Gesundheits- und Sozialdepartement

# லுட்சேர்ண் மாநில வழிகாட்டி

## ஆரோக்கியம்
## சமூகம்
## வேலை

KANTON LUZERN

Dienststelle
Soziales und Gesellschaft
disg.lu.ch

**லுட்சேர்ண் மாநிலம் வரவேற்கின்றது**

«லுட்சேர்ண் மாநில வழிகாட்டி. ஆரோக்கியம் – சமூகம் – வேலை» என்னும் இக் கைநூலானது, மாநில, பிராந்திய ஆரோக்கிய சமூக வாய்ப்புக்களையும், துறைசார் மையங்களையும் அதே போல் தொழிலும் சமூக காப்புறுதி சம்பந்தமான விடயங்களிலும் உங்களுக்கு வழி காட்டுகின்றது. விளக்கமான தகவல்களை குறிப்பிட்ட இணையத்தளங்களில் நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாம். தகவல்களுக்கு அல்லது ஆலோசனைகளுக்கு தயவுசெய்து நேரடியாக அந்தந்த துறைசார்மையங்களை நாடுங்கள்.

விபரிக்கப்பட்ட சேவைகளில் மாற்றங்கள் ஏற்படும்போது, வசதி வாய்ப்புகளில் மாற்றங்கள் ஏற்படலாம். இவ் வழிகாட்டி முற்றுமுழுதான தகவல்களைக் கொண்டிருக்காது.

மருத்துவம் சம்பந்தமான மேலதிகமானதும் சுவிஸ் முழுவதும் பொருந்தக் கூடியதுமான தற்கால தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம். «லுட்சேர்ண் மாநில வழிகாட்டி. ஆரோக்கியம் – சமூகம் – வேலை» என்னும் இக் கைநூலானது, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலுடன் நெருங்கிய தொடர்புடையது. இரண்டு வழிகாட்டிகளையும் வைத்திருப்பீர்களேயானால், இவ் வழிகாட்டியை நன்கு பயன்படுத்த முடியும்.

இவ் வழிகாட்டியில் கூறப்படும் வாய்ப்புகள் அனேகமாக, சமூக ஆலோசனை மையங்களால் அளிக்கப்படுகின்ற சமூக ஆலோசனை வாய்ப்புகளையே குறிப்பிடுகின்றது. ஆலோசனை என்பதன் விளக்கம் கீழே தரப்படுகின்றது.

**ஆலோசனை**

ஓர் ஆலோசனை என்பது ஒரு துறைசார் நிபுணருடனான ஒரு கட்டாயமல்லாத கலந்துரையாடலாகும். இது வினாக்கள், பிரச்சினைகள் அல்லது பணிகளுக்கான தீர்வுகளுக்கு தகவல்களையும் அனுசரணைகளையும் வழங்கும்.

## முன்னுரை

இவ் வழிகாட்டியானது, லுட்சேர்ண் மாநிலத்திலுள்ள சுகநலம் சம்பந்தமான ஒழுங்குபடுத்தல்கள், சமூக ஆலோசனை வாய்ப்புகள் போன்றவற்றையும் அதே-போல், வேலை சம்பந்தமான அத்தியாவசிய தகவல்களையும் முகவரிகளையும் கொண்டுள்ளது. இவ் வழிகாட்டியானது இங்கு வாழ்பவர்களுக்கு தேவைகள், பிரச்சினைகள் ஏற்படும் போது, யாரை நாடலாம் என்பதைக் காட்டுகின்றது.

இவ் வழிகாட்டியானது, முக்கியமாக புதிதாக இங்கு வந்து குடியேறி வாழ்பவர்களுக்கு, லுட்சேர்ண் மாநிலத்-தில் எது, எங்கே உள்ளது என்பது பற்றி அறிய உதவுகின்றது. அதனால், இது பல மொழிகளில் மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளது. உள்ளூராட்சிமன்ற ஊழி-யர்கள், துறைசார் நிபுணர்கள், கழகங்களின் உறுப்-பினர்கள் மற்றும் ஆர்வமுள்ளோர் இவ் வழிகாட்டியை தகவல் பெறுவதற்கும் தகவல் நடுவராகவும் பயன்படுத்-தலாம்.

லுட்சேர்ண் மாநிலத்திலுள்ள வெவ்வேறுபட்ட உள்ளூராட்சிமன்றங்களிலுள்ள கழகங்களுக்குள்ளேயும் அவற்றுக்கப்பாலும் விளையாட்டு, கலாச்சாரம் அதே போல் சமூக செயற்பாடுகள் போன்ற எண்ணற்ற பல வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. ஓர் உடற்பயிற்சி அல்லது விளையாட்டு, சமூக அல்லது கலாச்சார விடயங்களில் நீங்கள் பங்குபற்ற விரும்பினால், உங்கள் உள்ளூராட்சிமன்றத்தில் உங்கள் சுற்றாடலிலுள்ள வெவ்வேறுபட்ட வாய்ப்புகள் பற்றி விசாரியுங்கள்.

Ruth Bachmann
தலைவி சமூக தேவைகளுக்கான துறைசார் மையம்
லுட்சேர்ண் மாநில சமூக விடயங்களுக்கும் குழுவினருக்குமான சேவைகள் மையம்

# உள்ளடக்கம்


**1 பொதுவான தகவல்கள்**
- தகவல் பாதுகாப்பும் இரகசியம் பேணும் கடமையும் 7
- சுவிஸ் மத்திய பிரதேச மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவை 8
- வாய்ப்புகளுக்கான கட்டணம் 8

**2 பொதுவான தகவல்கள்**
- உடல் ஆரோக்கியம் 11
- மன ஆரோக்கியம் 14
- தேடல் (அடிமையாகும்) நடத்தைகள் (மதுபானம், போதைப்பொருள் போன்றவை) 16

