



## خدمات برای اشخاص نابینا یا مبتلا به اختلال بینایی

### Services for people who are blind or vision impaired

There are many supports and services available for people who are blind or vision impaired.

These services can assess your needs to help you adjust to vision loss, and make the most of your vision. They work with you to learn new ways to carry out everyday tasks to make sure you can continue to be independent and participate in your chosen activities.

Services are provided by specialist organisations as well as some optometrists and some ophthalmologists.

You do not need a referral to access these services (excluding ophthalmology).

### How can support services help me?

Support services can help with:

- Reading, writing, using a computer or cooking. Many aids, equipment and technologies are available such as magnifiers, screen readers for computers, correct lighting, tactile markers for household appliances, accessible mobile phones and 'apps' (software applications) that can help with everyday tasks.
- Moving about your home, at work and in the community safely. Trained specialists can teach you to navigate areas you wish to travel in. This may include how to use a long cane or a dog guide.
- Participating in your favourite social, sport and cultural activities. Many services organise day activity programs or offer library services.

Some organisations may also provide counselling services, local support groups and employment services.

خدمات و حمایت های زیادی برای اشخاص نابینا یا آنانیکه دچار اختلال بینایی هستند، وجود دارد.

این خدمات می تواند ضروریات شما را به منظور عادت کردن شما به از دست دادن بینایی، و بهترین استفاده ممکنه از بینایی تان، بررسی کنند. ایشان با شما در قسمت آموختن طریقه های جدید انجام دادن وظایف روزمره تان جهت حصول اطمینان از ادامه استقلالیت و مشارکت شما در فعالیت های منتخبه تان، همکاری می کنند.

این خدمات توسط سازمان های تخصصی و همچنان بعضی متخصصین بینایی و داکتران چشم ارائه می گردند.

برای دسترسی به این خدمات (به استثنای داکتر چشم) شما نیاز به ارجاع شدن ندارید.

### خدمات حمایتی چگونه می تواند من را کمک کند؟

خدمات حمایتی می تواند شما را در زمینه های ذیل کمک کند:

- خواندن، نوشتن، استفاده از کامپیوتر یا آشپزی. اکثر کمک ها، وسایل و تکنولوژی ها مانند ذره بین ها، صفحه خوان کامپیوتر، روشنایی صحیح، مارکر های لمسی برای وسایل خانه، تیلیفون های موبایل سهل الوصول و 'apps' (نرم افزار ها) که در قسمت کارهای روزمره می تواند شما را کمک کند.
- در منزل، محل کار و جامعه مصونانه تحرک داشته باشید. متخصصین باتجربه بشما بیاموزند که در مکان های مورد نظرتان تردد کنید. اینکار را ممکن است با استفاده از یک عصای دراز یا سگ رهنا انجام دهید.
- در فعالیت های موردعلاقه اجتماعی، ورزشی یا فرهنگی تان اشتراک کنید. بسیاری از خدمات پروگرام های فعالیت روزمره یا رفتن به کتابخانه را ترتیب می دهند.

بعضی سازمانها همچنان خدمات مشورت دهی، گروه های حمایتی محلی و تسهیلات استخدام را نیز پیشکش می کنند.

## When should I access these support services?

If you are blind or vision impaired, you can access support services at any time.

You should consider contacting them when your vision loss starts to impact on your daily life.

Different services can be used as vision loss progresses.

Don't forget to keep having regular reviews with your optometrist or ophthalmologist, even if you are engaged with a support service.

## For more information

To find out the services available in your local area, speak to your optometrist, ophthalmologist or GP.

To find a local optometrist visit [www.optometry.org.au/victoria](http://www.optometry.org.au/victoria)

To find a local ophthalmologist visit [www.ranzco.edu](http://www.ranzco.edu)

To find out more about eye health visit [www.visioninitiative.org.au](http://www.visioninitiative.org.au)

## Low vision services in Victoria

Australian College of Optometry - low vision clinic: call 1800 033 066 or visit [www.aco.org.au](http://www.aco.org.au)

Guide Dogs Victoria: call (03) 9854 4444 or visit [www.guidedogsvictoria.com.au](http://www.guidedogsvictoria.com.au)

Vision Australia: call 1300 847 466 or visit [www.visionaustralia.org](http://www.visionaustralia.org)

## چه زمانی می توانم به این خدمات دسترسی داشته باشم؟

اگر شما نابینا یا دچار اختلال بینایی هستید، می توانید به خدمات حمایتی در زندگی روزمره تان دسترسی پیدا کنید.

