



ጓህያ ሓዘንን ብሞት ምፍላይ

ንጓሂ ሓዘንን ብሞት ምፍላይ ማእከል አውስትራሊያ

ብዙሕ ብዕድመ ዓባይቲ ዝኾኑ አውስትራሊያውያን ብሰንኪ ኮቪድ/ COVID-19 ጸገም ከቢድ ጓህያ ሓዘን ወይኻዓ ትፈትዎ ብሞት ስኢኖም ይኾኑ እዮም።

ሓገዝ ምሕታት ጽቡቕ እዩ። ብጓህያ ሓዘን፤ ብሞት ንዝተፈለየ ናይ ደገፍ አገልግሎታት ይዳለዉ እዩ። ብስልኪ ጌርኻ ናይ ምኽሪ አገልግሎት ንምርካብ ብቁፅሪ **1800 222 200** ደዊልኻ ምዝርራብ፤ ንመገልገሊ ምንጪታት ወይኻዓ ብሞት ንዝተፈለየ ሓገዝ ናይ ሰበሞያ ንምርካብ ኣብ ድረገጽ፡ **www.aged.grief.org.au** ኣቲኻ ብናይ ‘ናተይ ሓዘን/My Grief’ ኣፕ/ app ጸቂጥኻ ምውጻእ።

ኩሎም አገልግሎታት ብናጸን ሚስጢራዊ ከምዝኾነን እሞ ሰባት ብዘለዎም ባሕሊ፤ ሓይማኖትን ኣነባብሮ ሜላታት ክብሪ ከምዝህብዎ እዩ።

ጓህያ ሓዘንን ብሞት ምፍላይ

ስልኪ፡ 1800 222 200

ድረገጽ፡ www.aged.grief.org.au

ዓቢ ናይ ኣእምሮ ምስሓት ባሕሪ ደገፍ

ስልኪ፡ 1800 699 799

ድረገጽ፡ www.dementia.com.au

ንሕማቕ ዘጭንቕ ተመኰሮ ቀረባት ሓገዝ

ድረገጽ፡ www.phoenixaustralia.org/aged-care

ምኽሪን ንደገፍ ምሕላቕ

ስልኪ፡ 1800 700 600

ድረገጽ፡ www.opan.com.au

ንትርጉምን መገልገሊ ምርካብ

ንትርጉምን ኣስተርጓሚ አገልግሎት (TIS) ብስልኪ 131 450 ጌርኻ ምድዋልን ብናትኻ ቋንቋ ንክራኽቡኻ ምሕታት።

ንእውስላን/Auslan መራኽቢ ብስልኪ 1300 010 877 ምድዋል፤

ብኢሜል፡ interpreter.bookings@deafservices.org.au

ብፋክስ፡ 07 3892 8511 ወይኻዓ ብስምስ/

SMS 0407 647 591 ምጥቓም።

ንጓህያ ሓዘንን ንሕማቕ ዘጭንቕ ተመኰሮ ደገፍ ፕሮግራም ምስ ኣብዚ እዋን ዘሎ ናይ ኣእምሮ ጥዕና አገልግሎታት ዚተኻተተ እዩ።

ጸገም ቅልውላው ንዝበጽህ ደገፍ ዝዳለዎ ካብ ላይፍላይን/

Lifeline ድረገጽ፡ www.lifeline.org.au ከምኡውን

ኣብ ቢዮንድ ብሉ/Beyond Blue ድረገጽ፡

www.beyondblue.org.au, ኣቲኻ ምርካይ

ናብ Head to Health ድረገጽ፡

www.headtohealth.gov.au,

ምእታው ወይኻዓ ንኣፈሻዊ ሓኪምኻ/GP ኣዘራርብ።



Australian Government

ብዕድመ ሽማግሌ ሓልዮት መውሃቢ ውሽጢ ብኮቪድ/COVID-19 ጽልዋ በጺሑኩምዶ?