**3 சமூக விடயங்கள்**
- உள்ளூராட்சிமன்ற சமூகசேவைகள் மற்றும் சமூக- ஆலோசனை நிலையங்கள் (SoBZ) 19

<u>பொதுவான சமூக-ஆலோசனை மையங்கள்</u>
- FABIA 21
- Caritas Luzern 21

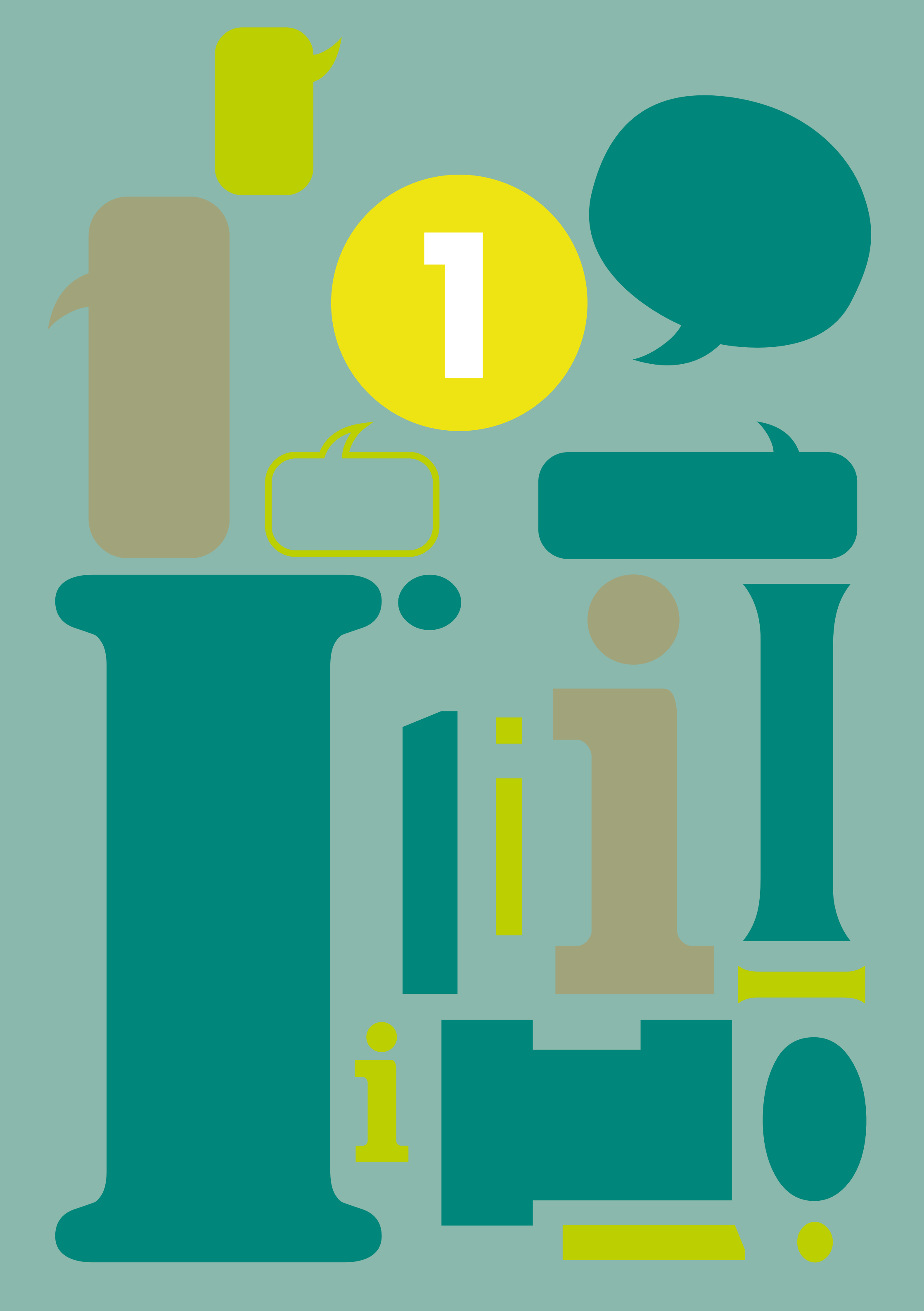
<u>பிரத்தியேக ஆலோசனைகள், முற்பாதுகாப்பு மற்றும் ஆரோக்கிய ஊக்குவிப்பு</u>
- ஆரோக்கிய ஊக்குவிப்பும் முற்பாதுகாப்பும் 22
- பிள்ளைகளும் பதின்மவயதினரும் (விடலைப்பருவம்) 24
- குடும்பங்கள் 25
- உறவு, பாலியல் மற்றும் வாழ்வியல் ஆலோசனை 26
- மாற்றுத்திறனாளிகள் (ஊனமுற்ற மனிதர்கள்) 28
- வயோதிபகாலம் 28
- ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட அனுமதிப்பத்திரம் அற்ற மனிதர்கள் (Sans-Papiers) 29
- விபத்து மற்றும் வன்முறை 30
- நிதியும் கடன்களும் 31
- அவசரமானதும் உயிர் வாழத் தேவையானதுமான உதவி 31
- சமய சமூகசேவை நிறுவனங்கள் 32
- சமூக விடயங்கள் சார்ந்த முகவரிகள் 32

**4 வேலை**
- தொழிற்கல்வியும் உயர்கல்வி ஆலோசனையும் 35
- வேலை வாய்ப்பின்மை 35
- சமரச மையங்கள் 36
- சட்டத்தகவல் 36

**5 சமூகக்காப்புறுதிகள்**
- வயோதிபகால, தாரமிழந்தவர்களுக்கான காப்புறுதி (AHV) – கிளைக்காரியாலயங்கள் 39
- வைத்தியக்காப்புறுதி முறைப்பாட்டுமையம் 40

**அவசர அழைப்பு இலக்கங்கள்** 43
**துறைசார் மையங்களின் அட்டவணை** 45


இது சம்பந்தமான தகவல்களை «ஆரோக்கியவழிகாட்டி சுவிஸ்» www.migesplus.ch › Wegweiser › Gesundheitswegweiser என்பவற்றில் காணலாம்.


1

# பொதுவான தகவல்கள்

உங்களது கேள்விகள் அல்லது பிரச்சினைகளுக்கு யார் பொறுப்பு என்பது உங்களுக்கு நிச்சயமாகத் தெரியாவிட்டால், உங்களது உள்ளூராட்சிமன்றங்களிலுள்ள சமூகசேவைக் காரியாலயத்தில் கேளுங்கள். அங்கு உங்களுக்கு சரியான காரியாலயத்தை அறிந்து கொள்ளக் கூடிய உதவி கிடைக்கும். உள்ளூராட்சிமன்ற சமூக சேவைகள் மற்றும் சமூக-ஆலோசனை நிலையங்கள் (SoBZ) என்கின்ற தலைப்பின் கீழ், பக்கம் – 19 இல், இது சம்பந்தமாக மேலதிகமாக நீங்கள் அறிந்து கொள்ளலாம். உங்கள் தேவைகளுக்கு எந்தக் காரியாலயம் பொறுப்பு என்பது உங்களுக்குத் தெளிவாக தெரியாதிருந்தால், நீங்கள் FABIA என்னும் நிறுவனத்திலும் விசாரிக்கலாம்.

