



**Australian Government**  
**Department of Health**

**ສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸດ້ານ COVID19**

ເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ເຮົາຕ້ອງໃຫ້ການອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸໃນລະຫວ່າງມີການແຜ່ລະບາດຂອງໂຄໂຣນາໄວຣັສ. ສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸດ້ານ COVID19 ຊ່ວຍເຫຼືອໃຫ້ຜູ້ສູງອາຍຸ, ຜູ້ທີ່ເຂົາເຈົ້າຮັກແພງ ແລະ ຜູ້ດູແລເຂົາເຈົ້າໃຫ້ໄດ້ສືບຕໍ່ຜົວເັນແລະສືບຕໍ່ໃນການໄດ້ຮັບບໍລິການທີ່ພວກເຂົາເຈົ້າຕ້ອງການໃນລະຫວ່າງການແຜ່ລະບາດນີ້. ສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸຊ່ວຍເຫຼືອແລະຄໍາແນະນໍາທີ່ນໍາມາໃຊ້ໃຕ້ຈິງໄດ້.

ທ່ານສາມາດຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບຂໍ້ຫ້າມດ້ານໂຄໂຣນາໄວຣັສ, ຊອກເອົາຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບບໍລິການອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸ ຫຼື ເວົ້າລົມກັບໃຜຜູ້ໜຶ່ງກ່ຽວກັບສຸຂະພາບທາງດ້ານຈິດໃຈ. ຜູ້ໃດທີ່ມີຄວາມເປັນຫວັງກ່ຽວກັບຕົນເອງ, ໝູ່ເພື່ອນຫຼືຄົນໃນຄອບຄົວທີ່ຢູ່ໃນສະພາບຄວາມຈໍາເສື່ອມ, ສາມາດໂອ້ລົມກັບຜູ້ໃຫ້ຄໍາແນະນໍາທີ່ຖືກຮັບຮູ້ຈາກພະແນກໂຮກຄວາມຈໍາເສື່ອມແຫ່ງອອສຕຣາລີຍາໄດ້ ທາງສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງນີ້.

ສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸ, ຍາດພີ່ນ້ອງ, ຜູ້ດູແລ, ໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ການອຸ້ມອຸຜູ້ສູງເຂົາເຈົ້າ. ບໍລິການທາງໂທຣະສັບພຣີ ແມ່ນເປີດແຕ່ວັນຈັນຫວັນສຸກ, ນອກຈາກວັນພັກຮາຊການ, ແຕ່ 8.30 ໂມງ ຕອນເຊົ້າ ຫາ 6 ໂມງແລງ. ທ່ານສາມາດໂທຣະສັບຫາສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງໄດ້ທີ່ເລກໂທ 1800 171 866.

ຖ້າທ່ານບໍ່ສາມາດເວົ້າພາສາອື່ນທີ່ບໍ່ແມ່ນພາສາອັງກິດ, ນາຍພາສາກໍສາມາດຊ່ວຍທ່ານໄດ້. ຂໍໃຫ້ທ່ານໂທຣະສັບຫາພະແນກບໍລິການແບບເອກະສານແລະແບບພາສາໄດ້ທີ່ 131 450 ແລະຂໍເອົາພາສາຂອງທ່ານ. ໂດຍການເວົ້າເປັນພາສາຂອງທ່ານເອງ, ທ່ານສາມາດຂໍໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຊ່ວຍທ່ານຜົວເັນຫາ ສາຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸດ້ານ Covid19.

**ໂຄງການຍື່ນຍາມໂດຍອຸມຊົນ**

ໂຄງການຍື່ນຍາມໂດຍອຸມຊົນຊ່ວຍຜູ້ສູງອາຍຸຄົນອອສຕຣາລີຍາໂດຍການມອບມິດຕະພາບ, ການມາຢູ່ເປັນເພື່ອນ ແລະ ຊ່ວຍໃຫ້ຜົວເັນກັບສັງຄົມ. ໂຄງການນີ້ເຊື່ອມຕໍ່ຜູ້ຕ້ອງການກັບບັນດາອາສາສະໝັກເພື່ອໃຫ້ອາສາສະໝັກມາຢູ່ເປັນເພື່ອນກັບເຂົາເຈົ້າ, ຍ່າງສະໝໍາສະເໝີ. ໃນລະຫວ່າງທີ່ເຊື່ອໂຄໂຣນາໄວຣັສກໍາລັງລະບາດ, ອາດຈະມີການພົວພັນທາງໂທຣະສັບ ຫຼື ວິດີໂອເມື່ອການພົບກັນແບບ ໜ້າຕໍ່ໜ້າ ບໍ່ສາມາດກະທໍາໄດ້ ຍ້ອນກົດລະບຽບຕ້ອງຢູ່ຫ່າງກັນທາງຮ່າງກາຍ.

