australian centre for grief and bereavement

இறப்பு மற்றும் துக்கம்

'இறப்பு மற்றும் துக்கத்திற்கான ஆஸ்திரேலிய மையம்'

'கோவிட்-19'-இன் தாக்கங்களினால் ஏற்பட்ட துக்கம், இழப்பு அல்லது இறப்பு ஆகியவற்றிற்குப் பல வயதில் மூத்த ஆஸ்திரேலியர்கள் ஆட்பட்டுக்கொண்டிருக்கக்கூடும்.

உதவி நாடுவதில் ஒன்றும் தவறில்லை, துக்கம், இழப்பு மற்றும் இறப்பு ஆகியவற்றிற்கான ஆதரவுதவி சேவைகள் உங்களுக்குக் கிடைக்கும். தொலைபேசி மூலமான அறிவுரையாலோசனைக்கு **1800 222 200** -ஐ அழையுங்கள், அல்லது இதற்கான வழிவகைகள் அல்லது இறப்பு குறித்த ஆலோசனைப் பயிற்சியாளர் ஒருவரைக் கண்டறிய **www.aged.grief.org.au** எனும் வலைத்தலத்திற்குச் செல்லுங்கள். உங்களுடைய அன்பிற்குரிய ஒருவருக்கு ஆதரவுதவியாக இருப்பது பற்றிய அறிவுரையைப் பெற **'My Grief'** எனும் செயலியை வலையிறக்கம் செய்துகொள்ளுங்கள்.

அனைத்து சேவைகளும் இலவசமானவை, இரகசியமானவை மற்றும் மக்களுடைய கலாசாரம், மதம், தனித்துவ-அடையாளம் மற்றும் வாழ்க்கைப் பாணிகள் ஆகியவற்றை மதிக்கும் விதத்திலானவை.

துக்கம் மற்றும் இறப்பு

1800 222 200
www.aged.grief.org.au

'மறதிநோய் நடத்தை-முறைகள் குறித்த ஆதரவுதவி'

1800 699 799
www.dementia.com.au

அதிர்ச்சியால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான மூலவளங்கள்

www.phoenixaustralia.org/aged-care

'அறிவுரை மற்றும் பரிந்துரை சேவை'

1800 700 600
www.opan.com.au

Translations and accessibility

'மொழிபெயர்ப்பு மற்றும் மொழிபெயர்த்துரைப்பு சேவை'(TIS)க்கு 131 450-ஐ அழைத்து உங்கள் மொழியில் பேசுவதற்கான இணைப்பை ஏற்படுத்தித் தருமாறு கேளுங்கள்.

'ஆஸ்லன் இணைப்புகள்' ஐப் பெற interpreter. bookings@deafservices.org.au எனும் முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் செய்யுங்கள், 07 38928511-இற்கு தொலைநகல் அனுப்புங்கள் அல்லது 0407 647 591-இற்கு குறுஞ்செய்தி (SMS) அனுப்புங்கள்.

தற்போது நடைமுறையிலுள்ள மனநல சேவைகளுக்குக் கூடுதலாக இந்த 'துக்கம் மற்றும் அதிர்வூட்டும் நிகழ்வு ஆதரவுதவித் திட்ட'சேவைகள் அமைகின்றன. 'உயிர்காப்பு இணைப்பு' (Lifeline) www.lifeline.org.au மற்றும் 'பியோண்ட்-ப்ளூ' (Beyond Blue) www.beyondblue.org.au ஆகிய சேவைகளின் மூலம் நெருக்கடி-கால ஆதரவுதவி சேவைகள் கிடைக்கின்றன. 'ஹெட்-டு-ஹெல்த்' (Head to Health): www.headtohealth.gov.au-ஐப் பாருங்கள், அல்லது உங்களுடைய பொது மருத்துவ(GP)ருடன் பேசுங்கள்.

Ageing and Aged Care
Grief and Trauma Support

Tamil

Australian Government

முதியோர் இல்லத்தில் 'கோவிட்-19' ஆல் பாதிக்கப்பட்டுள்ளீர்களா?

