



# മുതിർന്ന പൗരന്മാരായ ഓസ്ട്രേലിയക്കാർക്കുള്ള സേവനങ്ങളും പിന്തുണയും

COVID-19 മഹാമാരിയുടെ കാലത്ത് വീട്ടിൽ കഴിയാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന മുതിർന്ന പൗരന്മാരായ ഓസ്ട്രേലിയക്കാർക്കായി ഓസ്ട്രേലിയൻ ഗവൺമെന്റ് നിരവധി സേവനങ്ങളും പിന്തുണകളും ലഭ്യമാക്കുന്നുണ്ട്.

## മെഡിക്കൽ അപ്പോയിന്റ്മെന്റുകളും പ്രിസ്ക്രിപ്ഷനുകളും

ഡോക്ടറുമായുള്ള നിങ്ങളുടെ കൂടിക്കാഴ്ചകൾ പാലിക്കേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. അവരുടെ ഓഫീസിലേക്ക് പോകേണ്ടത് നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ നിങ്ങൾക്ക് ഒരു ടെലിഫോൺ അപ്പോയിന്റ്മെന്റ് ക്രമീകരിക്കാവുന്നതാണ്.

നിങ്ങൾക്ക് ഒരു പ്രിസ്ക്രിപ്ഷൻ ആവശ്യമുണ്ടെങ്കിൽ, നിങ്ങളുടെ ഫാർമസിയിലേക്ക് അയയ്ക്കാൻ പ്രിസ്ക്രിപ്ഷൻ അയയ്ക്കാൻ ഡോക്ടറോട് ആവശ്യപ്പെടാം. നിങ്ങളുടെ ഫാർമസിക്ക് നിങ്ങളുടെ മരുന്നുകൾ നിങ്ങളുടെ വീട്ടിലേക്ക് എത്തിക്കാൻ കഴിഞ്ഞെങ്കിലും, നിങ്ങളുടെ കുറിപ്പടി ഫാർമസിയിലേക്ക് അയയ്ക്കാൻ ഡോക്ടറോട് ആവശ്യപ്പെടുന്നതിന് മുമ്പ് നിങ്ങളുടെ ഫാർമസിയിൽ അന്വേഷിക്കുക.

ഒരു ഫ്ലൂ ഷോട്ട് എടുക്കാൻ ഇനിയും വൈകിയിട്ടില്ല. 65 വയസ്സിനു മുകളിൽ പ്രായമുള്ള ആളുകൾക്ക് ഇത് സൗജന്യമാണ്. അപ്പോയിന്റ്മെന്റ് ക്രമീകരിക്കുന്നതിന് നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടറെ വിളിക്കുക.

## ഭക്ഷണം, ഗ്രോസറി എന്നിവ വാങ്ങാൻ സഹായം

നിങ്ങൾക്ക് 65 വയസ്സിനു മുകളിൽ പ്രായം ഉണ്ടായിരിക്കുകയും (അല്ലെങ്കിൽ തദ്ദേശീയ ഓസ്ട്രേലിയക്കാർക്കും ടോറസ് സ്ത്രെയിറ്റ് ദ്വീപുവാസികൾക്കും 50 വയസ്സിനു മുകളിൽ പ്രായമുണ്ടെങ്കിൽ) അടിയന്തിര സഹായം ആവശ്യവുമാണെങ്കിൽ കൂടാതെ/അല്ലെങ്കിൽ ഒരു COVID-19 ഹോട്ട്സ്പോട്ടിൽ താമസിക്കുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങൾക്ക് ഇവ ആക്സസ് ചെയ്യാൻ കഴിയും:

- തയ്യാറാക്കിയ ഭക്ഷണം, ഫുഡ് സ്റ്റേപ്പിൾസ്, അവശ്യ ദൈനംദിന വസ്തുക്കൾ എന്നിവ നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ എത്തിച്ചു നൽകുന്നു.
- ഫോൺ വഴിയോ ഓൺലൈൻ മുഖേനയോ മുൻഗണനയോടെയുള്ള ഗ്രോസറി ഷോപ്പിംഗ് ഓർഡർ ചെയ്യാൻ.

ഈ സേവനങ്ങൾ സജീകരിക്കാൻ **1800 200 422** എന്ന നമ്പറിൽ മൈ ഏജ്ഡ് കെയറിൽ (My Aged Care) വിളിക്കുക. നിങ്ങൾക്ക് ഇതിനകം തന്നെ ഏജ്ഡ് കെയർ സേവനങ്ങൾ ലഭിക്കുകയാണെങ്കിൽ, നിങ്ങളുടെ പ്രൊവൈഡറിൽ നിന്ന് ഭക്ഷണ സേവനങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് കഴിയും.

## മുതിർന്ന പൗരന്മാരായ ഓസ്ട്രേലിയക്കാരുടെ ക്ഷേമവും സാമൂഹിക പിന്തുണയും

പിന്തുണയ്ക്കായി ആരോടെങ്കിലും സംസാരിക്കാനോ ചാറ്റ് ചെയ്യാനോ നിങ്ങൾ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, അതിനായി നിരവധി സേവനങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്:

- **1800 171 866** എന്ന നമ്പറിൽ മുതിർന്ന പൗരന്മാർക്കുള്ള COVID-19 സപ്പോർട്ട് ലൈൻ - മുതിർന്ന പൗരന്മാരായ ഓസ്ട്രേലിയക്കാർക്കും അവരുടെ കുടുംബങ്ങൾക്കും കെയറർമാർക്കും വിവരവും പിന്തുണയും നൽകുന്ന ഒരു പുതിയ ഫോൺ സേവനം.
- **1800 424 287** എന്ന നമ്പറിൽ ഫ്രണ്ട്ലൈൻ (FriendLine) - എന്തിനെക്കുറിച്ചും എല്ലാ കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ചും സംസാരിക്കാൻ തയ്യാറായ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുമായി സൗഹാർദ്ദപരമായി ചാറ്റ് ചെയ്യാം.
- കമ്മ്യൂണിറ്റി വിസിറ്റേഴ്സ് സ്കീം - റെസിഡൻഷ്യൽ കെയർ അല്ലെങ്കിൽ ഹോം കെയർ പാക്കേജുകൾ സ്വീകരിക്കുന്നതോ അംഗീകരിച്ചതോ ആയ ആളുകൾക്ക് നിരന്തരമായ സൗഹൃദവും കൂടായ്മകളും നൽകുന്നു. നിങ്ങളുടെ മേഖലയിലുള്ള ഒരു പ്രൊവൈഡറിലേക്ക് നയിക്കപ്പെടുന്നതിന് [health.gov.au/cvs](https://health.gov.au/cvs) സന്ദർശിക്കുക.