

Pe sa'o le polokalame lea mo oe?

O lenei Polokalame o le COACH, e talafeagai mo tagata e 18 tausaga ma luga atu o lo'o maua i le tasi, po'o le sili atu fo'i o fa'afitauli masani nei:

- Ma'i fatu
- Fa'aletonu o le fatu
- Fa'ama'i ole toto ma alatoto
- Ma'i ole Stroke
- Ma'isuka ituaiga 2
- Tagata e ono maua ile ma'isuka (Prediabetes)
- Fa'ama'i tugā ole mamā (COPD)

Auala e fesoota'i mai ai

Telefoni mai ile 07 3844 9166 mo nisi fa'amatalaga ma va'ai pe e te agava'a mo le polokalame.

Pepa fa'asinomaga mai ia matou

Matou te talia pepa fa'asinoga (referral) a le tagata lava ia, GP, Allied Health , Community Organisations e ala i le telefoni, imeli po'o le fax. E mafai foi ona maua sau pepa fa'asinoga ile matou upegatafa'ilagi www.eccq.com.au

Polokalame mo le Puipuiga mai Faama'i Le Pipisi

O Le Polokalame o le COACH mo tagata mai Aganu'u Eseese



Telefoni 07 3844 9166
Fax 07 3846 4453
Email chronicdisease2@eccq.com.au
Web eccq.com.au

Matou te puipuia le saogalemū o fa'amatalaga patino e tusa ai ma Faiga ma Ta'iala Puipui Malu a le ECCQ.



O le COACH Program Pty Ltd na fausia ma umia le polokalame ole COACH. O le Polokalame o le COACH o le fa'ailogga fa'amaufa'ailogga a le "The COACH Program Pty Ltd" ma o lo'o fa'aogaina i lalo o le laisene e le ECCQ.

O Le Polokalame o le COACH mo tagata mai Aganu'u Eseese

O se polokalame aunoa ma se totogi mo le pulega o faama'i le pipisi e le tagata lava ia



I O ai le ECCQ?

Talu mai le 1976, o le ECCQ o se fa'alapopotoga tuto'atasi, fa'avae e sui 'auai, avea ma fa'auluuluga e fai ma sui o atunu'u ma aganu'u eseese i Kuiniselani.

O le Polokalame Fa'ama'i Le Pipisi a le ECCQ o lo'o tu'uina atu togafitiga mo le puipuiga, na amata mai le 2007. O la matou aufaigaluega e galue i gagana e lua (bilingual) e fa'amautinoaina le maua o fa'amatalaga talafeagai, faapea ma le lagolago e puipuia ai faama'i le pipisi, pe fa'afoeina e le tagata lava ia.

I O le a le Polokalame ole COACH?

Na fausia i Ausetalia i le 1995, O le COACH Program o le polokalame ua maualuga lona fa'amaonia fa'asaienisi ile puipuia o fa'ama'i le pipisi i le lalolagi. O le polokalame o le COACH ua fa'amaonia e fesoasoani ai i tagata o lo'o maua i fa'ama'i tumau ia maua le soifua maloloina lelei ma ola i se olaga umi ma le fiafia.



I E faapefea ona aoga?

1

O le a vili pe feiloa'i atu le Health Worker ia te oe, e fai sau siaki, aunoa ma se totogi, e iloa ai pe ete agavaa mo le polokalame.

2

E te filifilia:

- Se taimi talafeagai mo oe e amata ai le polokalame.
- E o'o atu i le 6 vasega fa'apitoa.
- Vasega pea feiloa'i, i luga o le telefoni, online, po'o se tuufatasiga nei filifiliga.
- Fai le vasega e tu'uina atu i lau lava gagana: Arapi, Burmese, Mandarin, Cantonese, Dari, Hindi, Malayalam, Swahili, Gagana Samoa, English po'o se fa'aliliupu, peā mana'omia.
- Fai le vasega na o oe poo se vaega to'alaiti ma isi tagata auai.



3

O le a maua e oe ma lau foma'i se tusi i lau gagana (poo le faaperetania) pe a uma vasega ta'itasi.



I O se polokalame mo ai?

- Soo se sui lava o lo'o maua i fa'ama'i tumau, poo fa'ama'i le Pipisi.
- E te mana'o e te pulea e oe lou soifua maloloina.
- E te mana'o i faamatalaga ma punaoa talafeagai ua uma ona fa'aliliu.
- E te mana'o ia e malamalama ile lamatiaga o fa'ama'i ma tulaga e aafia ai lou soifua maloloina:
 - Cholesterol (ga'o i totonu ole toto)
 - Fua ole toto (blood pressure)
 - Tulaga o le suka i le toto
 - Tapa'a ma le taumafa 'ava malosi
 - Gaioiga faaletino (physical activity)
 - Mea'tausami (nutrition)
 - Fualauu ma vailaau mai le fomai (medication)
 - Soifua Maloloina o le Mafaufau (mental health)

