

النظم الغذائية



مكتب شركة IPC Health

106 Station Road
Deer Park VIC 3023
صندوق البريد 171 Deer Park VIC 3023
رقم الشركة الأسترالية (ACN) 136 685 151
رقم العمل الأسترالي (ABN) 68 846 923 225

دير بارك

106 Station Road
Deer Park 3023

سانت ألبانز

1 Andrea Street
St Albans 3021

صن شاين

Level 1, 499 Ballarat Road
Sunshine 3020

ألتونا ميدوز

330 Queen Street
Altona Meadows 3028

هوبرز كروسينج

117-129 Warringa Crescent
Hoppers Crossing 3029

ويندهام فال

510 Ballan Road
Wyndham Vale 3024

1300 472 432

الموقع الإلكتروني ipchealth.com.au
البريد الإلكتروني ipchealth@ipchealth.com.au

IPCHealth_au | IPC Health | IPC Health

مَن الذين يمكنهم استخدام هذه الخدمة؟

تقدم IPC Health خدمات النظم الغذائية إلى الأشخاص من جميع الأعمار الذين يعيشون أو يعملون أو يدرسون في بريمبانك أو ويندهام أو هوبسونز باي.

يجب على كبار السن الأستراليين (الذين تبلغ أعمارهم 65 عامًا فأكثر والعملاء من السكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس الذين تبلغ أعمارهم 50 عامًا فأكثر) التواصل مع My Aged Care أو لآ على الرقم **1800 200 422** للوصول إلى هذه الخدمة.

المجموعات المتاحة

تنظم IPC Health أحيانًا الأنشطة الآتية:

- مجموعات مرض السكري
 - جولات المحلات التجارية
 - مجموعات لتعلم مهارات الطبخ الأساسية
 - مجموعات يمكن أن تساعدك على تعلم تناول الطعام الصحي والبقاء بصحة جيدة ومتحمسًا وتلقي الدعم من أشخاص آخرين في وضعك نفسه.
- تواصل مع أقرب موقع IPC Health إليك لمعرفة المجموعات المنظمة ومواعيدها.



تقر IPC Health بدعم حكومتي أستراليا وفكتوريا.



كيف يمكنني حجز موعد؟

تواصل مع أقرب موقع IPC Health إليك. قد تضطر إلى الانتظار حتى يُتاح لك موعد.

هل يمكنني الحصول على مترجم فوري؟

نعم، يتوفر المترجمون الفوريون مجاناً. يرجى إعلامنا عند حجز موعد.



ماذا تتوقع في موعدك؟

سيرغب اختصاصي النظم الغذائية في التعرف عليك بشكل أفضل من خلال معرفة ما يأتي:

- حالتك الصحية الحالية والأدوية التي تتناولها
- العادات الغذائية ومهارات الطبخ وميزانية الطعام
- فهم الغذاء والتغذية
- أهداف الصحة والتعافي

سيساعدك هذا على وضع أهداف قابلة للتحقيق من شأنها تحسين رفاهيتك.

ما دور اختصاصي النظم الغذائية؟

يدعمك اختصاصيو النظم الغذائية المعتمدون لتناول الطعام الصحي وتحسين صحتك ورفاهيتك.

يتمتع اختصاصيو النظم الغذائية بالمعرفة اللازمة لمساعدتك على اتخاذ الخيارات المناسبة لتلبية احتياجاتك الصحية.

كيف يمكن لاختصاصي النظم الغذائية تقديم المساعدة؟

يمكن لاختصاصي النظم الغذائية أن يساعدك على التعرف على الأكل الصحي وتعلم كيفية التحكم في ما يأتي:

- مرض السكري
- الاكتئاب والقلق ومشكلات الصحة العقلية الأخرى
- الكوليسترول وصحة القلب
- عدم تحمل الطعام والحساسية
- مشكلات الأمعاء والجهاز الهضمي
- احتياجات طفلك الغذائية للنمو والتطور
- الوزن للحفاظ على الصحة
- العديد من الحالات الصحية الأخرى

هل توجد رسوم؟

قد تُفرض رسوم على هذه الخدمة. لمعرفة المزيد، يرجى التواصل مع فريق خدمة العملاء لدينا.