



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

**പ്രായമായവർക്കുള്ള COVID-19 സപ്പോർട്ട് ലൈൻ**

കൊറോണ വൈറസ് സമയത്ത് പ്രായമായവരെ പിന്തുണയ്ക്കേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. പ്രായമായവരും അവരുടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരും കെയറർമാരും തമ്മിൽ ബന്ധം നിലനിർത്തുന്നതിനും പകർച്ചവ്യാധി സമയത്ത് ആവശ്യമായ സേവനങ്ങൾ തുടർന്നും ലഭിക്കുന്നതിനും പ്രായമായവർക്കുള്ള COVID-19 സപ്പോർട്ട് ലൈൻ സഹായിക്കുന്നു. സപ്പോർട്ട് ലൈൻ പ്രായോഗിക സഹായവും ഉപദേശവും നൽകുന്നു.

കൊറോണ വൈറസ് നിയന്ത്രണങ്ങളെക്കുറിച്ചോ ഏജ്ഡ് കെയർ സപ്പോർട്ട് സേവനങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരങ്ങൾ നേടുന്നതിനെ കുറിച്ചോ പഠിക്കാനോ അല്ലെങ്കിൽ മാനസികാരോഗ്യത്തെക്കുറിച്ച് ആരോടെങ്കിലും സംസാരിക്കുന്നതിനോ തങ്ങളെക്കുറിച്ച് സ്വയം ആശങ്കയുള്ള ആളുകൾക്കോ, ഡിമെൻഷ്യയുള്ള ഒരു സുഹൃത്തിനോ കുടുംബാംഗത്തിനോ, പരിശീലനം ലഭിച്ച ഡിമെൻഷ്യ ഓസ്ട്രേലിയ ഉപദേശകനുമായി സപ്പോർട്ട് ലൈൻ മുഖേന സംസാരിക്കാൻ കഴിയും.

പ്രായമായവരെയും അവരുടെ ബന്ധുക്കളെയും പരിചാരകരെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും കെയറർമാരെയും സഹായിക്കുന്നതിന് സപ്പോർട്ട് ലൈൻ ലഭ്യമാണ്. സൗജന്യ ടെലിഫോൺ സേവനം തിങ്കൾ മുതൽ വെള്ളി വരെ, പൊതു അവധി ദിവസങ്ങൾ ഒഴികെയുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ, രാവിലെ 8:30 മുതൽ വൈകുന്നേരം 6 മണി വരെ ലഭ്യമാണ്. **1800 171 866** എന്ന നമ്പറിൽ നിങ്ങൾക്ക് സപ്പോർട്ട് ലൈനിൽ വിളിക്കാവുന്നതാണ്.

ഇംഗ്ലീഷ് ഒഴികെയുള്ള ഭാഷയിൽ സംസാരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നുവെങ്കിൽ, ഒരു ദ്വിഭാഷിക്ക് നിങ്ങളെ സഹായിക്കാനാകും. **131 450** എന്ന നമ്പറിൽ ട്രാൻസ്ലേറ്റിംഗ് ആൻഡ് ഇന്റർപ്രെറ്റിംഗ് സേവനത്തിൽ വിളിച്ച് നിങ്ങളുടെ ഭാഷ ആവശ്യപ്പെടുക. നിങ്ങളുടെ ഭാഷയിൽ പ്രായമായവർക്കുള്ള COVID-19 സപ്പോർട്ട് ലൈനിൽ നിങ്ങളെ കണക്റ്റ് ചെയ്യാൻ നിങ്ങൾക്ക് അവരോട് ആവശ്യപ്പെടാവുന്നതാണ്.

**കമ്മ്യൂണിറ്റി വിസിറ്റേഷൻ സ്കീം**

കമ്മ്യൂണിറ്റി വിസിറ്റേഷൻ സ്കീം പ്രായമായ ഓസ്ട്രേലിയക്കാർക്ക് നിരന്തരമായ സൗഹൃദങ്ങളും സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങളും നൽകുന്നു. ഇത് ആളുകൾക്ക് പതിവായി സൗഹൃദ സംഭാഷണങ്ങൾക്കുള്ള അവസരം നൽകാൻ സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുമായി ബന്ധങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി നൽകുന്നു. കൊറോണ വൈറസ് സമയത്ത്, ഇത് ടെലിഫോൺ അല്ലെങ്കിൽ വീഡിയോ വഴി ആകാം, ശാരീരിക അകലം പാലിക്കേണ്ടത് മൂലം നേരിട്ടുള്ള സന്ദർശനങ്ങൾ സാധ്യമല്ല.

