Pashto

newhorizons wellbeing. done well.

STARTTS

په ټولنه کی هستوګنه
د پناه غوښتونکو او کډوالو څخه ملاتړ کوی
(COMMUNITY LIVING SUPPORTS FOR REFUGEES AND ASYLUM SEEKERS – CLSR)

له خلکو سره د باور (اعتماد) په رامینځته کولو، د دوی د روغتیا او هوساینې او د نورو سره اړیکو ته په وده ورکولو کی مرسته کول.

د STARTTS په هکله

STARTTS یوه متخصصه، غیر انتفاعی موسسه ده چی د 30 کلونو راهیسی یی کلتوری اړونده روانی (سایکولوجیکل) درملنه او ملاتړ چمتو، او په ټولنه کی مینځګړیتوب کړی، تر څو د خلکو او ټولنو سره مرسته وکړی چی د شکنجی او کډوالی ټپونو ته شفا او په استرالیا کی خپل ژوند له سره جوړ کړی. STARTTS همدارنګه د روزنیزو حقوقی او پالیسی جوړونکو مثبت چاپیریال رامینځته او دفاع یی کوی.
www.startts.org.au

د STARTTS سره اړیکه: **02 9646 6666**
(د دفترو د پته ځای لپاره **www.startts.org.au/contact** ته ولاړ شی)

د New Horizons نوی افقونه په اړه

New Horizons د خلکو ملاتړ کوی تر څو خپلی هوساینی او خپل راتلونکی ته، زمونږ د پراخو خدمتونو او ملاتړی لړی له لاری وده ورکړی. د نیمی پیړی لپاره New Horizons د زرګونو استرالیایانو سره د ژوند په مختلف اړخونو کی مرسته کړی تر څو د دوی هوساینه ته وده ورکړی. مونږ د معلولیت، روانی روغتیا او د زړو پاملرنی کی تخصص لرو. مونږ ستاسو د هوساینی د بنه کولو لپاره پراخه ملاتړ، د متخصصو مشورو څخه د عملی روزنی او د ورځنی ژوند مهارتونو وړاندیزونه کوو. زمونږ تجربی او زمونږ پراخی شبکی او د 400 څخه ډیر کاری شریکان پدی مانا دی چی مونږ اړیکی او تخصص لرو چی ستاسو هوساینی کی بدلون راولو.
www.newhorizons.org.au

د New Horizons سره اړیکه: **1300 726 372**

د CLSR د NSW Health
لخوا تمویل شوی دی

NSW GOVERNMENT Health

د CLSR کارکوونکی څوک دی؟

د CLSR کارکوونکی روزل شوی مسلکی کسان او د مختلف کلتور او شالید څخه راځی. دوی تخصص لری د هغو خلکو سره مرسته وکړی چی ستونزمنی تجربی ولری. دا ستونزی ممکن د یو چا د تیرو تجربو او یا اوسنی وضعیت سره تړاو ولری.

او که چیری دا کس غوره وګنی چی د انګلیسی ژبی پرته په بله ژبه خبری وکړی؟

د CLSR کارکوونکی په ډیرو ژبو خبری کولی شی، او د اړتیا په وخت کی مسلکی ژباړونکی (ترجمان) هم رابللای شی.

ایا د یو چا شخصی مالومات محرم ساتل کیږی؟

د CLSR له لاری ټولی مرستی محرمی دی. New Horizons او STARTTS به یوازی د یو چا په اړه مالومات شریک کړی که چیری دوی مونږ ته اجازه راکړی او دا د دوی سره مرسته وکړی. په هر صورت، که چیری دا کس مونږ ته ووایی چی ممکن دوی ځان ته او یا بل چا ته زیان ورسوی، نو بیا د CLSR کارکوونکی به د ده او د نورو د ساتنی لپاره نوری خدمتی اداری دخیلی کړی. څوک چی اوسمهال CLSR ته لاسرسی لری کیدای شی د دوی سره اړیکه ونیول شی تر څو د برنامی په ارزونه کی رضاکارانه مرسته وکړی.

د CLSR پروګرام د چا د پاره دي؟

په ټولنه کې هستوګنه د پناه غوښتونکو او کډوالو څخه ملاتړ او Community Living Supports for Refugees and) Asylum Seekers – CLSR) د خلکو سره کار کوي کوم چې د دوی د هوساینې پورې اړوند ننګونې تجربه کوي چې د دوی په ورځنۍ ژوند او فعالیتونو باندې سخته اغیزه کوي. دا ننګونې ممکن د کس د تیرو او یا په استرالیا کې د دوی د ستونزمن حالت سره تړاو ولري.

CLSR د دغه کسانو لپاره دی، چې د کډوالو د شالید لرونکو وګړې وي هغه خلکو ته چې پناه غوښتونکی وي او د هر عمر وي او په تیرو 10 کلونو کې استرالیا ته رسیدلی وي.