FABIA. Kompetenzzentrum Migration
Tribschenstrasse 78
6005 Luzern
041 360 07 22
info@fabialuzern.ch
www.fabialuzern.ch

## தகவல் பாதுகாப்பும் இரகசியம் பேணும் கடமையும்

துறைசார் மையங்களில் கடமையாற்றும் ஊழியர்களும் மொழிபெயர்ப்பாளர்களும் இரகசியம் பேணக்கடமைப்பட்டவர்கள். நீங்கள் சம்மதிக்கும் பட்சத்தில் மாத்திரமே, மூன்றாவது நபருக்கு தகவல் கொடுக்கப்படும். மூன்றாவது நபருக்கு நீங்கள் சம்பந்தப்பட்ட தகவல்களைக்

கொடுக்க வேண்டுமென்று ஒருவேளை சட்டத்தில் கூறப்பட்டிருந்தால், அது முன்கூட்டியே உங்களுக்கு அறிவிக்கப்படும்.

## சுவிஸ் மத்திய பிரதேச மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவை

தனிப்பட்ட முறையில் அல்லது வைத்திய-, கல்வி- மற்றும் சமூக பொதுசன காரியாலயங்களில் புலம்பெயர் மக்களும் துறைசார் நிபுணர்களும் ஒருவரையொருவர் போதியளவு நன்கு புரிந்துகொள்வதற்கு வசதியாக, மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவையானது, ஏறக்குறைய 50 மொழிகளில் பயிற்றப்பட்ட கலாச்சார மொழிபெயர்ப்பாளர்களையும் கலாச்சாரங்களுக்கிடையிலான நடுவர்களையும் சேவைக்கமர்த்தியுள்ளது.

Caritas Luzern
Dolmetschdienst Zentralschweiz
Grossmatte Ost 10
6014 Luzern
041 368 51 51
dolmetschdienst@caritas-luzern.ch
www.dolmetschdienst.ch

கலாச்சாரங்களுக்கிடையிலான மொழிபெயர்ப்பு சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் காணலாம்.

## வாய்ப்புகளுக்கான கட்டணம்

இவ் வழிகாட்டியிலுள்ள அனேகமான வாய்ப்புகள் இலவசமானவை. ஒரு வேளை ஏதாவதொரு வாய்ப்புக்கு நீங்கள் கட்டணம் செலுத்த வேண்டியிருக்குமாயின், அது பற்றி துறைசார் நிறுவனம் உங்களுக்கு தெரியப்படுத்தும்.

# 2

# ஆரோக்கியம்

# உடல் ஆரோக்கியம்

## குடும்ப வைத்தியர்

சுவிஸில் அடிப்படை வைத்தியப்பரா-
மரிப்புக்கு குடும்ப வைத்தியர் பொறுப்பாவார். நீங்கள் சுகவீனமுற்றால் அல்லது வைத்திய ஆலோசனை உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால், எப்போதும் நீங்கள் முதலாவதாக உங்கள் குடும்ப வைத்தியருடன் தொடர்புகொள்ள வேண்டும். ஒரு வேளை உங்களுக்கு மேலதிக வைத்திய உதவி தேவைப்பட்டால், குடும்ப வைத்தியர் ஒரு துறைசார் வைத்திய நிபுணரிடம் அல்லது வைத்தியசாலைக்கு உங்களை அனுப்புவார்.

உங்களுக்கு ஒரு குடும்ப வைத்தியர் இன்னும் இல்லையா? சுவிஸிலுள்ள அனைத்து குடும்ப வைத்தியர்களின் முழு விபர பட்டியலைக் கீழ்க்காணும் இணையத்தளத்தில் பெற்றுக்கொள்ளலாம். இங்கு எந்த மொழி தெரிந்த வைத்தியர் என்பதையும் அறிந்து கொள்ளலாம்.
www.doctorfmh.ch

குடும்ப வைத்தியருக்கூடான வைத்தியம் சம்பந்தமான வாய்ப்புகள் அதேபோல் வைத்தியக்காப்புறுதிகள் பற்றிய மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம். ☰☰

**மாநில வைத்தியசாலைகள், லுட்சேர்ண் வைத்தியர்களின் அவசர அழைப்பு இலக்கம், சிறுவர் மருத்துவர் – தொலைபேசி ஆலோசனை, பேர்மனன்ஸ் வைத்திய நிலையம்** (Permanence Medical Center)

ஒரு வேளை உங்கள் குடும்ப வைத்தியருடன் தொடர்பு கொள்ள முடியாதிருந்தால், கீழ்க்காணும் நிலையங்களுடன் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளலாம்:

www.luks.ch

லுட்சேர்ண் வைத்தியர்களின் அவசர அழைப்பு இலக்கம்
0900 11 14 14
(1 நிமிடத்திற்கு 3.23 சுவிஸ்பிராங்)
உங்கள் குடும்ப வைத்தியருடன் தொடர்பு கொள்ள முடியாத பட்சத்தில், இவ் இலக்கத்தில் 24 மணி நேரமும்/7 நாட்களும் தேவையான தகவல்களை நீங்கள் பெறலாம்.

சிறுவர் மருத்துவர் – தொலைபேசி ஆலோசனை
0900 55 47 74
(1 நிமிடத்துக்கு 3.23 சுவிஸ்பிராங்)
இவ் இலக்கத்தில் 24 மணி நேரமும்/7 நாட்களும் லுட்சேர்ண் சிறுவர் வைத்தியசாலை வைத்தியர்களின் விபரங்களைப் பெறலாம்.

Luzerner Kantonsspital Luzern
Spitalstrasse 50
6000 Luzern 16
041 205 11 11

Luzerner Kantonsspital Sursee
Spitalstrasse 16 A
6210 Sursee
041 926 45 45

Luzerner Kantonsspital Wolhusen
Spitalstrasse
6110 Wolhusen
041 492 82 82

Permanence Bahnhof Luzern, MedCenter AG
Shopping-Bereich Bahnhof Luzern
041 211 14 44
www.medcenter.ch/herzlich-willkommen-bahnhof

உயிராபத்தான சந்தர்ப்பங்களில் மாத்திரம், நேரடியாக அவசர அழைப்பு இலக்கமான 144 ஐ அழையுங்கள்.

அவசர வைத்திய தேவையின் போதான நடவடிக்கை மற்றும் வைத்தியசாலையில் தங்கியிருத்தல் பற்றிய மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

**ஸ்பிதெக்ஸ்** (Spitex)

ஸ்பிதெக்ஸ் அமைப்பானது, வைத்தியசாலைக்கும் வீட்டுக்கும் அப்பால் நோயாளர் பராமரிப்பு, நிர்வகிப்பு வசதிகளை வழங்குகின்றது. துறைசார் பயிற்றப்பட்ட பராமரிப்பு ஊழியர்கள், உதவி தேவைப்பட்ட மனிதர்களை வீட்டில் பராமரித்து ஒத்தாசை புரிகின்றனர். உதாரணமாக, வைத்தியசாலையிலிருந்து சிகிச்சையின் பின் வெளியேறியவர்களுக்கு தொடர்ந்தும் பராமரிப்பும் உதவியும் தேவைப்பட்டால், ஸ்பிதெக்ஸ் இந்த உதவியினைச் செய்யும்.

