



Döm de koc
cin ku tiëm
de kë nuän koc

Bĩ nhial de mĩththi
të yenë bëny de
nhom biäk
de pĩrdu.

Kä tō thin

Në ye buṅë.....	1
Të cīn piəl.....	2
Të bīn pial ku të piəl yīn.....	4
Tīit de nyin në ka ye mīth ke kōr ku të ye kek tō thin.....	6
Tak- ekë lëu ba rōm we mēnh du.....	8
Mēnh duōn nōṅ run ke rou ka ḡuan 2-4.....	10
Mēnh duōn nōṅ run ke dhiēc ka dherou 5-7.....	11
Ajuier de tīit de nyin.....	12
Ajuier de ka tuēṅ.....	13
Wēl ke bai ku mēēth.....	14
Wēl kōk ke kōc ciēṅ.....	16
Në wēl juēc ku kuōny.....	Kë tō në ye kōu
Waragēk diēn de tīit de nyin.....	Kë tō në ye kōu

Αλεεc enōṅ kōc e ke loi ë buṅë

Ëë buṅë e juuir Akutnhom de Mith ku bëi ci mat ḡel bëny de nhom de Akuma de Auetralia men ye maktam de Pial ku dhiōp tīit nyin në mīth ku kōc tuany në bëny de nhom(COPMI). Wēl juēc kōk ke ye kenë alëu bake yōk në www.copmi.net.au

Wō lec kōc ke mīth, dumuuk ke mīth, mīth and jōl ya kōc ci piōc ci luui arēēt në ye buṅë yic.

Buṅë e gutë bei në Akutnhom de Mith ku bëi ci mat ḡ el bëny de nhom ku maktam de Pial ku dhiōp tīit nyin në mīth ku kōc tuany në bëny de nhom (COPMI).

Acı cuēēc,thuiēṅ ku jōl gutë bei në Akut cōl Motiv Brand Design.

© AICAFMHA 2009

ISBN 0-9752124-5-1

Yen aye yōk në ke ṅān kē:

'Family Talk'
'The Best For Me and My Baby'



Në ye buṅë

Ëbuṅë ekë de kōc bec në bëny de nhom, ku nōṅ kē mīth kor nōṅ run ke rou ku run ke dherou (2&7). Eya ekë kōc cēṅ, bëi ku mēēth.

Anōṅic wēl thiēkic ye jam në mōōth pieth de mīth lëu bë yīn kuony bī nhial de mīthku ku dhōl lëu bin ke bëi nhial apieth në dit den yic.

Ëkēnë acı lëu ba looi yī tōk

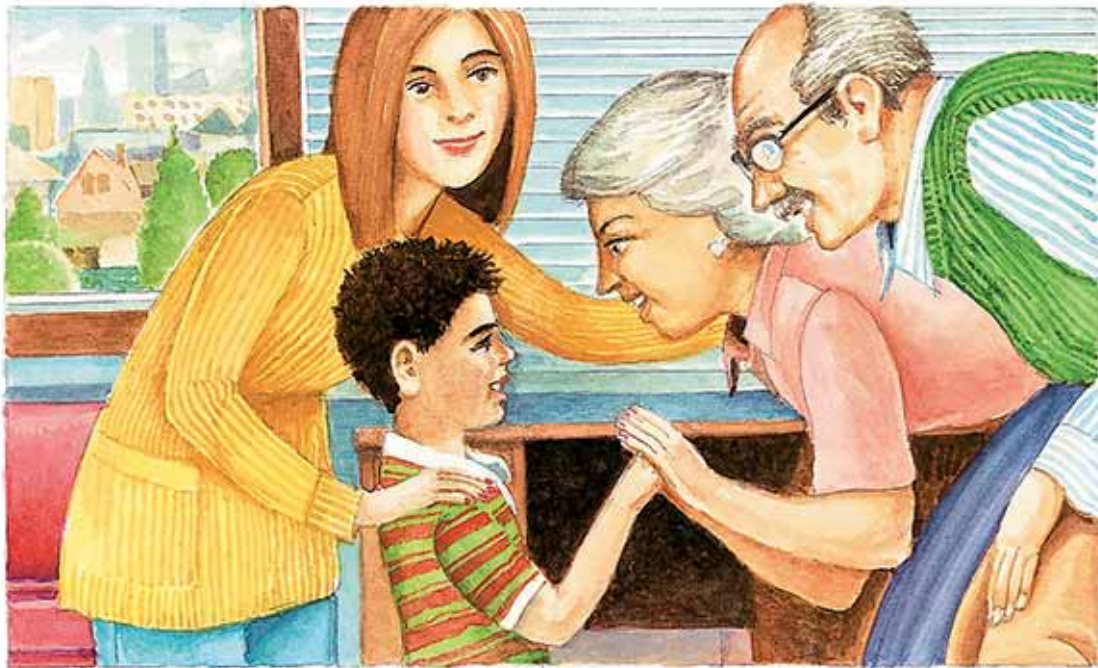
Kōc juēc bec në ke nhīim nōṅ mīthii kor aye rōth yōk ke pēi ku wēēc kē kenë wur kōk ke mīth. Kōk ke kek aye gup riōōc bik thiēc në kuōny, aye tak lan nade ke ke lëu bike guo luk. Në yic pacōk, anōṅ kōc juēc bec në ke nhīim ku ka bī mīth ken nhial apieth, ekēnë akuc kōc juēc ku ka nōṅ ṅān juēc ke kuōny tō ye kōc kony. Nōṅ yī kōc ci piōc në biāk de pial, (itordu, akim de mīth, akut de tuany de nhom, ku ṅān kē pial tō në bai nōṅ duōn ku jōl ya kōk). Duluui ke mīth kor (duluui ke ṅān ke cool ke mīthii, kōc lui në thukuulnhi ku thukuul dīt yic.*

Në ye buṅë kōu ke yīn bë telepuun ke ṅān ye kōc kuony yōk ku liṅ nōṅ kony de wēphthiaai.