ການພົວພັນທາງສະໝໍາສະເໝີກັບອາສາສະໝັກສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ຄົນທີ່ຕ້ອງການຮູ້ສຶກວ່າຍັງມີຄົນຮັບຟັງຕົນແລະຍັງຈະຊ່ວຍອຸ້ມອຸຜູ້ສູງອາຍຸທີ່ຮູ້ສຶກໂດດດ່ຽວແລະບ່ຽວພອຍ. ໂຄງການຍື່ນຍາມໂດຍອຸມຊົນແມ່ນບໍລິການພຣີສໍາລັບຜູ້ສູງອາຍຸທີ່ກໍາລັງໄດ້ຮັບຫຼືກໍາລັງຍື່ນຂໍການດູແລຢູ່ເຮືອນຫຼືຜູ້ທີ່ຢູ່ບ້ານພັກຄົນລະຮາທີ່ໄດ້ຮັບການອຸປະຖໍາຈາກລັດຖະບານ.

ຜູ້ສູງອາຍຸເອງກໍສາມາດຂໍເຂົ້າໃຊ້ບໍລິການຂອງໂຄງການຢັ້ງຢືນຍາມໂດຍຊຸມຊົນນີ້ໄດ້. ການສະເໜີຂໍໃຊ້ບໍລິການອາດຈະມາຈາກ  
ພະແນກໃຫ້ບໍລິການດູແລຜູ້ສູງອາຍຸ, ສະມາຊິກໃນຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ. ເພື່ອເອົາຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ, ຈົ່ງເຂົ້າໄປເບິ່ງ  
[www.health.gov.au/communityvisitorscheme](http://www.health.gov.au/communityvisitorscheme)

**ການມີສຸຂະພາບຈິດທີ່ດີ**

ໂຄໂຣນາໄວຣັສນັ້ນແມ່ນໄດ້ເຮັດໃຫ້ມີການປ່ຽນແປງຫຼາຍຢ່າງຕໍ່ວິຖີການດໍາລົງຊີວິດຂອງເຮົາ. ການໄດ້ໂອ້ນລືມກັບຄອບຄົວແລະ  
ໝູ່ເພື່ອນຫຼືທ່ານໝໍຂອງທ່ານສາມາດຊ່ວຍໄດ້ຖ້າທ່ານຮູ້ສຶກກັງວົນ, ປ່ຽວພອຍ, ສັບສົນ ຫຼື ຢ້ານກົວ. ເພື່ອຊອກເອົາຂໍ້ມູນ, ຄໍາ  
ແນະນໍາ, ແລະ ການບໍລິການອຸ້ມອຸຮ່ຳຢ່າງຫຼາກຫຼາຍ, ຈົ່ງເຂົ້າໄປເບິ່ງ [www.headtohealth.gov.au](http://www.headtohealth.gov.au)

**ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ**

ເປັນສິ່ງສໍາຄັນທີ່ທ່ານຕ້ອງເອົາຂໍ້ມູນຈາກແຫຼ່ງທີ່ເປັນທາງການ. ຈົ່ງເຂົ້າໄປເບິ່ງ  
[www.health.gov.au/resources/translated](http://www.health.gov.au/resources/translated) ຫຼືໂທຮະສັບຫາສາຍຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານໂຄໂຣນາໄວຣັສທີ່ 1800 020 080.

ໃຫ້ດາວໂຫຼດແອັບ COVIDSafe ເພື່ອຊ່ວຍຄອບຄົວ, ໝູ່ເພື່ອນແລະຊຸມຊົນຂອງທ່ານໃຫ້ປອດໄພ. ນອກຈາກພາສາອັງກິດ  
ແລ້ວ, ແອັບ COVIDSafe ຍັງມີໃຫ້ເປັນພາສາ ອາຮາບິກ, ພາສາຈີນແບບໃໝ່ແລະແບບເກົ່າ, ຫວຽດນາມ, ເກົາຫຼີ, ອິຕາ  
ລຽນ, ກຣີກ, ປູນຈາບ ແລະ ເຕີກິສ. ທ່ານສາມາດດາວໂຫຼດແອັບນີ້ໄດ້ທີ່ Apple App store ຫຼື Google Play store.  
ທ່ານສາມາດຂໍໃຫ້ຄອບຄົວຫຼືໝູ່ເພື່ອນຫຼືພະນັກງານດູແລຜູ້ສູງອາຍຸ ດາວໂຫຼດແອັບນີ້ໃຫ້.