܲܠܟܵܐ ܡܲܫܟܼܚܵܐ ܡܲܫܟܼܲܚܝܵܬܹܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܢܹܐ ܓܵܘ ܪܵܐܬܵܘܵܬܹܐ ܝܲܢ ܠܒܼܲܕܲܪ ܡܼܢ ܪܵܐܬܵܘܵܬܹܐ. ܐܲܢܹܐ ܠܹܐ ܝܠܵܗܿ ܡܲܥܢܵܝܲܝܗܝ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟܼܘܿܢ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ، ܐܝܼܢܵܐ ܐܵܢܲܢܩܵܝܬܵܐ ܝܠܵܗ̇ ܕܦܵܝܫܝܼ ܕܪܝܼܫܹܐ ܥܲܡ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ.

### ܦܵܣܘܿܥܝܵܬܹܐ ܐܵܬܝܵܢܹܐ ܒܲܠܟܵܐ ܚܵܒܼܫܝܼ:

* ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܥܲܩܲܒܼܬܵܐ ܕ CT ܒܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܒܡܸܬܚܵܐ 3، 6 ܝܲܢ 12 ܝܲܪܚܹܐ ܠܸܚܙܵܝܵܐ ܐܸܢ ܩܸܛܪܵܐ ܫܲܚܠܘܼܦܹܐ ܝܠܹܗ ܒܥܒܼܵܪܬܵܐ ܕܥܸܕܵܢܵܐ.
* ܚܕܵܐ ܡܲܦܫܲܛܬܵܐ ܠܸܚܙܵܝܵܐ ܚܲܕ ܐܵܣܝܵܐ ܕܣܵܘܩܵܐ (ܫܩܵܠܬܵܐ ܕܢܲܦܲܣ) ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ.
* NCSR ܒܸܕ ܣܵܢܕܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܒܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ. ܐܵܢܝܼ ܒܸܕ ܫܲܕܪܝܼܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܠܵܘܟܼܘܿܢ ܡܲܕܟܼܸܪܵܢܹܐ ܠܸܬܦܵܩܵܐ ܒܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܝܲܢ ܐܝܼܡܲܢ ܥܵܒ݂ܕܝܼܬܘܼܢ ܠܵܗ̇ ܗ̇ܝ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ.
* ܬܲܫܥܝܼܬܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܒܸܕ ܦܵܝܫܵܐ ܚܘܼܡܝܼܬܵܐ ܓܵܘ ܣܸܓܼܠܵܐ ܕ NCSR
* ܐܸܢ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟ݂ܘܿܢ ܠܵܐ ܝܢܵܐ ܚܸܪܒܵܐ، NCSR ܒܸܕ ܡܲܕܟܼܸܪܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܥܵܒܼܕܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܒܡܸܬܚܵܐ ܕܬܪܹܝܢ ܫܸܢܹܐ.