Kä ye kōc kuony në dōṅ de mīth yic athiek yic- Keek kedhiē akōr kōc ke mīth keek

Ke ka nōṅ yī, kōc ke bai, mēēth, ran rēēr ke yī, kōc ke akut de bai, wur ku mar ke mīth ka akuut kōk ye kony ku jōl ya war kōk ke mīth lëu bake yōk të yenë mēnhdu pol thin , të de muk de mīth, thukuul thi ku thukuul dīt ke mīthii.

* Ajuēk de ye buṅë (cōl dōm de kōc cin ku tiēm de kē nuān kōc) de duluui ke mīth tō në amatnhom de duluui alëu ba yōk në www.copmi.net.au



Wur ku mär ke mïth aye luçi de bï nhial de mïth yök ke rir apçi ku jol ber tuany ke jal nui wei arëet. Yen edik ba nyin ya tiit në pial du. Ekënë në thee kök alëu bë yin cök wek emëeth ago beer lõn ku ba ditordu lo tiñ.

Thiëc de kuony ëkë pieth

- Mïthii aye koc dit koor në kem ken ku yikë daai në kã yekë ke looi ku kënë eke cök tã ke ke cîn adier. Ekënë ayen yic rier arëet bë mïth yï ya tiñ ke nõn tãn yin röt yök yi tøk, adier ka tãn diit de nom. Apieth eya ba ran dë ye tiñ ke nhier menhdu ya beer lo rëer ke yen në thee wën lik ago ye nom ber lo waar. Koc cit ke kã kã aye yï kuar ke mïth ku kook ken ka kök ye muk në mïth ka ran lui tã de muk de mïth ka dupiõny de mïth.
- Thiëc ran ye gam piõu bë yin luõi ajuier de muk de mïth (tiñ në apãm 12).

Mïth aye kã juëc ke piir den yök enõn koc ye ke bëi nhial gøl në mæeth den yic agut ci dit den. Acan bë mïth cil apieth eka koor luõi na cök bec ke yin koc kök cök kony mïth. Nhiër nhierë mïth ku yin acin bë jal tã cök kã koc kök ke ya muk.

Yin ci bë ya pial në tha thok ëbën, ku yin ye dhiac ke yin ye wur de mïth tã bec yin ke tã piol yin.

Daai ë në kaam de menhdu ke yï tã bec yin

- Na koor ba kã ci thiök në røth ke yin ye athöör ku thuraai tuõc yen, ye yup në telepuun ka ye lo neem.
- Yin lëu ba ya yök we menhdu agut ba pial
- Menhdu alëu bë piõu ya miet tã yin kã ye ke koor luõi yen.

*Aa ya koor ba ya luõi
ka thi yeke wic në køl
thok ëbën- në thee kök
aye koor buk pol në
tøk, thee kök aye koor
ba lëk akölkööl.*

Na nuan muk de mënhdü yin, ke yï lör enõn dului de akut de pial. Alëu bë yï lo nyuõth kök ke muñ de mïth, cit man de ba ya döl we menhdu ku ye kã ye looi nhier yic.

Dhuñ de nom de thiëc ye menhdu ke thiëc yï në kã de bënydu ka yilac du

Mïth alëu bik kã cit kök lo thõõn në bëny ye lëk wëu keek. Adiak ba bënydu ya cök nyic meth, lëk kã yen dhöl bene piñ apieth. Apieth bë meth ya thiëc ke mit piõu (tiñ apãm 9 ku 10)



Në wël ku kuony, yupë telepuun de Pïiric/Lifeline 131 114

(eyör në thee ke thiër rou ku nuan ke jiëm koc piõth)

Ka yupë akut de kony de wur ku mär ke mïth

ACT	(02) 6287 3833
Tas	1800 808 178
NSW - Karitane Care Line	1300 227 464
- Tresillian	1800 637 357
- Parentline	1300 1300 52
Vic	13 22 89
SA	1300 364 100
Qld ku NT	1300 301 300
WA	1800 654 432
	ka (08) 9272 1466

Të bîn pial ku të piol yîn



Acin dhöl tøj yenë mïth bëi nhial

- Në nõ, Mïth ke dhia aye kõr në cam, bëke nhiar, të pieth de tøj,ku të ye ke gup lo wai-wai. Kë thiëkic arëët, aye kë koor bë nañ ran tøj diit ye røth gei ku ye kuony në kã yekë ke wïc kedhe.
- Yîn lëu ba kãc kãk cøk ye mïth tïj në ye kaam bec yinë ku ca pial ke yi døk røt keek.
- Dhuk du ciën në bëcë enøj meth alëu yic nõi rier, në yic pacøk them ba ya thiøk wonë mënñ du ye pol we yen.

