



သင်၏ RediPlan

၏ RediPlan။

ကျွန်ုပ်၏ အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်များ

မိသားစုဝင် အမည်	Medicare နံပါတ်	Centrelink နံပါတ်	ပတ်စ်ပို့စ် နံပါတ်	အခွန် မှတ်တမ်း နံပါတ်	ယာဉ်မောင်း လိုင်စင် နံပါတ်	ကားမှတ်ပုံတင်

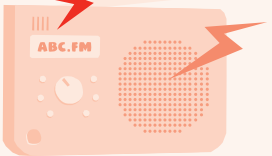
ကျွန်ုပ်၏ အရေးကြီးသော နံပါတ်များ

	အမည်	တစ်စပုံ	ဖုန်း	လိပ်စာ
ပံ့ပိုးမှုကုန်ရက် အဖွဲ့ဝင်				
ပံ့ပိုးမှုကုန်ရက် အဖွဲ့ဝင်				
ပံ့ပိုးမှုကုန်ရက် အဖွဲ့ဝင်				
ပြုပြင်ပတွင် နထိုင်သော အဆက်အသွယ် #1				
ပြုပြင်ပတွင် နထိုင်သော အဆက်အသွယ် #2				
အခြား				

ကျွန်ုပ်၏ အရေးကြီးသော ဝန်ဆောင်မှုများ

	ကုမ္ပဏီ	အကောင့်နံပါတ်	ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်
လျှပ်စစ်မီး			
ဝက်စ်			
ရေ			
အင်တာနက်			
ဖုန်း			
လမ်းဘေးအကူအညီ			
အခြား			

abc.net.au



ကျွန်ုပ်၏ ဒေသရှိ ABC ရေဒီယိုလိုင်း

ကျွန်ုပ်၏ သဘောတူညီထားသော တွေ့ဆုံရန်နေရာ

အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ကျွန်ုပ်နထိုင်ရန် အခြားတစ်ခုရော

အမည်	ဖုန်း	လိပ်စာ



မျိုးပြုပြင်ပ ဆက်သွယ်ရမည့်သူ၊ သတိတူထားသော တွေ့ဆုံရန်နေရာနှင့် အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် နထိုင်ရန် အခြားတစ်ခုရော အပါအဝင် အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် အဆက်အသွယ် မပျက်ရန် နောက်ထပ် အချက်အလက်များကို အဆင့် ၂ တွင်ကညိပါ။

ကျွန်ုပ်၏ ကျန်းမာရေး အစီအစဉ်

ကျန်းမာရေး အထောက်အပံ့စာရင်း	အမည်	ဖုန်း	ရုံးချိန်ပိုမိုပိုဆက် သွယ်ရန်	လိပ်စာ
ဆရာဝန်				
၂၄ နာရီ အရေးပံ့ခေါ် ဌာနရှိသည့် ဒေသဆေးရုံ				
ဓာတုဗေဒ				
ပျက်မှန်				
သွားဆရာဝန်				
အခြား				

ရောဂါအခြေအနေများ

	မှန်	မှား	အရေးပံ့ခေါ် အခြေအနေ ဖြစ်နေစေခြင်းနှင့် ဖြစ်အပြီးတွင် ကုသရန် အစီအစဉ်
နှလုံးရောဂါ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ဆီးချိုသွေးချို	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ပန်းနာရင်ကပြီ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်ခြင်း	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
သတိလစ်ခြင်း	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
အတက်ရောဂါ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
သွေးတိုးရောဂါ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
သိုင်းရွိုက်အကျိတ်ရောဂါများ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ခေါင်းမူးခြင်း	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
အခြား	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



အရေးပေါ် အခြေအနေတွင် သင်မလုပ်ရှားနိုင်ပါက အကူအညီ အလွယ်တကူတောင်းနိုင်သည့် ကျန်းမာရေး အချက်ပြစနစ် ရယူဖို့ ခွင့်ပေးထားပါ။ ကျန်းမာရေး အချက်ပြစနစ် အများစုသည် ဖွင့်ထားသော ဖုန်းလိုင်း လိုအပ်သောကြောင့်၊ ကြိုးဖုန်းလိုင်း ပြတ်သွားပါက မိုဘိုင်းဖုန်း သို့မဟုတ် ပေဂျာဖုန်းသို့ အရန်အစီအစဉ်တစ်ခု ထားရှိပါ။