## ܡܘܿܕܝܼ ܝܠܹܗ ܡܲܥܢܵܝ ܕܦܠܵܛܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܕܝܼܝܼ ܘܡܘܿܕܝܼ ܒܸܕ ܗܵܘܹܐ ܒܵܬ݇ܪ ܗܵܕܵܟܼ؟

| **ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ** | **ܦܵܣܘܿܥܝܵܬܹܐ ܐܵܬܝܵܢܹܐ** |
| --- | --- |
| ܠܵܐ ܬܘܼܡܸܡܹܐܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܠܹܐ ܝܠܵܗܿ ܡܵܨܝܵܢܬܵܐ ܕܦܵܝܫܵܐ ܬܘܼܫܪܸܪܬܵܐ ܩܵܐ ܣܲܒܵܒܹܐ ܬܸܩܢܝܼܩܵܝܹܐ ܘܣܢܝܼܩܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܕܦܵܝܫܵܐ ܬܢܝܼܬܵܐ. | * ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܕܥܵܒܼܕܝܼܬܘܿܢ ܬܢܵܝܬܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐܝܼܡܲܢ ܕܩܲܒܠܝܼܬܘܿܢ ܚܲܕ ܡܲܕܟܼܸܪܵܢܵܐ ܡܼܢ NCSR ܝܲܢ ܡܼܢ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ.
 |
| ܩܸܢܛܵܐ ܪܵܒܵܐ ܟܘܼܦܵܐܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟ݂ܘܿܢ ܠܵܐ ܡܘܼܫܟ݂ܸܚܠܵܗ̇ ܦܠܵܛܹ̈ܐ ܡܲܙܕܸܥܵܢܸܐ. ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܪܹܐܙܵܢܵܝܬܵܐ ܟܠ 2 ܫܸܢܹܐ ܐܵܢܲܢܩܵܝܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܠܨܲܚܨܘܼܝܹܐ ܒܘܼܬ ܫܘܼܚܠܵܦܹܐ ܕܒܸܗܘܵܝܵܐ ܝܢܵܐ ܟܲܕ ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܥܒ݂ܵܪܵܐ ܝܬܘܿܢ ܒܫܸܢܹܐ. | * ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܦܵܝܫܝܼܬܘܿܢ ܡܘܼܕܸܥܹܐ ܕܠܲܝܬ ܡܲܫܟܼܲܚܝܵܬܹܐ ܡܲܙܕܸܥܵܢܹܐ ܘܕܐܲܚܬܘܿܢ ܓܵܪܸܓ ܥܵܒܼܕܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ 2 ܫܸܢܹܐ.
* ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܩܲܒܠܝܼܬܘܿܢ ܚܲܕ ܡܲܕܟܼܸܪܵܢܵܐ ܡܼܢ NCSR ܘ \ ܝܲܢ ܡܼܢ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܐܝܼܡܲܢ ܕܡܵܛܝܵܐ ܥܸܕܵܢܵܐ ܕܥܵܒ݂ܕܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ **2 ܫܸܢܹܐ**.
* ܐܲܚܬܘܿܢ ܣܢܝܼܩܹܐ ܝܬܘܿܢ ܕܕܵܥܪܝܼܬܘܿܢ ܠܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ 2 ܫܹܢܹܐ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܠܚܝܼܡܘܼܬܵܘܟܼܘܿܢ ܘܕܫܵܩܠܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܛܠܵܒܬܵܐ ܩܵܐ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT ܒܚܲܕ ܒܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ. ܬܲܫܥܝܼܬܵܐ ܕܬܲܢܬܲܢܬܵܐ ܠܹܐ ܝܠܵܗܿ ܣܢܝܼܩܬܵܐ ܕܦܵܝܫܵܐ ܡܩܘܼܝܡܸܢܬܵܐ ܚܕܵܐ ܓܵܗܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ.
 |