خلک اړتیا نلري چې تشخیص شوی روانی ناروغي ولري چې د CLSR ملاتړې ته لاسرسی ولري، اما دوی باید د هوساینې پورې اړوند دوامداره مسئلې ولري چې د دوی په ورځنۍ ژوند او فعالیتونو باندې خورا سخته اغیزه کړې وي.

ولې یو کس کیدای شي د CLSR مرستې ته اړتیا ولري؟

هغه عمومي ننګونې چې یو کس ورسره مخ کیدلی شي په لاندې ډول دي:

- خو خو ځله په روغتون کې بستر کیدل
- څه وخت مخکې د روغتون څخه رخصتیدل (خارجیدل)
- د اوږدې مودې لپاره د خپګان احساس کول
- د یوازیتوب، بې وسۍ او نهیلي احساس کول
- په ورځنیو کارونو او چارو کې ستونزه لرل
- په ژوند کې کنترول نه درلودل، او د خپل ځان په ساتلو کې ستونزه درلودل
- د سر خوږ او درد
- په ویده کیدلو کې ستونزه او بد خوبونه
- منفي فکرونه او د تمرکز او حافظې سره ستونزې.

د CLSR پروګرام څنګه مرسته کولی شي؟

CLSR د خلکو د ځانګړیو اړتیاوو په نظر کې نیولو سره داسې شرایط برابروي تر څو د هغوی سره د اهدافو په تاکلو، باور رامینځته کولو، د هغوی روغتیا ښه کولو، هوساینې او د نورو خلکو سره په اړیکو نیولو کې مرسته وکړي.

CSLR موخه دا ده چې خلک با ثباته او معنی لرونکی ژوند وکړي او کومه مرسته چې لازمه ده د هغوی لخوا یې لاربښوونه وشي او د اړتیا په وخت کې ټوله کورنۍ پکې برخه واخلي.

CLSR همدارنګه کولای شي د نورو خلکو د ګډون او پیوستون لپاره د یو چا سره د هغه په ورځنیو چارو کې مرسته وکړي.

په خدمتونو کې کیدای شي ګډون ولري:

د عملي ملاتړ ځینې بیلګې چې چمتو کیدلای شي په ګډون دي:

- د ورځنۍ ژوند په کارونو کې د مرستې لپاره ملاتړ لکه: اخستل، ترانسپورت، پاکول، د درملو مدیریت او د طبي کتنو (اپوینټمنټ) لپاره د مرستې چمتو کول.
- د هستوګنې د ځای په پیدا کولو او ساتنې کې ملاتړ او د مرستې چمتو کول
- ټولنیز چارو او تفریح کولو کې لکه د خلکو د پیژندګلوي: د کلتوري مراسمو، ټولنیز فعالیتونه، سپورتي او فزیکي روغتیایي بوختیا ملاتړ دي.

د CLSR کارکوونکي به څرنګه د یو کس په ننګونو باندې پوه شي؟

CLSR کارکوونکي علاقه لري چې د یو چا ځانګړې حالت او ننګونو ته غوږ ونیسي او ځان پرې پوه کړي.

CLSR کارکوونکي د مختلفو کلتوري شالیدونو څخه دي او د کډوالو په شالید، تجربو او کلتورنو باندې ښه پوه دي.

CLSR ته مراجعه کول

CLSR ته هر څوک د خپل ځان په ګډون او د نورو ځایونو څخه معرفي کیدلای شي.
د معرفي کولو او نورو مالوماتو لپاره:

New Horizons ته زنګ ووهئ: **1300 726 372**
او یا STARTTS ته: **02 9646 6666** (د CLSR غوښتنه وکړئ)
بریښنالیک: **STTS-CLSRintake@health.nsw.gov.au**

د معرفي کولو وروسته څه پیښیږي؟

ټول معرفي شوي خلک به مخکې لدینه چې په پروګرام کې ومنل شي د داخلیدو ارزونې (in-person intake) ته لاسرسی ولري.

د CLSR لګښت څومره دی؟

د CLSR ټول خدمتونه د خلکو لپاره وړیا دي.

خلک د CLSR له لارې په کومو ځایونو کې مرستې تر لاسه کولی شي؟

د STARTTS او New Horizons CLS ځانګې په لاندې ځایونو کې دي:

- اینر ویسټ سیدنی
- سوت ویسټ سیدنی
- نیوکاسل
- ارمیدیل
- کافس هاربر

یو څوک چیرته باید ولاړ شي؟

د CLSR کارکوونکي به له خلکو سره هر چیرته چې هغوی ته سهولت وي، که هغه د دوی کور، په ټولنه کې او یا د STARTTS او New Horizons ځانګه وي کولی شي ورسره ووینې.

د پروګرام په هکله د لا زیاتو مالوماتو لپاره په مختلفو سیمو کې په پورتنیو شمیرو اړیکه ونیسئ.