လက်ရှိမှီဝဲနေသော ဆေးဝါးများ

သင်လက်ရှိ မှီဝဲနေသော ဆေးဝါးကို အောက်တွင်ရေးသားပါ။

လုပ်ငန်းကိစ္စများ၊ ကျန်းမာရေးအာမခံ ကိစ္စများနှင့် ဆေးညွှန်းများ၏ မိတ္တူကို ဤအစီအစဉ်နှင့် ပူးတွဲထားရန် သတိရပါ။ သင်အလျင်အမြန် ထွက်ခွာလျှင်ဖြစ်စေ၊ တစ်စုံတစ်ယောက်က သင့်အတွက် ယူပေးရန် လိုအပ်လျှင်ဖြစ်စေ သင့်အိမ်ရှိ ဆေးများ သိမ်းထားသောနေရာကိုလည်း ဖော်ပြထားနိုင်ပါသည်။

လက်ရှိမှီဝဲနေသော ဆေးဝါးများ

ရောဂါ အခြေအနေ	ဆေးဝါး	ဆေး ပမာဏ	သောက် ရမည့် အချိန်	ဆေးညွှန်းပေးသော ဆရာဝန် (ဆက်သွယ် ရန် အချက်များ ပါဝင် ရန်)	အိမ်ရှိ ဆေးများထား သောနေရာ

ကျန်းမာရေး အထောက်အပံ့များ

	မှန်	မှား	အသေးစိတ်	အရေးပေါ် အခြေအနေ ဖြစ်ပွားပါက ပစ္စည်းကိရိယာ စီမံကိုင်တွယ်ရန် အစီအစဉ်
သင့်အားအကူအညီ ပေးသည့် ပစ္စည်းကိရိယာတစ်ခုခု သုံးပါ သလား	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
ကျန်းမာရေး စက်ကိရိယာ၏ ပုံစံနှင့် အမှတ်စဉ်ပါတ်များ				
ဓာတ်မတည့်မှုများနှင့် မတည့်သောအရာများ (အစားအသောက်၊ ဆေးဝါးစသည်)				
သွေးအမျိုးအစား				

i သင်လိုအပ်သောအရာအားလုံးကို သင်နှင့်အတူ တစ်ပတ်၊ နှစ်ပတ်အထိ ရှိနေအောင် စီစဉ်ပါ။ ယင်းတို့ထဲတွင် ပုံမှန်သောက်သော ဆေးဝါးများ သို့မဟုတ် အထူးသီးသန့် ပစ္စည်းကိရိယာများ (ဦးချုံ၊ မျက်မှန်၊ နားကြားကိရိယာ) နှင့် ဝှံ့ပိုးရေးပစ္စည်းများ (ဦးချုံ တာယာ အတွက် ဖာထေးသောပစ္စည်း သို့မဟုတ် အပိုဓာတ်ခဲများ) ပါဝင်ပါသည်။

မသန်စွမ်းမှု

	မှန်	အရေးပေါ်အခြေအနေကို ကျွန်ုပ်၏ တုံ့ပြန်နိုင်စွမ်းအပေါ် ကျွန်ုပ်၏ မသန်စွမ်းမှုက မည်သို့သက်ရောက်မှု ရှိပုံ	ပံ့ပိုးရေး အစီအစဉ်
ဉာဏ်ရည်	<input type="checkbox"/>		
သင်ယူမှု	<input type="checkbox"/>		
စကားပြောဆိုမှု ဆိုင်ရာ	<input type="checkbox"/>		
အာရုံခံသိရှိမှု	<input type="checkbox"/>		
ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ	<input type="checkbox"/>		
ဦးနှောက်နှင့် အာရုံကြော	<input type="checkbox"/>		
အခြား	<input type="checkbox"/>		

ကျွန်ုပ်၏ သတမ်းစာ

	ထုတ်ပြောထားသူ/များ	လိပ်စာ	ဖုန်း
ကျွန်ုပ်၏ သတမ်းစာ ထားရှိသောနေရာ			

ကျွန်ုပ်၏ ရှုနေပေါ်ဝါ

ကျွန်ုပ်၏ အာမခံ

	အာမခံလုပ်ငန်း	ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်	မူဝါဒ အမှတ်စဉ်
အိမ်နှင့် ပါဝင်ပစ္စည်းများ			
ကျန်းမာရေး			
ကား			
အသက်			
ဝင်ငွေအကူအကွယ်			
လုပ်ငန်း			



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သင်၏ အထူးလိုအပ်ချက်များနှင့် သင့်ပံ့ပိုးမှုကွန်ရက်က သင့်အား မည်သို့အကောင်းဆုံး ကူညီနိုင်ပုံကို စဉ်းစားပါ။ သင်ထွက်ခွာရန် အကူအညီလိုပါက စာဖြင့် လမ်းညွှန်ရေးသား ထားပြီး သင့်အစီအစဉ်ကို သင့်ပံ့ပိုးမှုကွန်ရက်က သိအောင် ပြုလုပ်ထားပါ။ ဥပမာ၊ “ကျွန်ုပ်တို့ ဆီးချိုပါသည်။ ရေခဲသေတ္တာထဲမှ ကျွန်ုပ်၏ အင်ဆူလင်ဆေးကို ယူလာပါ”။ “ကျွန်ုပ်ကို ကူညီသောတိရစ္ဆာန်ကို ကျွန်ုပ်နှင့်တရားဝင် အတူထားပေးပါ” ။

