

လၢကမၤန့ၢ်ဘၣ်ပတၢ်မၤစၢၤအဂီၢ်

ဆဲးကျါ Mental Health(သးဂ့ၢ်ဝီတၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်အချ့) လီတဲစိ

1800 011 511

24 န့ၣ်ရံၣ်, တနွံတီၢ်ပူၤ 7 သီလၢ်

တုၤနဆဲးကျါသးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့လီတဲစိန့ၢ် တၢ်လၢန မ့ၢ်လၢ်ကွၢ်ဖိသ့မ့ၢ်ဝဲ-

- တၢ်ကသမံထံကွၢ်ဘၣ်နတၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢလီတဲစိလီၤ.
- တၢ်ကမၤနီၣ်မၤဃါဘၣ်နတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဒီးတၢ်ကဆုၢ်ခီ နၤဆူတၢ်ဖံးတၢ်မၤသန့ၢ်လၢအကြၢးအဘၣ်န့ၢ်လီၤ.
- OPMHS ကသံၣ်သရၣ်တဂၤကသမံထံနၤဒီး ကွၢ်ထွဲဘၣ်နၤတၢ်လၢအကြၢးအဘၣ်လီၤ.
- တၢ်ကရဲၣ်ကျဲၤလီၤသကိးတၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ ဃုာ်ဒီးနၤဒီးပုၤကွၢ်ထွဲနၤ မ့တမ့ၢ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိလီၤ.
- လၢတၢ်စံၣ်လီၤဘၣ် OPMHS န့ၢ် ပုၤစူးကါတၢ်ကဒီး န့ၢ်ဘၣ်တၢ်လူၤပိာ်ကွၢ်ထွဲက့ၤတၢ်ဒိတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤဟံၣ်လီၤ အီၤအသိးန့ၢ်လီၤ.

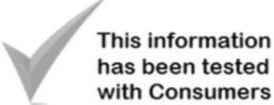
ပအိၣ်ဖဲလဲၣ်

OPMHS Illawarra
Corner of Bridge ဒီး Tate Streets,
Coniston
လီတဲစိ- (02) 4220 7900
ဖဲဒီးဆုၢ်လၢ်- (02) 4220 7950

OPMHS Shoalhaven
5-7 Lawrence Avenue, Nowra
လီတဲစိ- (02) 4424 6480
ဖဲဒီးဆုၢ်လၢ်- (02) 4424 6488

OPMH Ulladulla
100 St Vincent Street, Ulladulla
လီတဲစိ- (02) 4455 1840
ဖဲဒီးဆုၢ်လၢ်- (02) 4455 6058

လိၣ်ဘၣ်ပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်ခါ.နမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတၢ်ဆဲး ကျါဆဲးကျိးဒီးပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါန့ၢ် အိၣ်ဒီးပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်ကံၢ်စိဖဲနီၤတ ဖၣ်လီၤ. ပပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ကိးန့ၢ်ပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်သ့စ့ၢ်ကိးလီၤ. တလၢ်ဒီးဘူးလဲဒီးအိၣ်လၢတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢလီၤ. ပ ကသ့ၣ်ဆၢန့ၢ်ပုၤ ကတိၤကျိးထံတၢ်လၢနဂီၢ်လီၤ. နမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးကတိၤဆဲးတၢ်ဒီးပုၤတချ့း နတၢ်သ့ၣ်ဆၢကတိၢ်န့ၢ် နကိးလီတဲစိဆဲးတၢ်ကျိးထံတၢ်ဒီးတၢ်က



တၢ်ဖဲကျိးထူးထီၣ်အနံၤသီ-
လါမ့ၢ် 2020
Ref: DT14/44922

ဝဲၤဒဲး/ဝဲၤကျိၤ

Older People's Mental Health Service (OPMHS) (ပုၤသးပုၤသးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့သန့ၢ်)



Karen - unD



Health
Illawarra Shoalhaven
Local Health District

ပပုၤမၤတၢ်ဖိမ့ၢ်မတၢ်တဖၣ်လဲၣ်.