- Tau de methdu të de muñ de mïth apieth, në nõ eyi ber cøk lãäu ago køk looi.

Ye cøk nyic mïth lan nadë ke ce tha den bik nyin tiit në yin, ku bik nyic lan nadë ke yinë ka lëu ban yin tiit në keek.

- Aye mïth nhiar arëët bik ran bec pan den ya kuony. Apieth bë mïth nyin ya tiit ku cï pieth bë ye lon den.



Kony de methdu në diit de yic

- Ekë tøj enøj wur ke meth ku mår ken bik dier në cil de meth. Anøj wepthaa ku kãc ye kãc kuony ago na nyic në ye kënë tïj www.raeingchildren.net.au, www.cyh.com, luõi de pial de mïth, dului ke mïth and dupiöc.

Ee ya cøk dier apeï të yenë wënthin diënë røt cøl ë jö- ekë de gãi. Kãc ke të de mïth aci yen bën yøk lan nadë këye kë ye røt luöl mïth kor.

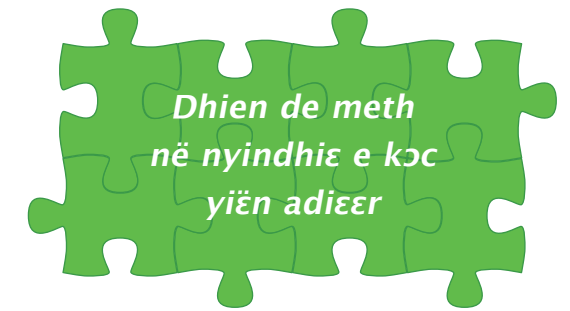
- Mïth aye piöc në kë ye lëk ke, ku kë yekë tïj enøj kãc diit. Ye them ba kã ye mënñdu ke koor ya tïj apieth.

Të wïc yen kaam die ya tøk, ëka ya thiëc në kë wïc buk kan looi, ka kuen nëtök ago kaam thiin kor loi wonë yen'.

Tãn de meth e cil ke dëei wã ku yeku ka ye kë looi tïj

Acie ba ke lec nhiim në nyindhie – ye cøk nyic mïth lan nadë ke yi mit piöu në ka pieth yekë ke looi. (Aca tïj ke yin ci paan diit cuëc)

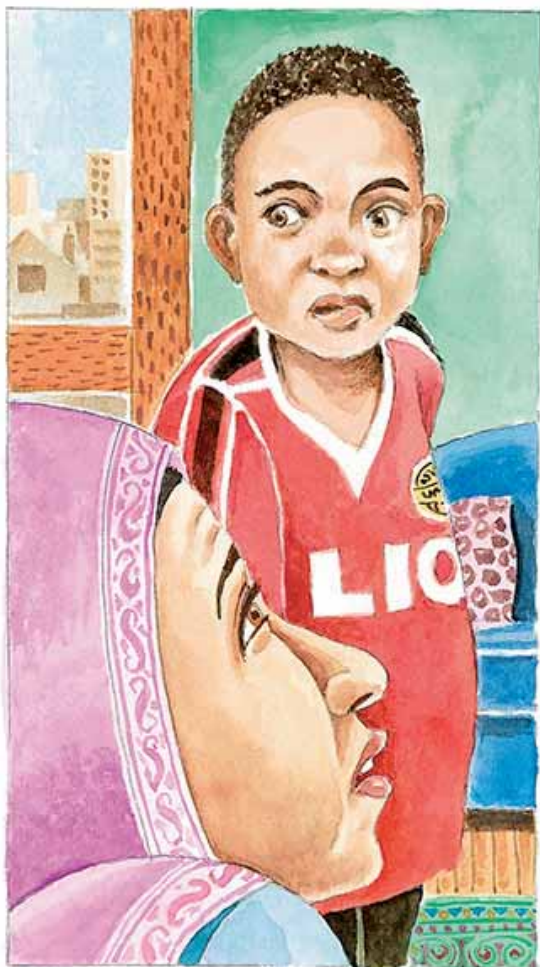
Ye nyin tiit në mïth të bec yinne kë lëu bënë meth tuanydu cøk ye cøkdu (ye nyin tiit apieth) ne kë lëu bë ye kënë ye liäap nhom . Ye røt dac dhuøk në lööñ kuñ ke baai yiic.



Të jot yîn røt në tuany nyic, ke yîn ye dhien de meth yök ke tiam yîn. Yen athiekic arëët ba røt kan ya tïj apieth ku jot mënñdu bën tïj (jam në rør kor ka døj de mehn ci yot wei).Na ci mënñdu lëu në døj ke them ba ya lo thiëc në kony të nõñ kãc køk. Thiëc kuony enøj ran lui në biäk de pan de Akim.



Tiit de nyin në ka ye mīth ke kōr ku të ye kek tō thin



Mīth anōj dhōl juēc ye kek kã yeke kōr nyuōth ake yic rier bē dac deet.

- Ye daai, ye piŋ në ka ye mīth ke looi.
- Ye kaam thin kor 5-10 bēi bei në kōōl thok bin ka ye meth ke looi ya dōt apieth.



- Na cōk naŋ mīth juēc ē ka dhiac ke dik ba ya daai në ŋek në ke yiic.