முதியோர் இல்லப் பராமரிப்பில் வசிப்பவர்கள் மற்றும் முதியோர் பராமரிப்பு சேவைகளைப் பெறுபவர்கள், அவர்களது குடும்பத்தினர், அவர்கள் விரும்பும் குடும்பம், நண்பர்கள், அன்பிற்கு உரியவர்கள், சமூக வருகையாளர்கள் மற்றும் பிரதிநிதிகள் மற்றும் முதியோர் பராமரிப்புப் பணியாளர்கள் ஆகியோருக்கு நேரடியான, தொலைபேசி மற்றும் இணையம் வாயிலான உதவிகள் கிடைக்கும்.

australian centre for grief and bereavement · DS Dementia Support Australia · OPAN · Phoenix Australia

‘கோவிட்-19’-ஆல் பாதிக்கப்பட்டுள்ளீர்களா?

இலவச உதவி கிடைக்கும்.

Phoenix AUSTRALIA | CENTRE FOR POSTTRAUMATIC MENTAL HEALTH

அதிர்ச்சியால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான மூலவளங்கள்

‘ஃபீனிக்ஸ் ஆஸ்திரேலியா’

பழைய அல்லது புதியதொரு உணர்வுபூர்வ அதிர்ச்சி ஒன்றினை ‘கோவிட்-19’ ஏற்படுத்தியிருக்கலாம். இதிலிருந்து சிலர் மீளும் அதே வேளையில், மற்றவர்களுக்கு மன நலப் பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டு அவர்களுக்கு உதவி தேவைப்படக்கூடும்.

அதிர்வூட்டும் அனுபவங்களால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும், அவர்களைப் பராமரிப்பவர்களுக்கும் ஆதரவுதவியளிப்பதற்கான தகவல்களையும், சாதனங்களையும் ‘ஃபீனிக்ஸ் ஆஸ்திரேலியா’ (Phoenix Australia) எனும் அமைப்பு அளிக்கிறது. வயதானவர்கள், அவர்களது குடும்பத்தினர்கள் மற்றும் பராமரிப்பாளர்கள் ஆகியோருக்கான அதிர்ச்சி மற்றும் துக்கம் குறித்த தகவல்கள் இந்த மூலவளங்களில் உள்ளடங்கும். முதியோர் பராமரிப்புப் பணியாளர் மற்றும் நிர்வாகிகளுக்கான தகவல் ஏடுகள், வலைக்-கருத்தரங்குகள் மற்றும் பயிற்சிகள் ஆகியனவும் கிடைக்கின்றன.

உதவி தேவையா? அதை நாடுங்கள்:
www.phoenixaustralia.org/aged-care

DS Dementia Support Australia

‘மறதிநோய் நடத்தை- ஆதரவுதவி’

‘ஆஸ்திரேலிய மறதிநோய் ஆதரவுதவி’

‘கோவிட்-19’ கட்டுப்பாடுகளின் காரணமாக முதியோர் இல்லங்களில் வாழும் மறதிநோய் உள்ளவர்களுடைய நடத்தைப்பாங்குகள் மாறியிருக்கலாம்.

விசேட கலந்தாலோசனையாளர்கள், மருத்துவ உதவி, திட்டங்கள் மற்றும் யுக்திகள், அறிவுரை மற்றும் தகவல் சேவைகள் ஆஸ்திரேலியாவெங்கும் நாளுக்கு 24 மணி நேரமும் கிடைக்கின்றன.

ஒருவரது மாறிவிட்ட நடத்தை-முறைகளைக் கட்டுப்படுத்துவதில் உதவி தேவையா? **1800 699 799**-ஐ அழையுங்கள் அல்லது **www.dementia.com.au**-ஐப் பாருங்கள்.

OPAN | Older Persons Advocacy Network

‘அறிவுரை மற்றும் பரிந்துரை’

‘மூத்தோர் பரிந்துரை வலைஅமைப்பு’
(Older Persons Advocacy Network (OPAN))

OPAN என்பது அரசாங்கம் மற்றும் முதியோர் பராமரிப்பு சேவை வழங்குநர்களிடமிருந்துத் தனித்தியங்கும் சுயாதீன சேவையாகும். முதியோர் பராமரிப்புப் பரிந்துரைகள், கோவிட்-19’ குறித்த இலவச மற்றும் இரகசிய அறிவுரை மற்றும் பரிந்துரை சேவைகளை இந்த வலைஅமைப்பு அளிக்கிறது.

1800 700 600 இல் தொடர்புகொள்ளுங்கள், அல்லது இலவச மற்றும் இரகசிய பரிந்துரை மற்றும் அறிவுரை சேவைகளுக்கு **www.opan.com.au** ஐப் பாருங்கள்.