தேசிய ஸ்பிதெக்ஸ் இலக்கம்:
0842 80 4020
இத் தொலைபேசி இலக்கத்தை அழுத்திய பின், உங்கள் உள்ளூராட்சி தபாற்குறியீட்டு இலக்கத்தை அழுத்துங்கள். அதைத் தொடர்ந்து நீங்கள் உரிய ஸ்பிதெக்ஸ்-நிறுவனத்தின் தொடர்பைப் பெறுவீர்கள்.

ஸ்பிதெக்ஸ் சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

### சுவிஸ் மத்திய பிரதேச சிறுவர் ஸ்பிதெக்ஸ்

இச் சிறுவர் ஸ்பிதெக்ஸ் என்பது, சிறுவர்களையும் 18 வயது வரையிலுமான பதின்மவயதினரையும் வீட்டில் வைத்துப் பராமரிப்பதற்கான பிரத்தியேகமான அமைப்பாகும்.

KinderSpitex Zentralschweiz
Brünigstrasse 20, 6005 Luzern
041 970 06 50
info@kispex.ch, www.kispex.ch

### பல் வைத்தியர்

பல் சம்பந்தமான பிரச்சினைகளுக்கு நீங்கள் உங்களது பல் வைத்தியரை நாட வேண்டும். லுட்சேர்ணிலுள்ள பல் வைத்தியர்களின் ஒரு பட்டியலை நீங்கள் இணையத்தளத்தில் பார்க்கலாம்.
இணையத்தளப்பக்கம்:
www.sso.ch/fuer-patienten-zahnarztsuche

பல் வைத்திய வசதிகள் சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

# மன ஆரோக்கியம்

தொடர்ந்து நித்திரையின்றி சிரமப்படுகின்றீர்கள், அச்ச உணர்வு அல்லது வேறு உளவியல் பிரச்சினைகளால் நீங்கள் அல்லற்படுகின்றீர்கள். லுட்சேர்ண் மாநிலத்தில் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முதலாவது நபர் உங்கள் குடும்ப வைத்தியர். அவர், உங்களை ஒரு மனநல வைத்தியரிடம் அல்லது அது சம்பந்தமான துறைசார் நிறுவனத்திடம் அனுப்புவார்.

<u>லுட்சேர்ண் வைத்தியர்களின் அவசர அழைப்பு இலக்கம்</u>
0900 11 14 14 (1 நிமிடத்திற்கு 3.23 சுவிஸ்பிராங்)
உங்கள் குடும்ப வைத்தியருடன் தொடர்பு கொள்ள முடியாத பட்சத்தில், இவ் இலக்கத்தில் 24 மணி நேரமும்/7 நாட்களும் தேவையான தகவல்களை நீங்கள் பெறலாம்.

மனநல அல்லது மனவழி சிகிச்சைகளுக்கான மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம். ☰☰

### லுட்சேர்ண் மனநல வைத்திய வெளிநோயாளர் பிரிவுகள்

ஆலோசனைக்கும் சிகிச்சைக்குமான இவ் வெளிநோயாளர் பிரிவானது, வாழ்க்கையில் சிக்கலுக்குள் சிக்கித் தவிக்கின்ற ஒருவருக்கு அல்லது உளவியல் பிரச்சினைக்குள் இருக்கின்ற ஒருவருக்கானது. இதற்குள் மன வருத்த நோய், அதி தீவிர மனநோய்கள், அச்ச உணர்வுகள், பாதிப்புக்கோளாறுகள் அல்லது (அடிமையாக்கும் பொருட்களில் தங்கியிருக்கும்) தேடல்நோய்கள் என்பன அடங்கும்.

www.lups.ch › Erwachsenenpsychiatrie › Allgemeinpsychiatrie › Ambulatorien

<u>அமைந்திருக்குமிடங்கள்</u>
www.lups.ch/standorte

### சிறுவர் மற்றும் பதின்மவயதினர் மனநல வைத்திய சேவை (KJPD)

இந்த KJPD அமைப்பானது உளவியல், மனநோய், சமூகத்துடன் இணைந்து வாழ முடியாத பிரச்சினையுள்ள பிள்ளைகளினதும் பதின்மவயதினரினதும் உளவியல், மனநோய் ஆய்வுகளுக்கும் சிகிச்சைகளுக்கும் பொறுப்பானதாகும்.

www.lups.ch
› Kinder- und Jugendpsychiatrie

<u>அமைந்திருக்குமிடங்கள்</u>
www.lups.ch/standorte

**உறவினர் தொலைபேசி (லுட்சேர்ண் மனநல வைத்தியப்பிரிவு)**

மனநோய்களினால் பாதிக்கப்பட்ட மனிதர்களின் உறவினர்களுக்கு, மனநோய் சம்பந்தமான வினாக்கள், மருந்துகள், சிகிச்சையளிக்கக் கூடிய வாய்ப்புகள் பற்றி துறைசார் நிபுணர்கள் தகவல் தருவார்கள்.

Beratungstelefon 24 h
für Betroffene und Angehörige
0900 85 65 65
(Regulärer Gesprächstarif bis zur
10. Minute, danach 3.23 CHF/Min.)
www.lups.ch › Patienten & Angehörige
› Angehörigenarbeit

# தேடல் (அடிமையாகும்) நடத்தைகள்
**(மதுபானம், போதைப்பொருள் போன்றவை)**

### சமூக- ஆலோசனை நிலையம் (SoBZ)
இந்த SoBZ மையத்திலுள்ள துறைசார் பயிற்றப்பட்ட நிபுணர்கள் மதுபானம், சூது விளையாட்டு, பொருட்களைக் கொள்வனவு செய்தல், அளவுக்கு மீறி உண்ணுதல் போன்ற அனைத்து வினாக்களுக்கும் ஆலோசனை வழங்குவார்கள்.
உள்ளூராட்சிமன்ற சமூகசேவைகள் மற்றும் சமூக-ஆலோசனை நிலையங்கள் என்னும் தலைப்பின் கீழ், பக்கம் 19 இல், உங்கள் பிரிவுக்குப் பொறுப்பான SoBZ காரியாலயத்தை நீங்கள் கண்டு கொள்ளலாம்.