| ܩܸܢܛܵܐ ܟܘܼܦܵܐܚܲܕ ܩܸܛܪܵܐ ܦܝܼܫܠܹܗ ܡܘܼܫܟܼܚܵܐ ܓܵܘ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܐܝܼܢܵܐܡܸܬܗܵܝܵܢܘܼܬܘܿܐ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟܼܘܿܢ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܟܘܼܦܬܵܐ ܝܠܵܗ̇. ܐܲܚܬܘܿܢ ܣܢܝܼܩܹܐ ܝܬܘܿܢ ܕܥܵܒ݂ܕܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ 12 ܝܲܪܚܹܐ. | * NCSR ܠܵܐ ܒܸܕ ܝܵܗܒ݂ܝܼܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܦܠܵܛܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܐܝܼܢܵܐ ܒܸܕ ܚܲܦܛܝܼ ܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܗܲܡܙܸܡܝܼܬܘܿܢ ܥܲܡ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܒܘܼܬ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ.
* NCSR ܒܸܕ ܡܲܕܟܼܸܪܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܐܝܼܡܲܢ ܕܝܼܠܵܗܿ ܥܸܕܵܢܵܐ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܚܕܵܐ ܓܵܗܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ **12 ܝܲܪܚܹܐ**.
* ܐܝܼܡܲܢ ܕܩܲܒܠܝܼܬܘܿܢ ܠܹܗ ܡܲܕܟܼܸܪܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ، ܒܸܕ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܕܕܵܥܪܝܼܬܘܿܢ ܠܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܠܚܝܼܡܘܼܬܵܘܟܼܘܿܢ ܘܕܫܵܩܠܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܛܠܵܒܬܵܐ ܩܵܐ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT ܒܚܲܕ ܒܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ.
 |
| ܩܸܢܛܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܠܡܸܨܥܵܝܵܐ ܝܲܢ ܩܸܢܛܵܐ ܡܸܨܥܵܝܵܐܚܲܕ ܩܸܛܪܵܐ ܝܲܢ ܩܸܛܪܹܐ ܦܝܼܫܠܗܘܿܢ ܡܫܟܼܝܼܚܹܐ ܓܵܘ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܕܣܢܝܼܩܹܐ ܝܢܵܐ ܠܡܲܪܗܵܝܬܵܐ ܕܥܲܝܢܵܐ ܥܲܠܲܝܗܝ ܒܘܼܫ ܪܵܒܵܐ ܓܵܗܹܐ. ܬܠܝܼܬܵܐ ܝܠܵܗ̇ ܥܲܠ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ، ܐܝܼܢܵܐ ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܕܥܵܒܼܕܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ 3 ܝܲܢ 6 ܝܲܪܚܹܐ. | * NCSR ܠܵܐ ܒܸܕ ܝܵܗܒ݂ܝܼܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܦܠܵܛܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܐܝܼܢܵܐ ܒܸܕ ܚܲܦܛܝܼ ܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܗܲܡܙܸܡܝܼܬܘܿܢ ܥܲܡ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܒܘܼܬ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ.
* NCSR ܒܸܕ ܡܲܕܟܼܸܪܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܐܝܼܡܲܢ ܕܝܼܠܵܗܿ ܥܸܕܵܢܵܐ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܚܕܵܐ ܓܵܗܵܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܬܵܐ ܡ̣ܢ ܒܵܬ݇ܪ **3 ܝܲܢ 6 ܝܲܪܚܹܐ**. ܐܲܚܬܘܿܢ ܒܸܕ ܣܵܢܩܝܼܬܘܿܢ ܕܕܵܥܪܝܼܬܘܿܢ ܠܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܠܚܝܼܡܘܼܬܵܘܟܼܘܿܢ ܘܕܫܵܩܠܝܼܬܘܿܢ ܚܕܵܐ ܛܠܵܒܬܵܐ ܩܵܐ ܚܕܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕ CT ܒܚܲܕ ܒܣܸܪܦܵܐ ܟܘܼܦܵܐ.
 |