ပအိၣ်ဒီး-

- **သးဂ့ၢ်ဝီကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်-**
သးဂ့ၢ်ဝီကသံၣ်သရၣ်လီၤဆီလၢပုၤသးပုၤအဂီၢ်
- **ပုၤကွၢ်ထွဲပုၤဆါဖိးသဲးတဖၣ်-**
ကွၢ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့သမံထံကွၢ်သးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးဆဲးကသံၣ်ဒီးဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးကသံၣ်ကသီအဂ့ၢ်
- **သးဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဆူးတၢ်ဆါကသံၣ်သရၣ်-**
ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးပုၤဆါတဖၣ်လၢအနီၢ်ကစၢ်မတမ့ၢ် လၢကရူၢ်တဖု
- **ပုၤကူၣ်တၢ်ဖိလၢအမၤမၤတၢ်ကဲဘျးလၢတၢ်ဂ့ၢ်ထီၣ်အဂီၢ်-**
သမံထံကွၢ်တၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးလီၢ်ခိၣ်ဃၢဒီးတနံၤစုၣ်တၢ်အိၣ်မူအကျဲလၢကမၤစၢၤဘၣ်ပုၤသးပုၤအိၣ်ဘၣ်လၢအနီၢ်ကစၢ်သ့
- **ပုၤဂ့ၢ်ဝီပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်-**
ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတၢ်ဒ်သိးကတုၤထီၣ်ဘးပုၤသးပုၤအပုၤဂ့ၢ်ဝီဒီးတၢ်လိၣ်ဘၣ်လၢအိၣ်ဃၢဒီးတၢ်ဖိးတၢ်မၤဃုာ်ဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်ဒီးပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်ဖိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤလၢပမၤစၢၤသ့မ့ၢ်မတၢ်တဖၣ်လဲၣ်.

- ပမၤစၢၤပုၤတဖၣ်လၢသးနံၣ် 65 ဆူဖီခိၣ် (ပုၤအၣ်ဘီၢ်ရံးကွၢ်ထွဲလံၤဒီးပုၤအိၣ်ကီးလီၤဆီတဖၣ်လၢသး နံၣ် 50 ဆူဖီခိၣ်) ဒီး-
- မ့ၢ်ပုၤလၢဒီးန့ၢ်ဘၣ်သးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့တၢ်ဆါအသီ
 - အိၣ်တုၤလံၤဒီးသးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့တၢ်ဆါဒီးနးထီၣ်အီၤဒ်အသးပုၤထီၣ်အသိး မ့တမ့ၢ်
 - မ့ၢ်ပုၤလၢတဒီးကွၢ်သးဒီးသးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့ကသံၣ်သရၣ်ဘၣ်ဃးအသးဂ့ၢ်ဝီတၢ်ကီတၢ်ခဲအဂီၢ်နီတဘျီ
 - အိၣ်ဒီးခိၣ်န့ၣ်တဘၣ်လိာ်ဘၣ်စးလၢအကဲထီၣ်တၢ်သးဒိၣ်ညီ, တၢ်သးအုး မ့တမ့ၢ်တၢ်သ့ၣ် ကိာ်သးဂီၤန့ၣ်လီၤ.

OPMHS ပုၤမၤတၢ်ဖိအတၢ်မၤကျဲ

- OPMHS ပုၤမၤတၢ်ဖိမၤသကိးတၢ်ဒီးပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်တဖၣ်,
ကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်ဒ်သိးကကွၢ်ထွဲစၢၤဘၣ်ပုၤသးပုၤလၢအိၣ်ဒီးသးဂ့ၢ်ဝီဆူၣ်ချ့တၢ်ဆါအဂီၢ်လီၤ.
- ပ-
- သမံသမိးကွၢ်မၤဘၣ်လိာ်ဖိးမံသးဂ့ၢ်ဝီတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢအကြးဒီးပုၤသးပုၤအသိး
 - ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးတၢ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးပုၤတၢ်တၢ်ဖိးတၢ်မၤတဖၣ်ဘၣ်ဃးနတၢ်ကွၢ်ထွဲအဂ့ၢ် ဃုာ်ဒီး ACAT
 - ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤကရၢအဂ့ၢ်ဂၤတၢ်ဖိးတၢ်မၤလၢတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်သိၣ်လိ
 - မၤသကိးတၢ်ဒီးပုၤတဖၣ်လၢအနီၢ်ကစၢ်ဒ်ဝဲတၢ်ဂၤလၢလၢ မ့တမ့ၢ် လၢကရူၢ်တဖု
 - ဟ့ၣ်လီၤတၢ်မၤဂ့ၢ်ထီၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်