### லுட்சேர்ண் மனநல வைத்திய வெளிநோயாளர் பிரிவுகள்
இவ் வெளிநோயாளர் ஆலோசனை மற்றும் சிகிச்சை மையங்களினது சேவையானது மதுபானம், மருந்துகள், கஞ்சா, அபின் போன்ற அல்லது வேறு அடிமையாக்கும் பொருட்களை நுகர்வதால் தேடல் அல்லது அடிமையாதல் நடத்தைக்குட்பட்டவர்களுக்கானது.
லுட்சேர்ண் மனநல வைத்திய வெளிநோயாளர் பிரிவு என்னும் தலைப்பின் கீழ், பக்கம் 14 இல், உங்கள் பிராந்தியத்துக்குப் பொறுப்பான லுட்சேர்ண் மனநல வைத்திய வெளிநோயாளர் மையத்தை நீங்கள் அறிந்து கொள்ளலாம்.

### Drop-in
Drop-in எனப்படும் இவ் அமைப்பானது, கஞ்சா, அபின் அல்லது பலவேறுபட்ட பொருட்களுக்கடிமையாகவுள்ள மனிதர்களுக்கு சிகிச்சையளிப்பதுடன் அவர்களை ஆய்வு செய்வதற்குமான ஒரு வெளிநோயாளர் பிரிவாகும்.

Drop-in
Bruchstrasse 29 A
6000 Luzern 7
058 856 43 00
dropin@lups.ch
www.lups.ch › Erwachsenen-Psychiatrie › Abhängigkeit

# 3

# சமூக விடயங்கள்

# உள்ளூராட்சிமன்ற சமூகசேவைகள் மற்றும் சமூக-ஆலோசனை நிலையங்கள் (SoBZ)

தனிப்பட்ட, குடும்ப அல்லது நிதிநெருக்கடிகளை அல்லது தீவிரமான அவசர நிலைமைகளை, சில நேரங்களில் ஒரு பயிற்றப்பட்ட நிபுணரின் உதவியில்லாமல் தீர்க்க முடியாதிருக்கும். உங்கள் பிரச்சினைகளை உங்கள் வசிப்பிடத்திலுள்ள சமூகசேவை மையத்தில் அல்லது ஒரு சமூக – ஆலோசனை நிலையத்தில் (SoBZ) நீங்கள் நேரடியாக கலந்துரையாடுவதன் மூலம், நிபுணத்துவ உதவியுடன் உங்கள் பிரச்சினைக்கான தீர்வினை நீங்கள் காண முடியும். லுட்சேர்ண் மாநிலத்திலுள்ள ஒவ்வொரு உள்ளூராட்சிமன்றமும் தனக்கென ஒரு சமூகசேவைப்பிரிவை வைத்திருக்கும் அல்லது இன்னுமொரு உள்ளூராட்சிமன்றத்திலுள்ள ஒரு சமூக-ஆலோசனை நிலையத்துடன் (SoBZ) இணைந்திருக்கும்.

ஒரு சமூகசேவைப்பிரிவின் அல்லது ஒரு சமூக-ஆலோசனை நிலையத்தின் (SoBZ) கடமைகள் பொதுவாக கீழ்க்காணும் விடயங்களுக்குள் அடங்கும்:

- அன்னையர்-தந்தையர் ஆலோசனை
- பிள்ளை வளர்ப்பு ஆலோசனை
- பதின்மவயதினர் ஆலோசனை
- தனிப்பட்ட-, தம்பதியர்-, குடும்ப ஆலோசனை
- வரவு-செலவும் கடன்பட்டோர் ஆலோசனையும்
- பொருளாதார சமூக உதவியும் பெற்றோர் அனுசரணையுதவியும்

– மதுபான நுகர்வு அபாயத்தின் போதும் மதுபானத்துக்கு அடிமையான போதும் ஆலோசனை
– உணவுப்பழக்கக் குழப்பம், சூது விளையாட்டுக்கு அடிமையாதல், மருந்துப்பொருட்களில் தங்கியிருத்தல், இதர அடிமையாகும் பழக்கவழக்-கங்களின் போது ஆலோசனை
– பிள்ளைகள்- வளர்ந்தோர் பாதுகாப்-புக்கான உத்தியோகபூர்வ அனுசரணை
– பாடசாலைச்சமூகப்பணி

நீங்கள் வசிக்கும் உள்ளூராட்சிமன்ற நிர்வாகத்திடம், உங்களுக்குப் பொறுப்பான சமூகசேவைக்காரியாலயத்தை அல்லது உங்களுக்குப் பொறுப்பான பிராந்திய சமூக-ஆலோசனை நிலையம் பற்றிய தகவல்களை அறிந்து கொள்ளுங்கள். www.sobz.ch என்னும் தளத்திலும் மேலதிக தகவல்களை அறியலாம்.

## பிராந்திய சமூக-ஆலோசனை நிலையங்கள்

Zentrum für Soziales Standort Hochdorf
Bankstrasse 3 B
Postfach 694
6281 Hochdorf
041 914 31 31
hochdorf@zenso.ch

Zentrum für Soziales Standort Surse
Haselmatte 2 A
Postfach
6210 Sursee
041 925 18 25
sursee@zenso.ch

SoBZ Region Willisau-Wiggertal
Kreuzstrasse 3 B
Postfach 3239
6130 Willisau
041 972 56 20
willisau@sobz.ch

SoBZ Region Entlebuch,
Wolhusen und Ruswil
Hauptstrasse 13
Postfach 165
6170 Schüpfheim
041 485 72 00
info@sobz-entlebuch.ch

## லுட்சேர்ண் நகரம்

Sozial Info Rex (சமூக தகவல்கள் Rex)
லுட்சேர்ண் நகரத்தில் வசிப்பவர்கள், தமக்குப் பொறுப்பான துறைசார் நிறுவனங்களையும் கிடைக்கக்கூடிய வசதி வாய்ப்புக்களையும் அறிந்து கொள்வதற்கான தகவல்களையும் உதவியையும் Sozial Info Rex எனப்படும் காரியாலயத்தில் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

Sozial Info Rex
Obergrundstrasse 3
6002 Luzern
041 208 72 72
www.sozialedienste.stadtluzern.ch

தேடல் (அடிமையாக்கும் பழக்க வழக்கங்கள்) சம்பந்தமான கேள்விகளுக்கு மட்டும் பொறுப்பானது:
SoBZ Luzern
Obergrundstrasse 49
6003 Luzern
041 249 30 60
luzern@sobz.ch

# பொதுவான சமூக-ஆலோசனை மையங்கள்

### FABIA. Kompetenzzentrum Migration

இத் துறைசார் மையமானது, இணைந்து வாழுதல் சம்பந்தமான அனைத்து ஆலோசனைகளுக்கும் தகவல்களுக்கும் இடமளிக்கின்றது. இது B, C, L வதிவிட அனுமதி பெற்ற மனிதர்களுக்கும் அல்லது F வதிவிட அனுமதி கிடைத்த 10 வருடங்களின் பின்பு இங்கு வாழும் மனிதர்களுக்கும், சமூக, கல்வி, சுகாதார சேவைகளிலும் அதே போல் அதிகாரசபைகள், நிர்வாகங்களில் துறைசார் தேர்ச்சி பெற்ற உத்தியோகத்தர்களுக்கும் ஆலோசனைகளை வழங்கும்.