ကျွန်ုပ်၏ အရေးကြီးပစ္စည်းများနှင့် အစီအစဉ်

ပစ္စည်း	ထားရှိသောနေရာ	ကာကွယ်ရန် အစီအစဉ်

အရေးကြီးပစ္စည်းများကို သိအောင်ပုလုပ်ပုံနှင့် ကာကွယ်ပုံအကဲဖြောင်း နောက်ထပ် အချက်အလက်များကို အဆင့် ၃ တွင်ကညွှန်ပါ။

ကျွန်ုပ်၏ တိရစ္ဆာန် အစီအစဉ်

တိရစ္ဆာန် အမည်	မျိုးရိုး	မိတ်ခွဲရိုချစ်ပ် နံပါတ်	တိရစ္ဆာန် ဆွေးကု ဆရာဝန်/ တိရစ္ဆာန်ထားရာ နေရာ ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်	အရေးပေါ် လိုချိခြင်းနေရာ	လိုအပ်သော ပစ္စည်း ကိရိယာများ	အစီအစဉ်

ဒေသခံ တိရစ္ဆာန်ဆေးကု ဆရာဝန်

တိရစ္ဆာန်ထားရာနေရာ/ အသင်းအဖွဲ့

သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး

i အရေးပေါ် အခြေအနေကို ပြင်ဆင်ရာတွင် သင့်အိမ်မှူး တိရစ္ဆာန်များနှင့် အခြား တိရစ္ဆာန်များအား သူတို့ တစ်ပတ်ထက်ပိုသည့် ကာလအတွက် အာလုံအပ်သည်ကို ထည့်စဉ်းစားရန်လည်း လိုပါသည်။ ထိုအထဲတွင် အစားအသောက်၊ အမှတ်အသား၊ ဆေးဝါး၊ သယ်ယူ ပို့ဆောင်ရေးနှင့် နေရာထိုင်ခင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။



ကျွန်ုပ်၏ အရေးကိစ္စသစ် နံပါတ်များ

အရေးပေါ် အခြေအနေများ	
ရဲအဖွဲ့ မီးသတ် လူနာတင်ယာဉ်	000
SES	132 500
အဆိပ်သင့်အချက်အလက် ဖုန်းလိုင်း	13 11 26
Lifeline	13 11 14
BeyondBlue	1300 22 46 36

ကျွန်ုပ်၏ အရေးပေါ် အဆက်အသွယ်များ

ဆရာဝန်		နုအိမ်စုဆင့်ရှုကော်ရေး အပျော်စီ	
သွားဆရာဝန်		ဒေသ ရေဒီယိုလိုင်း ABC	
တိရစ္ဆာန်ဆေးကု ဆရာဝန်		ဒေသ ရေဒီယိုလိုင်း အခြားလိုင်းများ	
ထုတ်ပြောထားသူ		မီဒီယာပုံနှိပ် အဆက်အသွယ်	
ကောင်စီ		ရှုနေပေါ့ပါ	
ဂက်စ်		အာမခံလုပ်ငန်း	
တယ်လီဖုန်းကုမ္ပဏီ		ဘဏ်	
လျှပ်စစ်		လမ်းဘေးအကူအညီ	
ရေ			



ကျွန်ုပ်၏ အရေးကိစ္စသစ် နံပါတ်များ

ကျွန်ုပ်၏ အိမ်နံပါတ်

အမည်	အလုပ်	ကျောင်း	မိဘိုင်းဖုန်း

ကျွန်ုပ်၏ အိမ်နီးချင်းများ / ပုဂ္ဂိုလ်ရေး ပံ့ပိုးမှုကွန်ရက် ဖုန်းနံပါတ်များ

အမည်	အလုပ်	မိဘိုင်းဖုန်း

အခြား အရေးကိစ္စ ဖုန်းနံပါတ်များ

အမည်	အလုပ်	မိဘိုင်းဖုန်း



သတိ- ဤနံပါတ်များကို သင့်ဖုန်းထဲတွင် သိမ်းထားပြီး ကိစ္စပြားကို ဓာတ်ပုံရိုက်ထားပါ။ သို့မှသာ သင့်အရေးကြီး အချက်များ အားလုံးကို တစ်နေရာတည်းမှာ ထားရှိနိုင်ပါမည်။ အရေးပေါ် အခြေအနေ ဖြစ်ပါက မှတ်တမ်းရှိနေအောင် ယင်းတို့၏ မိတ္တူကို မိတ်ဆွေများ၊ ဆွေမျိုးများထံသို့လည်း ပေးပို့နိုင်ပါသည်။