| **ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ** | **ܦܵܣܘܿܥܝܵܬܹܐ ܐܵܬܝܵܢܹܐ** |
| --- | --- |
| ܩܸܢܛܵܐ ܪܵܡܵܐ ܝܲܢ ܪܵܒܵܐ ܪܵܡܵܐܚܲܕ ܩܸܛܪܵܐ ܝܲܢ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܩܸܛܪܹܐ ܦܝܼܫܠܗܘܿܢ ܡܫܟܼܝܼܚܹܐ ܓܵܘ ܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ ܕܣܢܝܼܩܹܐ ܝܢܵܐ ܕܦܵܝܫܝܼ ܨܘܼܚܨܸܝܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ. ܐܵܗܵܐ ܠܹܐ ܝܠܵܗܿ ܡܲܥܢܵܝܹܗ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟܼܘܿܢ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ. ܐܝܼܬ ܩܸܢܛܵܐ ܒܘܼܫ ܪܵܡܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ، ܩܵܐ ܒܘܼܬ ܗܵܕܟܼܵܐ ܐܵܢܲܢܩܵܝܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܗܵܕܪܝܼܬܘܿܢ ܠܟܠܲܝܗܝ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ. | * NSCR ܒܸܕ ܚܲܦܛܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܗܲܡܙܸܡܝܼܬܘܿܢ ܥܲܡ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܒܘܼܬ ܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܘܟܼܘܿܢ. ܐܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܒܸܕ ܥܵܒܼܹܕ ܬܢܵܝܬܵܐ ܕܓܲܫܲܩܬܵܐ ܥܲܠ ܬܲܫܪܵܪܵܐ ܕܐܵܣܝܘܼܬܵܐ ܕܙܲܗܪܝܼܪܹܐ ܘܡܲܦܫܸܛܠܵܘܟ݂ܘܿܢ ܕܚܵܙܝܼܬܘܿܢ ܚܲܕ ܡܸܬܕܲܠܵܢܵܐ ܩܵܐ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ.
 |
| ܡܲܫܟܼܲܚܝܵܬܹܐ ܙܵܘܕܵܢܹܐ ܕܦܵܝܫܝܼ ܨܘܼܚܨܸܝܹܐ ܕܠܹܐ ܝܢܵܐ ܐ݇ܣܝܼܪܹܐ ܒܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܡܵܨܝܵܐ ܚܵܙܝܵܐ ܗܲܕܵܡܹܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܢܹܐ ܕܦܲܓܼܪܵܐ ܒܪܹܫ ܚܙܵܝܬܵܐ ܕܪܵܐܬܵܘܵܬܹܐ، ܒܸܚܒܼܵܫܵܐ ܩܕܵܠܵܐ، ܨܲܕܪܵܐ ܘܣܲܗܡܵܐ ܥܸܠܵܝܵܐ ܕܟܲܪ݇ܣܵܐ. ܚܲܕܟܡܵܐ ܓܵܗܹܐ ܐܲܝܵܐ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܡܵܨܝܵܐ ܡܲܚܙܹܝܵܐ ܡܲܫܟܼܲܚܝܵܬܹܐ ܓܵܘ ܪܵܐܬܹܐ (ܚܲܕ ܡܸܢܕܝܼ ܐ݇ܚܹܪ݇ܢܵܐ ܫܒܼܘܿܩ ܡܼܢ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ، ܐܲܝܟܼ ܢܦܵܚܬܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ)، ܝܲܢ ܠܒܼܲܕܲܪ ܡܼܢ ܪܵܐܬܵܘܵܬܹܐ (ܚܲܕ ܡܸܢܕܝܼ ܐܲܝܟܼ ܡܲܪܥܵܐ ܕܠܸܒܵܐ). NSCR ܒܸܕ ܚܲܦܛܝܼܠܵܘܟܼܘܿܢ ܕܚܵܙܝܼܬܘܿܢ ܠܹܗ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܩܵܐ ܕܕܵܪܫܝܼܬܘܿܢ ܠܗܘܿܢ ܦܵܣܘܿܥܝܵܬܹܐ ܐܵܬܝܵܢܹܐ. | * ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܒܸܕ ܗܲܡܙܸܡ ܥܲܡܵܘܟܼܘܿܢ ܒܘܼܬ ܣܢܝܼܩܘܼܬܵܐ ܠܐܲܝܢܝܼ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܢܹܐ ܕܗܵܘܝܼ ܘܦܵܣܘܿܥܝܵܬܹܐ ܐܵܬܝܵܢܹܐ. ܚܕܵܐ ܡܲܫܟܼܲܚܬܵܐ ܙܵܘܕܵܢܬܵܐ ܠܹܐ ܝܠܵܗܿ ܡܲܥܢܵܝܘܿܗܿ ܐܵܢܲܢܩܵܐܝܼܬ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܠܹܐ ܡܵܨܝܼܬܘܿܢ ܡܲܟܡܸܠܝܼܬܘܿܢ ܠܫܲܪܲܟܬܵܘܟ݂ܘܿܢ ܓܵܘ ܚܘܼܪܙܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ.
 |