സന്നദ്ധപ്രവർത്തകരുമായുള്ള പതിവ് സമ്പർക്കം ആളുകൾക്ക് കരുതൽ ലഭ്യമാക്കുകയും ഒറ്റപ്പെടുകയോ ഏകാന്തത അനുഭവിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നവർക്ക് പിന്തുണയാകുകയും ചെയ്യും. സർക്കാർ ധനസഹായമുള്ള ഹോം കെയർ അല്ലെങ്കിൽ റെസിഡൻഷ്യൽ കെയറിനായി നിലവിൽ പ്രവേശിക്കുകയോ അപേക്ഷിക്കുകയോ

ചെയ്യുന്ന പ്രായമായവർക്കുള്ള ഒരു സൗജന്യ സേവനമാണ് കമ്മ്യൂണിറ്റി വിസിറ്റേഴ്സ് സ്കീം.

കമ്മ്യൂണിറ്റി വിസിറ്റേഴ്സ് സ്കീമിലേക്ക് പ്രായമായവർക്ക് സ്വയം റഫർ ചെയ്യാൻ കഴിയും. ഏജ്ഡ് കെയർ ദാതാക്കളിൽ നിന്നും കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ നിന്നും സുഹൃത്തുക്കളിൽ നിന്നും റഫറലുകൾ സ്വീകരിക്കുന്നതാണ്. കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്, [www.health.gov.au/community-visitors-scheme](http://www.health.gov.au/community-visitors-scheme) സന്ദർശിക്കുക

**മാനസിക ക്ഷേമം**

കൊറോണ വൈറസ് നമ്മൾ ജീവിക്കുന്ന രീതിയിൽ നിരവധി മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തിയിട്ടുണ്ടെന്ന് നമുക്ക് കാണാൻ കഴിയും. നിങ്ങൾക്ക് ആശങ്കയോ ഏകാന്തതയോ ആശയക്കുഴപ്പമോ ഭയമോ തോന്നുന്നുണ്ടെങ്കിൽ കുടുംബവുമായും സുഹൃത്തുക്കളുമായും അല്ലെങ്കിൽ ഡോക്ടറുമായും സംസാരിക്കുന്നത് സഹായകരമായേക്കും. വിവരങ്ങൾക്കും ഉപദേശത്തിനും വിപുലമായ പിന്തുണാ സേവനങ്ങൾക്കും [www.headtohealth.gov.au](http://www.headtohealth.gov.au) സന്ദർശിക്കുക

**കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ**

ഔദ്യോഗിക ഉറവിടങ്ങളിൽ നിന്ന് വിവരങ്ങൾ നേടേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. [www.health.gov.au/resources/translated](http://www.health.gov.au/resources/translated) സന്ദർശിക്കുകയോ അല്ലെങ്കിൽ **1800 020 080** എന്ന നമ്പറിൽ കൊറോണവൈറസ് ഹെൽപ്പ്ലൈനിൽ വിളിക്കുകയോ ചെയ്യുക.

നിങ്ങളുടെ കുടുംബത്തെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും കമ്മ്യൂണിറ്റിയെയും സംരക്ഷിക്കാൻ COVIDSafe അപ്ലിക്കേഷൻ ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യുക. ഇംഗ്ലീഷിന് പുറമേ, അറബിക്ക്, സിന്ധിഹൈന്ദ് ചൈനീസിലും പരമ്പരാഗത ചൈനീസിലും, വിയറ്റ്നാമീസ്, കൊറിയൻ, ഇറ്റാലിയൻ, ഗ്രീക്ക്, പഞ്ചാബി, ടർക്കിഷ് എന്നീ ഭാഷകളിലും COVIDSafe ആപ്പ് ഇപ്പോൾ ലഭ്യമാണ്. ഈ ആപ്പ് Apple App സ്റ്റോറിൽ നിന്നോ Google Play സ്റ്റോറിൽ നിന്നോ ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ആപ്ലിക്കേഷൻ ഡൗൺലോഡ് ചെയ്യാൻ നിങ്ങളെ സഹായിക്കാൻ കുടുംബാംഗങ്ങളോടോ സുഹൃത്തുക്കളോടോ ഏജ്ഡ് കെയർ സ്റ്റാഫ് അംഗത്തോടോ നിങ്ങൾക്ക് ആവശ്യപ്പെടാം.