Tēkdē yin lēu ba kōr në kuōny ago kã ye mīth ke kōr ya nyic, kã ke miet de piōu ku ka ci kek ke piōōth mit. Ran luī pan akim në biäk de muŋ de mīth alēu bē yin kony në ye kēnē.

Mīth aye daai në kōc dīt ken në kaam jōt kek rōth në pialic.

Aye kōk nhiaar bē kōc dīt ken kuōny ago kē cuōk beer dhuk në bēcē

- Ye them ba lēk ke lan nadē ke tuany du ku pial acin kek cin thin
- Nē jamic, ye them ba mēnhdu ya piŋ, ye wēt ye luel deetic ku tāŋde, ku ye nyuōth mēn nadē ke yi nhier jamde.
- Mīth kōk alēu bīk yī nyuōth kec de piōu cī nhiaar. Them ba ke kākē jam yic we keek (yī ca tiŋ ke yī ci piōu mit në kōōlē yerjō loi rōt?).

Na nōj kã waar rōth në piir de mēnhdu yic, (tē kōr yin en ba biäk de ka tē nōj en ran kony mēnhdu bai) e ka yī cōk kaac nhom (ka cīt yī bē meth nhom mää r në yōn de laac). Ke kã kē, aye rōth bēn waar në dhōl dak yī nhom. Na ci ke kã tuōl enōj meth ke ye lēk dupiōōc ke mīth ago yī kuōny ēya. Yin eya ye lēu ba kee ka; kē jaam yic wōnē keek.

Nē thee kōk kōc dīt ke mīth aye piōōth dak në nhiēr nhierē mīth keek. Jam wōnē dului duōn de paan de akim.

Ye rōt puōl: Acie thee kedhie kee ye rōth tiŋ

Agut ci wur ke mīth nōj adōt alēu bīkē nhīim rier në thee kōk enōj mīth. Ekēnē e aye pieth ba ya muk në yī nhom apieth. Acie lan nadē ke ye kēriēc ebēn ye ba ya ŋuen. Wō ye kōc, acie kēriēc yen yeku lēu në luōi. Dē ēya acie cuku nyin bē ya tiit në mīth, wō bē dhil ya tiit në keek ku nyic ku niōpda. Jam ku rēer në tōk athiekiic arēēt.

Tiŋ në wēpthaai de bi nhial de mīth yic: www.raisingchildren.net.au



Tak- ekë lëu ba rɔm we mən̄h du



Miet de piū

*Ye tak ke kee mīth
kē mit piōth?*

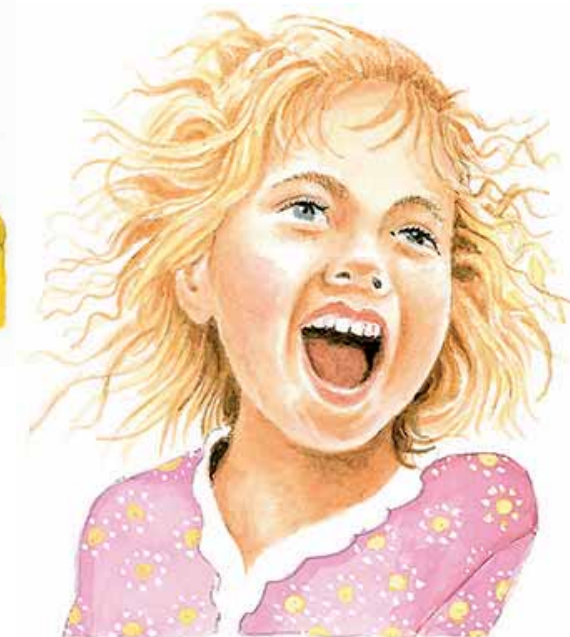
*Ku ye nō yīn e tak
wuya?*



Gōth



Gäi



Döl

*Thuur atiepa de tē
ye yök rɔt emenē*

- Mēnh nɔj run ke rou alēu bē gōth ku miet de piū nyic ku mēnh nɔj run ke bēt alēu ke kã kē nyic kedhia.
- Yīn lēu ba bök juēc ke mīth ya jam nē bēny de nhom yök nē www.copmi.net.au



Riak de piū

Riōc

Mënhdu nɔŋ run ke 2 ka 4



Duõnë muŋ de mënhdu ye tɔk enɔŋ kɔc juëc

Apieth bë ya kɔc diääk ke ye mïth ku tiŋ ku yekë yï kuɔny në muŋ den ago mïth røth ya gëei eya në keek.

Wëië keek bik yï lëk kë cik tiŋ ku kë cik deet në kë ci rɔt looi yic.

Mïth nɔŋ ke run kë aye këriëc thöŋ ke thiääk ke keek në dhöl kɔk, yen piŋ ke cik deetic ku jɔl lëk keek bik piŋ apieth. Mënh dë alëu bë thöŋ ke kë cien ye tɔ kenë wun ka man e awai enɔŋ yen.

Kɔr wët kɔc yic lëu bë mïth piŋ ku yen yï tuany du luël baai në tha ëbën.