زمانیکه ضعف بینایی تان روی زندگی روزمره شما تاثیر می کند، باید با ایشان در تماس شوید.

خدمات مختلف می تواند ضمن وخیم تر شدن بینایی چشم تان قابل استفاده واقع شوند.

فراموش نکنید که چشمان تانرا بطور مرتب نزد متخصص بینایی یا داکتر چشم تان مرتب معاینه کنید، حتی اگر شامل یکی از خدمات حمایتی نیز هستید.

## برای معلومات بیشتر

برای پیدا کردن خدمات حمایتی موجود در محل تان، با متخصص بینایی، داکتر چشم یا داکتر خانوادگی GP تان صحبت کنید.

برای پیدا کردن یک متخصص بینایی به وب سایت [www.optometry.org.au/victoria](http://www.optometry.org.au/victoria) مراجعه کنید.

برای پیدا کردن یک داکتر چشم به وب سایت [www.ranzco.edu](http://www.ranzco.edu) مراجعه کنید.

برای کسب معلومات راجع به صحت چشم به وب سایت [www.visioninitiative.org.au](http://www.visioninitiative.org.au) مراجعه کنید.

## خدمات کم بینایی در ویکتوریا

low vision clinic - Australian College of Optometry: به تلفون شماره 1800 033 066 زنگ بزنید یا از وب سایت [www.aco.org.au](http://www.aco.org.au) دیدن نمایند.

Guide Dogs Victoria: به تلفون شماره

(03) 9854 4444 زنگ بزنید یا از وب سایت

[www.guidedogsvictoria.com.au](http://www.guidedogsvictoria.com.au) دیدن نمایند.

Vision Australia: به تلفون شماره 1300 847 466 زنگ

بزنید یا به وب سایت [www.visionaustralia.org](http://www.visionaustralia.org) مراجعه کنید.

## Information and support services

**Blind Citizens Australia:** call 1800 033 066 or visit [www.bca.org.au](http://www.bca.org.au)

**Glaucoma Australia:** call 1800 500 880 or visit [www.glaucoma.org.au](http://www.glaucoma.org.au)

**Keratoconus Australia:** call 0409 644 811 or visit [www.keratoconus.asn.au](http://www.keratoconus.asn.au)

**Macular Disease Foundation Australia:** call 1800 111 709 or visit [www.mdfoundation.com.au](http://www.mdfoundation.com.au)

**Retina Australia:** call 1800 999 870 or visit [www.retinaaustralia.com.au](http://www.retinaaustralia.com.au)

**Royal Institute for Deaf and Blind Children:** call (02) 9871 1233 or visit [www.ridbc.org.au](http://www.ridbc.org.au)

## معلومات و خدمات حمایتی

**Blind Citizens Australia:** به تلفون شماره 1800 033 066 زنگ بزنید یا به وب سایت [www.bca.org.au](http://www.bca.org.au) مراجعه کنید.

**Glaucoma Australia:** به تلفون شماره 1800 500 880 زنگ بزنید یا به وب سایت [www.glaucoma.org.au](http://www.glaucoma.org.au) مراجعه کنید.

**Keratoconus Australia:** به تلفون شماره 0409 644 811 زنگ بزنید یا به وب سایت [www.keratoconus.asn.au](http://www.keratoconus.asn.au) مراجعه کنید.

**Macular Disease Foundation Australia:** به تلفون شماره 1800 111 709 زنگ بزنید یا به وب سایت [www.mdfoundation.com.au](http://www.mdfoundation.com.au) مراجعه کنید.

**Retina Australia:** به تلفون شماره 1800 999 870 زنگ بزنید یا به وب سایت [www.retinaaustralia.com.au](http://www.retinaaustralia.com.au) مراجعه کنید.

**Royal Institute for Deaf and Blind Children:** به تلفون شماره (02) 9871 1233 زنگ بزنید یا به وب سایت [www.ridbc.org.au](http://www.ridbc.org.au) مراجعه کنید.