वृद्ध व्यक्तीहरुको COVID-19 समर्थन लाइन

कोरोनाभाइसको बेला वृद्ध व्यक्तीहरुलाई सहयोग गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ। वृद्ध व्यक्तीहरुको COVID-19 समर्थन लाइनले वृद्ध व्यक्ति, आफ्ना प्रियजनहरू र हेरचाहकर्ताहरूसँग सम्पर्कमा रहन मद्दत गर्दछ र महामारीको बेला उनीहरूलाई आवश्यक पर्ने सेवाहरू प्राप्त गर्न जारी राख्छ। समर्थन लाइनले व्यावहारिक मद्दत र सल्लाह प्रदान गर्दछ

तपाईं कोरोनाभाइरस प्रतिबन्धको बारेमा जान्न सक्नुहुन्छ, वृद्ध हेरचाह समर्थन सेवाहरूको बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न वा मानसिक स्वास्थ्यको बारेमा कसैसँग कुरा गर्न सक्नुहुन्छ। जो मानिसहरु आफ्नै बारेमा, साथी वा डिमेन्शिया भएका परिवारका सदस्यहरुको बारेमा चिन्तित छन्, समर्थन लाईनमा प्रशिक्षित डिमेन्शिया अष्ट्रेलिया सल्लाहकारसँग कुरा गर्न सक्दछन्।

समर्थन लाइन वृद्ध व्यक्तिहरू, उनीहरूका आफन्तहरू, संरक्षकहरु, साथीहरू र समर्थकहरूलाई मद्दत गर्नकोलागि उपलब्ध छन्। नि: शुल्क टेलिफोन सेवा सार्वजनिक बिदा बाहेक सोमबार देखि शुक्रवार बिहान ८:३० देखि साँझ ६:०० बजे सम्म खुल्ला हुन्छन्। तपाईले समर्थन लाईनको **१८०० १७१ ८६६** फोन गर्न सक्नुहुनेछ।

यदि तपाईं अंग्रेजी बाहेक अन्य कुनै भाषामा बोल्न चाहानुहुन्छ भने, दोभाषे अनुवादकले सहयोग गर्न सक्छ। ट्रान्सलेटिंङ्ग एण्ड ईन्टरप्रेटिङ्ग सेवाको **१३१ ४५० मा फोन गर्नुहोला र तपाईको आफ्नो भाषाको लागि सोध्नुहोला। तपाईंको भाषामा,** तपाईं उनीहरूलाई वृद्ध व्यक्तिहरू Covid-19 समर्थन लाइनमा सम्पर्क **गराउनकोलागि सोध्न सक्नुहुन्छ।**

सामुदायिक भ्रमणकर्ता योजना

समुदायिक भ्रमणकर्ता योजनाले अष्ट्रेलियाको वृद्ध व्यक्तीहरुको मित्रता, साहस र सामाजिक सम्पर्क प्रदान गर्दछ। यसले स्वयम्सेवकहरूको साथ मानिसहरूसँग उनीहरूलाई नियमित रूपमा समय बिताउन सम्पर्क प्रदान गर्दछ। कोरोनाभाइरसको बेला, जहाँ अनुहार भेट्ने सम्भावना शारीरिक दूरीका कारण सम्भव छैन यो टेलिफोन वा भिडियो मार्फत हुन सक्छ।

स्वयम्सेवकहरू सँगको नियमित सम्पर्कले व्यक्तिलाई एक्लो महसुस गरेको वा एक्लो महसुस गरेको कुरा सुन्नेछ र उनीहरूलाई समर्थन गर्न मद्दत गर्दछ। सामुदायिक भ्रमणकर्ता योजना वृद्ध मानिसहरुका लागि नि:शुल्क सेवा हो जसले हाल सरकारी अनुदान प्राप्त घर हेरचाह वा आवासीय हेरचाहको पहुँच प्राप्त गरी रहेको छ वा त्यसको आवेदन दिइरहेको छ।

बृद्ध व्यक्तिहरु आफैंलाई सामुदायिक भ्रमणकर्ता योजनामा सिफारिस गर्न सक्दछन्। सिफारिशहरू वृद्ध हेरविचार प्रदायकहरू, परिवारका सदस्यहरू र साथीहरूबाट पनि आउन सक्छन्। अझै बढी पत्तालगाउनको लागि www.health.gov.au/community-visitors-scheme मा जानुहोला।

मानसिक हकहित

कोरोनाभाइरसको मतलब यो हो कि हाम्रो जीवनमा धेरै परिवर्तनहरू भएका छन्। यदि तपाईंलाई चिन्तित, एक्लोपन, अलमल्ल वा डराएको महसुस गर्नु भएको भए, आफ्नो परिवार र साथीहरू वा तपाईंको डाक्टरसँग कुराकानी गर्नाले मद्दत पुग्न सक्छ। जानकारी, सल्लाह, र समर्थन सेवाहरूको एक विस्तृत श्रृंखला को लागी, www.headtohealth.gov.au मा हेर्नुहोला

थप जानकारी

आधिकारिक स्रोतहरूबाट जानकारी प्राप्त गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।

www.health.gov.au/resources/translated मा हेर्नुहोला वा कोरोनाभाईरस मद्दत लाईनको १८०० ०२० ०८० मा फोन गर्नुहोला।

तपाईंको परिवार, साथीहरू र समुदायलाई सुरक्षित राख्न मद्दत गर्न COVIDSafe याप्स डाउनलोड गर्नुहोस् अंग्रेजी बाहेक, COVIDSafe याप्स अब अरबी, सरलीकृत र पारम्परिक चिनियाँ, भियतनामी, कोरियाली, इटालियन, ग्रीक, पंजाबी र टर्की भाषामा उपलब्ध छन्। याप्स एप्पल याप्स स्टोर वा गुगल प्ले स्टोरबाट डाउनलोड गर्न सकिन्छ। तपाईंलाई याप्स डाउनलोड गर्न मद्दतको लागि तपाईंको परिवार वा साथीहरू वा एक वृद्ध हेरचाह कर्मचारी सदस्यलाई सोध्न सक्नुहुन्छ।