Bëi kɔk aye jam në kɔc dît kɔk ye tɔ ke pëi ku cik piöth ye miët tē bec kek. Kɔk aye thöŋ ya yeke cït kuëc. Tã den alëu ba yök në COPMI wëpthaai, kɔc ke mïth ku bëi ken www.copmi.net.au

Dumuuk kɔk ke mïth (cït man de kɔc ye mïth muk, kok ke mïth, kuar ke mïth, kɔc kɔk ci røth weei ye muk në mïth) alëu bik nhiaar e thoŋ yï jiem thïn tē jiem yï në kë de bëny du ago mïth tuanydu cuök ye kuöc piŋ. Na ye raan ëbën jam në athiaan, ke ka lëu bë mïth ya liäp nhïim ku yiën ke adieer- yic yëer a meth kuɔny ago ya thiëc në kë kɔr piöndë në dît de yic.



Mïth aditë piŋ keek ku jam akoor

Aye daai në kë loi rɔt, ekënë ayen piath ba jam we keek në kë ci rɔt looi. Ye ke jaam në wël thii bike deet yiic-thuur atiepa ka thura tɔ në bukic alëu bë yï kuɔny.

Mënh duõn nɔŋ run ke dhiëc ka dherou 5-7

Deet tē yenë mïth ku tɔ thïn ku nëm ka ci røth waar enɔŋ keek

Ye mïth cɔk piŋ bënydu duõnë ye thiaan enɔŋ mïth. Ye ke piŋ tē jiemë mïth kenë yï.



Thiëc ke në kë yekë tak në ye kë loi rɔtë yic

Mïth nɔŋ ke run kë(5-7) aye piŋ apieth ku ka lëu bik kë cik piŋ enɔŋ kɔc dît lo waric në dhöl wäac. Daaië apieth në tē yenë meth kaŋ deet yic thïn, wël ku kë loi røth (cït man de yenjô ye luël de ye wëtë?)

Täau ë kë ci rɔt kuöc piŋ tē de

Ee kaamë ayenë mïth täŋ de kɔc kɔk gam ku ka dhiac ke yekë thöŋ lan nadë ke kä ye tuöl ye røth gɔl enɔŋ keek.(alëu bë kë thöŋ ke bëny de wun bö enɔŋ keek) Na cik kuen, mïth kɔk aye bën kok në akökööl ci ke göör ka wël tɔ në wëpthaai yiic)

Duõnë mïth ye cɔk nɔŋ adieer në bënydu

Apieth ba kee kãke ya jaamic we mëëth, kɔc ke baai ka duluui ke paan de Akim. Në theë kɔk, mënhdu alëu bë nhiaar bë jam në kee kä kë yiic ke raan dë. Ekënë e røt looi aci rac yene kee ya biäk de dît de mïth. Ye cɔk dhil ke nyic ke yï piöl në yekënë ago kë cuök lan na dë ke yï bë piöu riäk enɔŋ keek

Ye mïthku wëei ku ye ke kuɔny ago kë kä loi ke ya lëu në luöl ku thukuul ken



Të kɔr yï ba ka ye mïth ke kɔr nyic ke yï jam wɔnë duluï de paan de akim ka raan tɔ tē muŋ de mïth ka lɔr në wëpthaai tönë ye buŋë kōu

Ajuier de tiit de nyin

Koc juec ke mith aye lucci de ajuier de tiit de nyin yok ke pieth ne bei ken yic ku bei kok, meeth mu mith te cik kek dit.

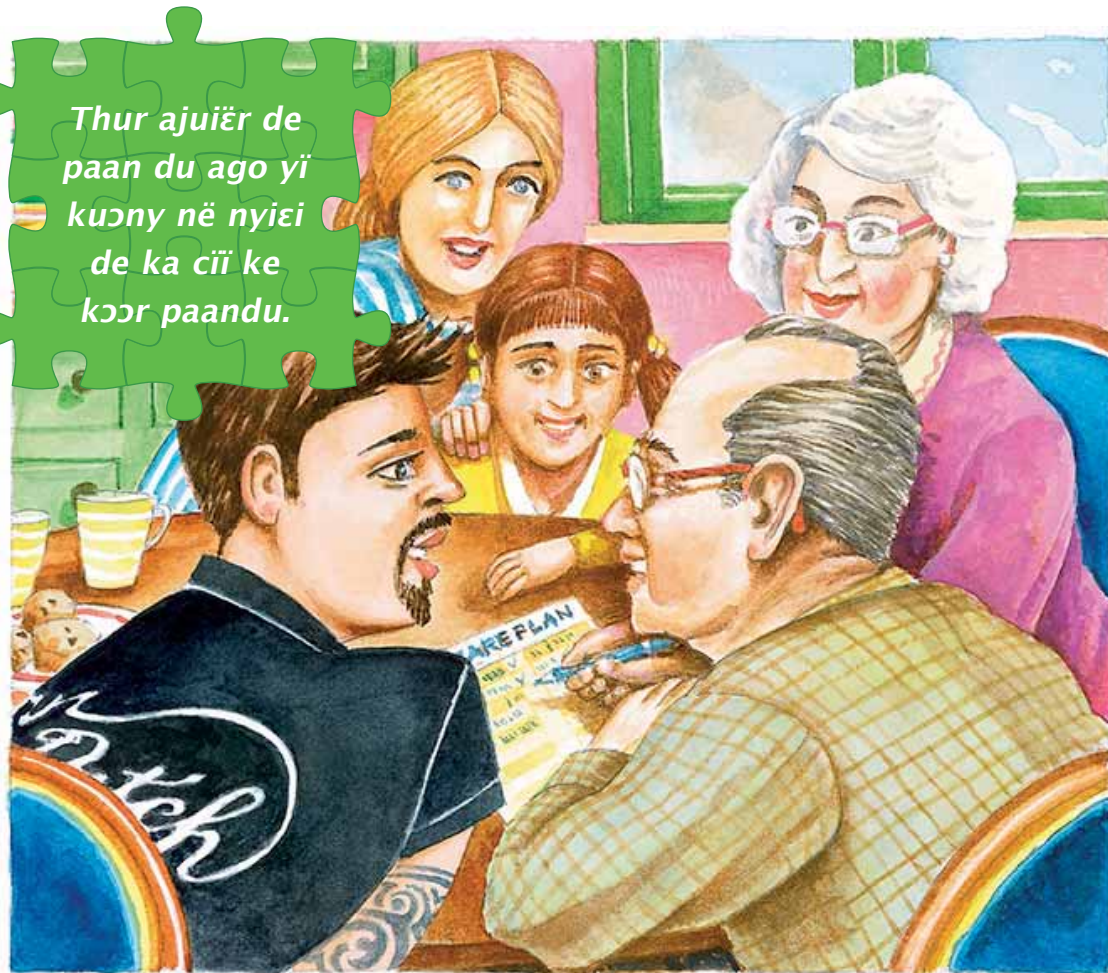
Ajuier ee raan eben cok nyic ke loi rot ku kee ke be tuol te bin ber bec ku ci leu ba meth leu ne muk.