FABIA. Kompetenzzentrum Migration
Tribschenstrasse 78
6005 Luzern
041 360 07 22
info@fabialuzern.ch
www.fabialuzern.ch

### Caritas Luzern

கரிதாஸ் லுட்சேர்ண் நிறுவனமானது, தனிப்பட்ட மனிதர்களும் குடும்பங்களும் ஒரு சிரமமான சூழ்நிலையில் சிக்கியிருக்கும் போது, தனிப்பட்ட உதவிகளை வழங்குகின்றது. துறைசார் தேர்ச்சி பெற்ற உத்தியோகத்தர்கள் சமூக, நிதி சம்பந்தமான தேவைகளின் போது, ஆலோசனைகளையும் தகவல்களையும் ஒத்தாசைகளையும் வழங்குவார்கள்.

Caritas Luzern
Sozial- und Schuldenberatung
Kellerstrasse 36
6005 Luzern
041 368 52 73
sozialberatung@caritas-luzern.ch
www.caritas-luzern.ch › Was wir tun › Sozial- und Schuldenberatung

## பிரத்தியேக ஆலோசனைகள், முற்பாதுகாப்பு மற்றும் ஆரோக்கிய ஊக்குவிப்பு

## ஆரோக்கிய ஊக்குவிப்பும் முற்பாதுகாப்பும்

### **traversa** – ஒரு மனநோயால் பீடிக்கப்பட்ட மனிதர்களுக்கான இணைப்பு

இவ் இணைப்பானது, ஒரு மனநோயினால் பீடிக்கப்பட்ட மனிதர்களுக்கும் அவர்களது நெருங்கிய உறவினர்களுக்கும் ஆலோசனை வழங்கி, அனுசரணையாகவிருந்து பராமரிக்கின்றது. இதன் சேவை தமது வீட்டில் (அந்த நிலையத்துக்கு வெளியில்) வசிப்பவர்களுக்கும், அங்கு தங்கியிருப்பவர்களுக்கும் கிடைக்கும்.

traversa
Tribschengasse 8
6005 Luzern
041 319 95 00
info@traversa.ch
www.traversa.ch

### சுவிஸ் மத்திய பிரதேச நோயாளர் காரியாலயம்

இந் நிறுவனமானது, நோயாளர்களுக்கு அல்லது காப்புறுதி செய்யப்பட்ட மனிதர்களுக்கு வைத்தியர்கள், பல்வைத்தியர்கள், வைத்தியசாலைகள், வைத்தியக்காப்புறுதிநிதியம் மற்றும் காப்புறுதிகள் போன்றவற்றில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளின் போது ஆலோசனை வழங்குவது, மேலதிக வைத்திய சேவைகளுக்கு வழிகாட்டுவதுடன் உங்களது உரிமைகளுக்காகவும் குரல் கொடுப்பது போன்ற செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுகின்றது.

Patientenstelle Zentralschweiz
St. Karliquai 12
6004 Luzern
041 410 10 14
patientenstelle.luzern@bluewin.ch
www.zentralschweiz.patientenstelle.ch

நோயாளரின் உரிமைகளும் கடமைகளும் பற்றிய மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

### எயிட்ஸ் உதவி லுட்சேர்ண்

எயிட்ஸ் உதவி லுட்சேர்ண் எனப்படும் இந் நிறுவனம், எச்ஐவி/எயிட்ஸ், பாலியல் தொற்றுநோய்கள், மனநோய் காரணமான சமூக விடயங்கள் அத்துடன் பொதுவான பாலியல் பற்றிய வினாக்களின் போது ஆலோசனை வழங்கும்.

Aids Hilfe Luzern
S&X – Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz
Museggstrasse 27
6004 Luzern
041 410 69 60
info@sundx.ch
www.sundx.ch

## சுய உதவி லுட்சேர்ண் ஒப்வால்டன் நிட்வால்டன்
லுட்சேர்ண் மாநிலத்தில் வெவ்வேறுபட்ட விடயங்கள் சம்பந்தமாக ஏறக்குறைய 90 சுய உதவிக்குழுக்கள் இருக்கின்றன. சுய உதவி லுட்சேர்ண் ஒப்வால்டன் நிட்வால்டன் துறைசார் மையத்தின் இணையத்தளத்தில் அல்லது அதனுடன் நேரடியாக தொடர்பு கொண்டு, அது பற்றிய மேலதிக தகவல்களை அறியுங்கள்.

Selbsthilfe Luzern
041 210 34 44
mail@selbsthilfeluzern.ch
www.selbsthilfeluzern.ch

## Benevol Luzern – தன்னார்வப்பணிக்கான துறைசார் மையம்
இத் துறைசார் மையமானது, எந்தப் பிரதிபலனையும் எதிர்பார்க்காது, தம்மைப் பொதுச்சேவையில் ஈடுபடுத்த விரும்பும் மனிதர்களுக்கு, லுட்சேர்ண் மாநிலத்திலுள்ள தன்னார்வப்பணிகளைப் பற்றிய தகவல்களைத் தருவதுடன் அவர்களுக்கான ஆலோசனையையும் வழங்குகின்றது.

Benevol Luzern
Postfach
6210 Sursee
041 211 02 30
www.benevol-luzern.ch

## migesplus.ch
இவ் இணையத்தளத்தில் ஒன்பது மொழிகளில் ஆரோக்கிய வழிமுறை, வைத்தியக்காப்புறுதி நடைமுறை, ஆரோக்கிய ஊக்குவிப்பு … போன்ற பல விடயங்கள் பற்றிய தகவல்களை நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.
www.migesplus.ch

# பிள்ளைகளும் பதின்மவயதினரும் (விடலைப்பருவம்)

**Contact – பதின்மவயதினருக்கும் குடும்பத்துக்குமான ஆலோசனை**
இந் நிறுவனத்தின் சேவை, பதின்மவயதினருக்கும், 13 தொடக்கம் 25 வயதுக்குப்பட்ட இளைஞர்-யுவதிகளுக்கும் அவர்களது பெற்றோருக்கும் அவர்களுக்குப் பொறுப்பானவர்களுக்கும் பதின்மவயதுக்குரிய ஆலோசனையாகவும், 13 வயது வரையிலான பிள்ளைகளின் பெற்றோருக்கு குடும்ப ஆலோசனையாகவும் கிடைக்கின்றது. இவ் வாய்ப்புகள் தகவல் கலந்துரையாடல்களாக பெற்றோர் பிரிந்து அல்லது விவாகரத்துப்பெற்று வாழும் போதும் கிடைக்கும்.