## ܥܲܡ ܡܵܢܝܼ ܡܵܨܹܝܢ ܐܵܢܵܐ ܗܲܡܙܸܡܸܢ ܠܸܛܠܵܒܵܐ ܣܢܵܕܬܵܐ؟

ܥܝܵܕܵܝܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܕܗܵܘܝܼܬܘܿܢ ܢܝܼܓܵܪܵܢ ܐܝܼܡܲܢ ܕܫܲܘܬܸܦܝܼܬܘܿܢ ܓܵܘ ܚܲܕ ܚܘܼܪܙܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ. ܡܵܨܝܵܢܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܕܗܵܘܝܵܐ ܚܕܵܐ ܥܸܕܵܢܵܐ ܕܫܓܼܝܼܫܘܼܬܵܐ ܟܲܕ ܒܸܣܒܵܪܵܐ ܠܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܘܒܸܩܢܵܝܵܐ ܠܦܠܵܛܹܐ ܕܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ. ܐܸܢ ܒܲܣܡܵܐܠܵܘܟܼܘܿܢ ܗܲܡܙܸܡܘܼܢ ܥܲܡ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܒܘܼܬ ܐܲܝܢܝܼ ܢܸܓܵܪܵܢܘܼܝܵܬܹܐ ܕܐܲܚܬܘܿܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟܼܘܿܢ.

ܥܒܼܵܕܬܵܐ ܕܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ **ܟܠ ܬܪܹܝܢ ܫܸܢܹܐ** (ܝܲܢ ܐܲܝܟܼ ܕܦܝܼܫܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܡܘܼܚܫܸܚܬܵܐ ܒܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ) ܝܼܠܵܗܿ ܗܿܝ ܐܘܼܪܚܵܐ ܒܘܼܫ ܨܦܵܝܝܼ ܠܡܲܫܟܼܘܼܚܹܐ ܣܲܪܲܛܵܢܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܡܼܢ ܩܵܕܡ ܥܸܕܵܢܵܐ، ܐܝܼܡܲܢ ܕܕܲܪܡܲܢܬܹܗ ܝܼܠܵܗ̇ ܒܘܼܫ ܗܲܣܵܢܵܝ.

### ܫܲܘܦܹܐ ܐܸܠܸܟܬܪܘܿܢܵܝܹܐ

ܣܢܵܕܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܗܵܘܢܵܐ:

[/https://www.medicarementalhealth.gov.au](https://www.medicarementalhealth.gov.au/)

ܚܸܠܡܲܬ ܕܣܢܵܕܬܵܐ ܩܵܐ ܐ݇ܢܵܫܹܐ ܥܵܡܪܵܢܹܐ ܐܵܨܠܵܝܹܐ ܘܚܵܝܵܢܹܐ ܕܓܲܙܲܪܝܵܬܹܐ ܕܡܲܥܠܵܐ ܕܬܘܼܪܸܣ:

[www.13yarn.org.au](http://www.13yarn.org.au)

**Quitline**

[www.quit.org.au](http://www.quit.org.au)

### ܚܘܼܛܹܐ ܫܲܚܝܼܢܹܐ ܒܥܸܕܵܢܹܐ ܕܥܪܝܼܨܘܼܬܵܐ (Crisis hotlines)

**Beyond Blue**

636 224 1300

ܠܵܝܦ̮ܠܵܝܢ (**Lifeline**)

14 11 13

13YARN

76 92 13

### ܣܢܵܕܝܵܬܹܐ ܟܢܘܼܫܬܵܢܵܝܹܐ ܐ݇ܚܹܪ݇ܢܹܐ

ܡܵܘܬܒܼܵܐ ܕܣܲܪܲܛܵܢܵܐ (**Cancer Council**)

20 11 13

ܫܘܼܬܐܵܣܵܐ ܕܪܵܐܬܵܐ ܕܐܘܿܣܬܪܵܠܝܵܐ (**Lung Foundation Australia**)