Ee ajuiere emith ku koc dit kok wen ye mith kuony cok nhiim ne piir de meth yic.

Yin be ka ye ye nyuoth yok ne wepthai www.copmi.net.au ne biak de bok to thin. Ka thiec ran lu ne biak de paan de akim, dului de mith ka raan to ne thukul de menh du yic. Yen

eya apieth ba ka ye menhdu ke looi ya gat piny. Kuen e buje apieth ku ka cik ke nyuoth ne ye buje kou. Ye buje toou te nyic mith ku koc kok ye nyin tiit ne mith.

Anath ku ke menhdu ku yin be ka to ne ye buje kou nhiaar ku yeke luosi.



Thur ajuier de paan du ago yi kuony ne nyiei de ka ci ke koc paandu.

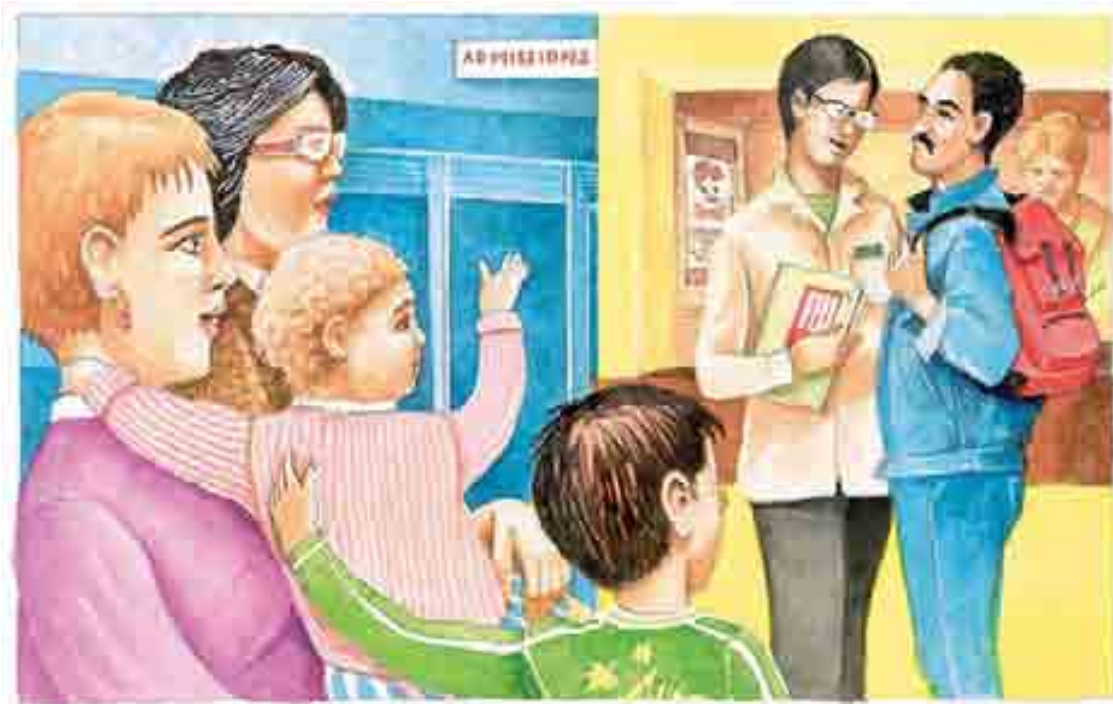
Ajuier de ka tueen

Ye ajuier du loi tueen kedu ku ke de menhdu.

Ye ajuier du dac looi ke keriec e ben ken tuol ne go.

- Ey kuony ago dac that ne mieth de menhdu.
- Ey kuony ba kurithiik juir apieth ago meth nañ te ben pol ke ci ye nhom ber deny.
- Ey kuony ba k eke daai ke meth cok to te thiok.
- Ey kuony ago ya laar te de muñ de mith ago ya nañ kaam leu bin loñ.