உங்களது உள்ளூராட்சிமன்றத்திலுள்ள உங்களுக்குப் பொறுப்பான ஆலோசனை மையம் பற்றிய தகவலை, நீங்கள் www.contactluzern.ch என்னும் இணையத்தளம் மூலம் அறியலாம்.

Contact Jugend-
und Familienberatung
Kasernenplatz 3
Postfach 7860
6000 Luzern 7
041 208 72 90
info@contactluzern.ch
www.contactluzern.ch

**நலக்கல்வியியல் ஆரம்ப பிள்ளை வளர்ப்பு சேவை (HFD)**
இந்த HFD ஆனது, வளர்ச்சியில் பின்னடைவுள்ள, வளர்ச்சியில் அவதானிக்கத்தக்க வேறுபாடுகளுள்ள, குறைபாடுகளுள்ள பிள்ளைகளுக்கு பிறப்பிலிருந்து பாலர்பாடசாலைக்குப் போகும் வரையும் அவர்களுக்குத் துணைபுரிந்து முன்னேற்றுவதுடன் அவர்களது பெற்றோருக்கும் அவர்களது வளர்ப்புக்குப் பொறுப்பானவர்களுக்கும் அவர்களது பிள்ளையினது வளர்ச்சி, வளர்ப்பு பற்றிய வினாக்களுக்கும் ஆலோசனை வழங்கும்.

www.volksschulbildung.lu.ch › Schulsystem & Schulen › FFS

பிராந்திய HFD கிளைக்காரியாலயங்கள்

HFD Luzern
Weggismattsrasse 23
6004 Luzern
041 228 31 40

HFD Sursee
Haselmatte 2 A
6210 Sursee
041 228 31 10

HFD Willisau
Am Schützenrain 4
6130 Willisau
041 228 31 30

**Pro Juventute**
**பிள்ளைகளுக்கும் பதின்மவயதினருக்கும்**
இந் நிறுவனம் பிள்ளைகளுக்கும் பதின்மவயதினருக்கும் அவசர சூழ்நிலை-யின் போது ஆலோசனையும் உதவியும் வழங்குகின்றது.
ஆலோசனை + உதவி 147
பிள்ளைகளுக்கும் பதின்மவயதினருக்கும் 24 மணித்தியாலம்/7 நாட்கள்
தொலைபேசி, குறுஞ்செய்தி, உரையாடல், மின்னஞ்சல், இணையத்தள சேவை மூலம் beratung@147.ch, www.147.ch

Pro Juventute Kanton Luzern
www.projuventute-luzern.ch

# குடும்பங்கள்

**அன்னையர் – தந்தையர் ஆலோசனை**
இவ் ஆலோசனை மையமானது, பிள்ளைகள் பிறந்தது முதல் ஐந்து வயது வரையிலும் அவர்களது அன்னையர்களுக்கும் தந்தையர்களுக்கும் ஆலோசனை வழங்கும். தாய்ப்பாலூட்டல், உணவு, வளர்ச்சி, பிள்ளை வளர்ப்பு, ஆரோக்கியம்/நோய்கள் போன்ற வினாக்களுக்கு விடையளிப்பார்கள்.

அன்னையர்- தந்தையர் ஆலோசனை
லுட்சேர்ண் பிராந்தியம்

www.muetterberatung-luzern.ch
› Beratungen

Mütter- und Väterberatung
Region Luzern
Kasernenplatz 3
Postfach 7860
6000 Luzern 7
041 208 73 33
mvb@stadtluzern.ch
www.muetterberatung-luzern.ch

அன்னையர்- தந்தையர் ஆலோசனை
லுட்சேர்ண் புறநகர் பிரதேசம்
லுட்சேர்ண் புறநகர் பிரதேசங்களில் உள்ளூராட்சிமன்றங்களிலுள்ள SoBZ, அன்னையர்- தந்தையர் ஆலோசனைக்கான வாய்ப்பை வழங்குகின்றது.

உள்ளூராட்சிமன்ற சமூகசேவைகள் மற்றும் சமூக-ஆலோசனை நிலையங்கள் (SoBZ) என்னும் தலைப்பின் கீழ், பக்கம் 19 இல், உங்களது பிராந்தியத்திலுள்ள SoBZ நிறுவனத்தை நீங்கள் காணலாம்.

### பிள்ளைகள் பராமரிப்பு
கீழ்க்காணும் இணையத்தளத்தில், லுட்சேர்ண் மாநிலத்திலுள்ள 400 க்கும் மேற்பட்ட, குடும்பத்தை ஈடுசெய்யக்கூடிய பிள்ளைகள் பராமரிப்பு வாய்ப்புகளை நீங்கள் காணலாம்.

www.kinderbetreuung.lu.ch

### Contact – பதின்மவயதினருக்கும் குடும்பத்துக்குமான ஆலோசனை
இவ் வாய்ப்பானது, 13 வயது வரையிலான பிள்ளைகளுள்ள குடும்பங்களுக்கானது. இவ் வாய்ப்புகள் தகவல் கலந்துரையாடல்களாக பெற்றோர் பிரிந்து அல்லது விவாகரத்துப்பெற்று வாழும் போதும் கிடைக்கும்.
Contact – பதின்மவயதினருக்கும் குடும்பத்துக்குமான ஆலோசனை என்னும் தலைப்பின் கீழ், பக்கம் 24 இல், இவ் ஆலோசனை வாய்ப்பு பற்றிய மேலதிக தகவல்களை நீங்கள் காணலாம்.