301 654 1800

**Quitline**

48 78 13

ܒܵܠܵܘܟܼܘܿܢ ܠܨܵܘܒܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ (**Head to Health**)

212 595 1800

ܚܸܠܡܲܬܹܐ ܕܣܢܵܕܬܵܐ ܒܘܼܫ ܙܵܘܕܵܐ ܡܵܨܝܵܢܬܵܐ ܝܠܵܗܿ ܡܲܫܟܼܲܚܬܲܝܗܝ ܥܲܠ ܫܲܘܦܵܐ ܐܹܠܸܟܬܪܘܿܢܵܝܵܐ:

[www.health.nsw.gov.au/mentalhealth/services/Pages/support-contact-list.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/mentalhealth/services/Pages/support-contact-list.aspx)

## ܡܘܿܕܝܼ ܐܸܢ ܐܵܢܵܐ ܡܢܲܣܘܼܝܹܐ ܝܘܸܢ ܢܝܼܫܲܢܩܹܐ؟

ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܠܹܐ ܝܠܵܗܿ ܠܚܝܼܡܬܵܐ ܩܵܐ ܟܠܚܲܕ ܕܐܝܼܬܠܹܗ ܢܝܼܫܲܢܩܹܐ ܐܲܡܝܼܢܵܝܹܐ ܠܵܐ ܦܘܼܫܩܹܐ، ܒܸܚܒܼܵܫܵܐ ܐܵܢܝܼ ܕܒܐܸܠܬܸܚܬ. ܐܲܢܹܐ ܐ݇ܢܵܫܹܐ ܣܢܝܼܩܹܐ ܝܢܵܐ ܠܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ ܦܪܝܼܫܹܐ.

ܐܸܢ ܐܲܚܬܘܿܢ ܐܝܼܬܠܵܘܟܼܘܿܢ ܐܲܝܢܝܼ ܡܼܢ ܕܐܲܢܹܐ ܢܝܼܫܲܢܩܹܐ، ܐܵܦ ܐܸܢ ܨܲܚܨܵܝܬܵܐ ܐ݇ܚܵܪܵܝܬܵܐ ܕܨܲܕܪܵܐ ܝܼܗܘܵܐ ܩܸܢܛܵܐ ܪܵܒܵܐ ܟܘܼܦܵܐ ܝܲܢ ܐܲܚܬܘܿܢ ܝܼܬܘܿܢ ܒܹܝܠ ܨܲܚܨܵܝܵܬܹܐ، ܐܸܢ ܒܲܣܡܵܐܠܵܘܟܼܘܿܢ ܗܲܡܙܸܡܘܼܢ ܥܲܡ ܡܙܲܘܸܕܵܢܵܐ ܕܝܲܨܝܼܦܘܼܬܵܐ ܕܚܘܼܠܡܵܢܵܐ ܕܕܝܼܵܘܟܼܘܿܢ ܚܲܕܪܹܫܵܐ.

* ܚܲܕ ܫܥܵܠܵܐ (ܫܵܘܒܵܐ) ܚܲܕܬܵܐ ܝܲܢ ܫܘܼܚܠܸܦܵܐ
* ܒܸܫܥܵܠܵܐ ܕܸܡܵܐ
* ܒܸܗܘܵܝܵܐ ܟܸܪܝܘܼܬܵܐ ܕܢܲܦܲܣ ܕܠܵܐ ܚܲܕ ܣܲܒܵܒ
* ܒܸܟܟ̰ܵܚܵܐ ܪܵܒܵܐ
* ܒܨܵܪܬܵܐ ܕܝܘܼܩܪܵܐ ܕܦܲܓ݂ܪܵܐ ܠܵܐ ܦܘܼܫܸܩܬܵܐ
* ܡܲܪܥܵܐ ܓܵܘ ܨܲܕܪܵܐ ܝܲܢ ܪܸܦ̮ܫܵܐ ܕܠܹܐ ܝܠܹܗ ܒܸܟܠܵܝܵܐ

|  |  |
| --- | --- |
| 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) |