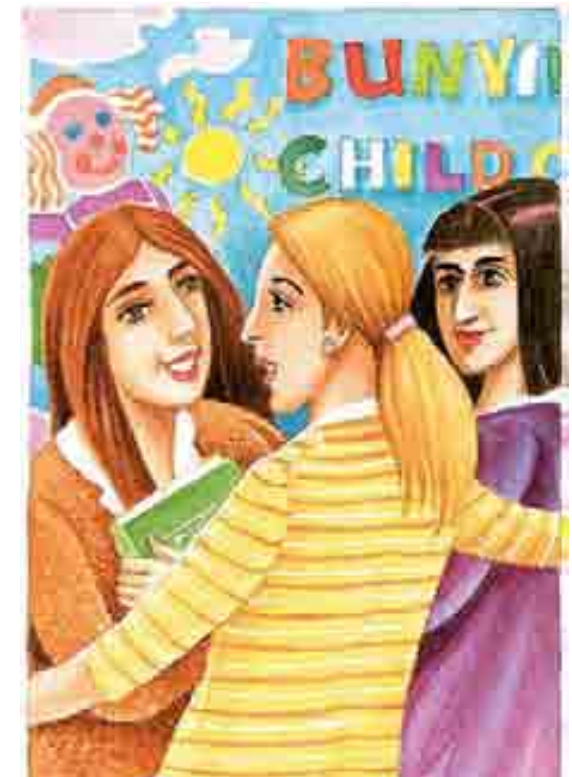
Raan thiekic ku nhieer mïth apieth bë ya cök rëër kenë mïth në kaam cïnë meth naj nhom riëer.

- Cök nyic mïth lan nadë k eke lëu bïk yi thiëc në biäk de tuaany de wun ka manden. Duönë meth ye jööny në ke kä kë yiic.
- Mïth thi acie kör në kä ye ke dhuk nhïim kedhie ku ekënë **e yi kuony ba tan den nyic** (thiëc keek yenö ye kë yök ke loi rät?)
- Dhuñ yenë mïth dhuök nhïim **kä ci ke thiëc eke cök kueth** ku kee tanñden cök kuut ye yic.
- Mïth aye piöth löyum tö nøy en raan ye kek röth gëei, **yeke thiëc ka ken wïc kë keek**. Ran ye pol ke keek ku ye ke wësi në pïir den yic.

**Ye kuony kock në
ñuöpdu, të nøy en mënh
yïn nyin tiit në kaam
cekic cöl dumuuk
ye koc jam nhïim në
1800 242 636**

Në thee kök të bëcë man ka wun de meth ke cök de eröt waar ake mïth cök riöc.

- Ee piöu riääk, ñuöp rem, ka kee tö në ke göth ku ye koc liäap nhïim ku yenë mïth riöc ku ka pieth be mïth ya gël të looi kë cït ëkënë röt. Nyin thith ee mïth yiën riöc , yïn lëu ba mïth kony në jön lëu binë jot ëtëën.
- Na ye wun de meth röt kuöc muk në meth nyin, ke lëk kë mïth apieth lan nadë ke kee ka looi wun keek kë acie ke ye cök de ëkë de tuanyde ci ye löny.
- Thiëc meth në të yen röt yök thïn ku cök nyic lan nadë ke göth ka riäk de piöu cie kë rac. Röm të yïn röt yök thïn eya wonë keek (yen eci piöu riääk wën..... Ku yen ci piöu riäk emen miäkduurë) nyuöth atiepa de buñ de akokööl tö në apäm 9 ku apäm 10
- Raan luí yön de kuën në baai nøy duön alëu bë yi nyuöth bök kök ke mïth tö yön den de kuën. Cök mïth ci dit kedhie **nyic telepuun de kuony de mïth** 1800 55 1800 ku thaa lëu bïk kek yen ayup apieth ba naba de telepuun tou apieth.



Kuonyë wur ka man ke mïth në kaam bi ke bei në bëcë

- Na yïn ye lon de man de meth looi waar bec yen, ke jöl them ba thöl man de meth të cen pial. **Dhuök ë röt ciëën ku duöne kec wei**
- Beerë mïth cök nyic **yic thiek de man ka wun baai**
- **Kuanyë man de meth** cök të de muñ de mïth ka të yenë mïth leer bïk lo cool thïn jam wonë raan gäär etëën ne biäk de ka ye meth ke koor ku tau de baai.

Bëny ye bën alëu bë kaam de koc ke baai riöc. Duöned ye cuoi, ye nyin göör në ka ye mïth kuony.

Wël kök ke kɔc ciɛŋ

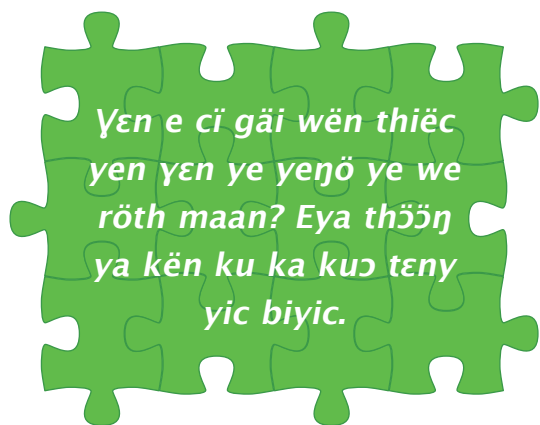
Möök de mïth arir yic apei në ceŋic ku yen ye cöök de bëny de nhom

Köör kuɔny të yin e tak ke ceŋ duön nɔŋic ka nuän week. Na nɔŋ tɔŋ tō baai, ke ka ye mïth dac deet. Duönë thöŋ wu na nin kë ke kën kë piŋ.