ብዕድመ ሽማግሌ ሓልዮት መውሃቢ ውሽጢ ንዘለዉ ነበርቲን ተቐበልቲ፤ ስድራቤቶም፤ ንዝመረጽዎ ስድራ፤ መሓዙት፤ ንዝፈትዎዎ ሰብ፤ ንናይ ማሕበረሰብ ንብነይቲን ተወክልቲን ብዕድመ ሽማግሌ ሓልዮት መውሃቢ ንዘለዉ ሰራሕተኛታት ብኣካል ከይዶም፤ ብስልኪን ብኦንላይን መስመር ሓገዝ ይዳለው እዩ።



ኮቪድ/ COVID-19 ጽልዋ በጸሐኩም ይ? ብናጻ ሓገዝ ይዳለው



ዓቢ ንኣእምሮ ምርባሽ ባሕሪ ደገፍ

ኣብ ኣውስትራሊያ ዓቢ ናይ ኣእምሮ ምርባሽ

ምስ ዓቢ ናይ ኣእምሮ ምርባሽ ዚተዛመደ ኣብ ዕድመ ሽማግሌ ሓልዮት መውሃቢ ንዘለዉ ነበሮቲ ብሰንኪ ኮቪድ/ COVID-19 ቐይዲታት ዘለዎም ባሕሪ ተለዊጡ ክኸውን ይኽእል።

ፍሉይ ዝበለ ርክብ ብናይ ኣማኻሪታት፤ ክሊኒካል ደገፍ፤ እቕድን ሜላ ኣሰራርሓ፤ ምኽሪን ናይ መረዳኢታ ኣገልግሎታት ኣብ ሙሉእ ኣውስትራሊያ ኣብ ማዕልቲ 24 ሰዓታት ይዳለው እዩ።

ባሕሪ ብምልዋጥ ስለምቐጽጻር ሓገዝ የድሊ'ድዩ? ብስልኪ **1800 699 799** ወይኻዓ ኣብ ድረገጽ፡ **www.dementia.com.au** ኣቲኻ ምርኣይ



ምኽሪን ንደገፍ ምሕላቕ

ብዕድመ ሽማግሌ ንዝኾኑ ሰባት ንደገፍ ምሕላቕ ዝተዳለወ መርበብ (OPAN)

OPAN ካብ መንግሥቲን ካብ ዕድመ ሽማግሌ ሓልዮት መዳለውቲ ተጽዕኖ ዘይብሉ ብባዕሉ ዚምርሕ ከይዲ እዩ። እቲ መርበብ ብናጻን ሚስጢራዊ ብዝኾነ ናይ ዕድመ ሽማግሌ ሓልዮት ብናይ ደገፍ ምሕላቕ ይዳለው፤ እዚውን ንናይ ኮቪድ/COVID-19 ምኽሪ ሓበሬታን ናብ ዝምልከቶ ኣገልግሎታት ብምልኣኽ እዩ።

ብናጻን ምስጢራዊ ብዝኾነ ምሕላቕን ምኽሪን ንምርካብ ብስልኪ **1800 700 600** ምድዋል ወይኻዓ ኣብ ድረገጽ፡ **www.opan.com.au** ኣቲኻ ምርኣይ።



ንሕማቕ ዘጭንቕ ተመኰሮ ቀረባት ሓገዝ

ፎየኒክስ ኣውስትራሊያ/Phoenix Australia

ኮቪድ/COVID-19 ንዝነበረ ወይኻዓ ንኣዲሽ ሕማቕ ዘጭንቕ ተመኰሮ ከቓልዕ ይኽእል። ሓደሓደ ሰባት ክጥዕዩ እንተኻኣሉውን ብኻልኣት ንናይ ኣእምሮ ጥዕና ጸገም ክፈጥረሎም ከምዝኽእልን ሓገዝ ከምዘድልዮም እዩ።

ፎየኒክስ ኣውስትራሊያ/Phoenix Australia ኣብ ስሚዒታዊ ሕማቕ ተመኰሮ ንዘለዉን ምክንኻን ንዝግበረሎም ሰባት ንምሕጋዝ መረዳኢታን መሳርሒታት ከምዘዳልው እዩ። ብቀረባት ሓገዝ ዚኻተት ናይ ሕማቕ ዘጭንቕ ተመኰሮ ንዘለዎምን ብዕድመ ሽማግሌ ንዝኾኑ ጉህያ ሓዘንተኛ ሰባት፤ ንስድራቤቶምን ንኣቶም ሓለይቲ ይኸውን። ብተወሳኺ'ድማ ኣብ ዕድመ ሽማግሌ ክንኽን መውሃቢ ሥራሕ ቦታ ንዘለዉን ንሥራሕ መካየዲ ሓለፍቲ ዝኸውን ሓቓዊ መግለጺ ጽሑፍ፤ ናይ ቪድዮ ኣኼባ/ webinars ከምኡውን ሥልጠና ትምህርቲ ይዳለው እዩ።

ሓገዝ የድሊ'ድዩ? ነዙይ ንምሕታት ኣብ ድረገጽ ምርኣይ፡ **www.phoenixaustralia.org/aged-care**