Akut de dumuuk ye kɔc jaam nhiim eya ekɔc wɛi piöth në biak de ceŋ yuöpë telepuun 1800 789 978

Aca yök ke rir apei ba kuɔny gam ku ka ca cök nyic edë ca ŋo looi të kenë tiŋ de mathdië rot gam bë nya thiin denë ya laar në Thukul de mïth yic miäkdur, ka të ëkënë awa wɔ kuɔny ku jɔl ya të kënë dhɔm de wan math wɔ ya that miëth.'



Yen e cï gäi wën thiëc yen yen ye yeŋö ye we röth maan? Eya thöŋ ya kën ku ka kuɔ tɛny yic biyic.

Puök, jal ka paan kuc ceŋ

Yen athiekic ba kuɔny ya köör aguɔ kë luuï ë tök ke we ye man ku wun de meth ka bë nhial de meth të yin cin tök **yuöpë ciɛŋ Australia në telepuun** 1300 364 277 **ka röör yuöpë** 1300 789 978 lɔr enɔŋ akut duön de **kɔc ke mïth** ka **lɔr në** wɛpthaai de bë nhial de mïth-tiŋë buŋë kəu në kök juëc.

Në wël juëc ku kuɔny

Thiëc ran lui në biäk de pial ka ran lui në biäk de mïththi tō në bai nɔŋ duön në ka wën ye röth loi etën ku akuut ye nyin tïit në keek. (cït men de yi Akuut ye diäar kony) ka cotë në ke telepuun tō piiny kë në kuɔny.

Muk de Mïth Telepuun. 1800 670 305
(në wël ku dök në möök de mïth në bai nɔŋ duön)

Wël yith ke Dumuuk (jïëm de piöu ku kuɔny). 1800 242 636
Ka cɔl Akut de dumuuk tō në State duön yic)

Piiric/Lifeline 131 114
(Telepuun den e ɔɔr në thee ke thiër rou ku ŋuan në jïëm de nhom ku tooc de kɔc enɔŋ akuut ye kony).

Piiric Jɔl Thiëc 1300 131 114
(Wël ke bëny de nhom ku kök ke pial alëu bake yök etën)

Telepuun de Dier de yic de Australia 1800 187 263
(Në wël ku tooc de kɔc enɔŋ yän kony keek)

Määth Australia 1300 364 277
(Në wël ku jïëm de roth në biak de ka ke mäath)

Telepuun de Röör 1300 78 99 78
(Röör nɔŋ ka nuan keek në bëi ken yic)

Telepun de Kɔc ke mïth

ACT (02) 6287 3833	Tas. 1800 808 178
NSW – Karitane Care Line 1300 227 464	Vic. 13 22 89
– Tresillian 1800 637 357	SA 1300 364 100
– Telepun de kɔc ke mïth 1300 1300 52	WA (08) 9272 1466
Qld ku NT 1300 30 1300	ka 1800 654 432

Anuan de wɛpthiëc (tak: internet atō në yan juëc thiäak kenë yin)

Bï nhial de mïth
www.raisingchildren.net.au

Mïth ku pial de guöp de remthi
www.cyh.com

Mïth ke kɔc bec në bëny de nhom (COPMI)
www.copmi.net.au

Pial de nhom ku piir pieth
www.mentalhealth.gov.au

Bëi nɔŋë kɔc dït ke baai bëny de nhom (FaPM)
men e ye cɔl Vicchamps)
www.easternhealth.org.au/champs/

Akut de ceŋ wäac yic tït nyin në bëcbëec në Australia
www.mmha.org.au

Mehn dië
www.mychild.gov.au

Wël ci ke juak
www.attachmentresources.com.au

Piir de yic
www.sane.org

Dumuuk në Australia
www.carersaustralia.com.au

Määth Australia yekɔc yin jïëm de piöu online
www.relationships.com.au

'Aca yök ke rir apei ba kuony
gam ku ka ca dëë nyic ëdë ca
no looi të kenë tiŋ de mathdïë
rot gam bë nya thiin denë ya
laar në Thukul de mïth yic
miäkduur, ka të ëkënë awa wo
kuony ku jol ya të kënë dhiom
de wan math wo ya that miëth.'

'Yen ecï gai wën thiëc yen wo
ye ye nõ ye we röth maan- E
ya thöŋ ya kën ku wël ku
teny yic biyic bë ke nyic'

Tän de yic de ajuier de tiit de
nyin de panda aci wök cok
jam në ka juëc ci piir da cok
waar rot.

'Të wïc yen kaam die ya tök,
ëka ya thiëc në kë wïc buk kan
looi, ka kueen nëtök ago kaam
thiin kor loi wönë yen'.

Ee ya cok dier apei të yenë
wënthin diënë rot col ë jö- ekë
de gai. Koc ke të de mïth aci
yen bën yöök lan nadë këye
kenë rot luöl mïth kor.