### பெற்றோர் கல்வி LU
இவ் இணையத்தளமானது பிள்ளை வளர்ப்பு என்னும் விடயம் சம்பந்தமான பன்முகப்பட்ட கல்வி வாய்ப்புகள் பற்றிய தகவல்களைத் தருகின்றது. எங்கே நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறுகின்றன? எங்கே நீங்கள் துறைசார் அறிவைப் பெற்றுக்கொள்வதுடன் மற்றைய பெற்றோருடன் கருத்துக்களை பரிமாறலாம்? என்பவற்றை அறிந்து கொள்ளலாம்.

www.elternbildung.lu.ch

# உறவு, பாலியல் மற்றும் வாழ்வியல் ஆலோசனை

### elbe – வாழ்வு சம்பந்தப்பட்ட வினாக்களுக்கான துறைசார் மையம்
லுட்சேர்ண், நிட்வால்டன், ஒப்வால்டன் மாநிலங்களுக்கான சட்டப்படியான இவ் ஆலோசனை மையம், தனிமனித-, தம்பதியர் ஆலோசனை, கர்ப்பமும் குடும்பக்கட்டுப்பாடும் அதேபோல் பாலியல் சம்பந்தமான ஆலோசனைகளையும் வழங்குகின்றது

elbe – Fachstelle für Lebensfragen
Hertensteinstrasse 28
6004 Luzern
041 210 10 87
www.elbeluzern.ch

கர்ப்பகாலமும் மகப்பேறும் சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம். ☰☰

### பெண்கள் மத்தியசெயலகம் லுட்சேர்ண்
இவ் ஆலோசனை மையம் கீழ்க்காணும் வாய்ப்புக்களை வழங்குகின்றது: லுட்சேர்ண் மாநிலத்தில் சட்ட ஆலோசனை, வரவு-செலவு ஆலோசனை, வயது வந்தோர் பராமரிப்பும் சிறுவர் பராமரிப்பும். இவ் ஆலோசனை வாய்ப்பு ஆண்களுக்குமுண்டு.

Frauenzentrale Luzern
Denkmalstrasse 2
6006 Luzern
041 211 00 30
info@frauenzentrale.ch
www.frauenzentraleluzern.ch

## manne.ch – ஆண்களுக்கான காரியாலயம் லுட்சேர்ண்

இவ் ஆலோசனை தொலைபேசி அழைப்பானது, ஆண்களுக்குரிய குறிக்கப்பட்ட தேவைகளின் போதும் தீவிரமான பிரச்சினைகளின் போதும் உதவுகின்றது. விடயங்கள் உதாரணமாக ஆண்களின் ஆரோக்கியம், உறவு, குடும்பம், ஆன்மீகம் போன்றவையாக இருக்கலாம்.

Mannebüro Luzern
Beratungstelefon 076 393 33 12
kontakt@mannehotline.ch
www.manne.ch

## S&X – Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz

இத் துறைசார் மையமானது, உறவு, உடலாய்வு மற்றும் பாலியல் போன்ற விடயங்கள் சம்பந்தமான தகவலையும் ஆலோசனையையும் வழங்குகின்றது. இவ் வாய்ப்பு பதின்மவயதினருக்கும், இளைஞர்-யுவதிகளுக்கும் பெற்றோருக்கும் வழங்கப்படுகின்றது.

S&X – Sexuelle Gesundheit Zentral-schweiz
Museggstrasse 27
6004 Luzern
041 410 69 60
info@sundx.ch
www.sundx.ch

## LGBT+ Helpline

பெண் ஓரினச்சேர்க்கை, இரு பாலினச்சேர்க்கை, ஆண் ஓரினச்சேர்க்கை, பால் மாற்றம் போன்ற சூழலில் வாழ்கின்ற மனிதர், அவர் எந்தப் பாலாக இருந்தாலும் தமது கேள்விகளுக்கான ஆலோசனைகளை இங்கு பெறலாம்.

0800 133 133
hello@lgbt-helpline.ch
www.lgbt-helpline.ch

## zwangsheirat.ch

இவ் ஆய்வு விளக்க மையமானது, கட்டாயத்திருமண சூழலில் சிக்கியுள்ளவருக்கும், இவரது சமூகச் சூழலிலுள்ளவர்களுக்கும் அதேபோன்று துறைசார் நிபுணர்களுக்கும் ஆலோசனை வழங்குகின்றது. முதலாவது சந்திப்பு பற்றி மின்னஞ்சல் அல்லது தொலைபேசி அழைப்பு (திரும்ப அழைக்கும் வாய்ப்புள்ளது) மூலம் நிச்சயிக்கப்பட்ட பின், காரியாலய நேரம் தவிர்ந்த நேரங்களிலும் ஆலோசனை வழங்கப்படும்.

0800 800 007
info@zwangsheirat.ch
www.zwangsheirat.ch

# மாற்றுத்திறனாளிகள் (ஊனமுற்ற மனிதர்கள்)

## Pro Infirmis

நாட்பட்ட, தீராத நோயுள்ள மனிதர்களுக்கும் மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கும் (ஊனமுற்ற மனிதர்களுக்கும்) அவர்களது உறவினருக்கும் ஆலோசனை, நிதியுதவி, துணையிருத்தல், சுமையைக்குறைத்தல் போன்ற இன்னும் பல வாய்ப்புக்களை நல்குகின்றது.

Pro Infirmis Luzern, Ob- und Nidwalden
Zentralstrasse 18
Postfach 3666
6002 Luzern
058 775 12 12
luzern@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch › Angebot › Luzern

# வயோதிப காலம்

## Pro Senectute லுட்சேர்ண் மாநிலம்

Pro Senectute, 60 வயதுக்குப் பின்பு, சிரமமான வாழ்க்கைச்சூழலிலுள்ள மனிதருக்கு, உதாரணமாக சமூகக்காப்புறுதிகள் பற்றிய வினாக்களின் போது, சட்ட சம்பந்தமானதும் நிதி சம்பந்தமானதுமான அல்லது வாழ்க்கை நிலை சம்பந்தமான கேள்விகளின் போது ஆலோசனையையும் ஆதரவையும் வழங்குகின்றது. உறவினருக்கும் ஆலோசனை வழங்குகின்றது. மேலதிகமாக கல்வி- விளையாட்டு வகுப்புகளுக்கான வாய்ப்புகளுமுண்டு.

Pro Senectute Kanton Luzern
Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
041 226 11 88
info@lu.prosenectute.ch
www.lu.prosenectute.ch

## ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட அனுமதிப்பத்திரம் அற்ற மனிதர்கள்

**Sans-Papiers**
இத் தொடர்புமையமானது, ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட வதிவிட அனுமதிப்பத்திரமற்ற மனிதர்களுக்கு சமூக காப்புறுதிகளும் வைத்தியக்காப்புறுதியும், பாடசாலைகள், கல்வி, அனுமதிப்பத்திரநிலை, தம்பதிகளாய் இணைந்து வாழ்தல், குடும்பங்கள் போன்ற விடயங்களின் போது, ஆதரவளித்து, தகவல்களை வழங்குகின்றது. ஆலோசனை நேரங்கள்: செவ்வாய், வியாழக்கிழமைகளில், 14.00 தொடக்கம் 18.00 மணி வரையும்.

Sans-Papiers
Kontakt- und Beratungsstelle
Langensandstrasse 1
6005 Luzern
041 240 24 10
luzern@sans-papiers.ch

வதிவிட உரிமையற்ற (Sans-Papiers) மனிதர்களின் ஆரோக்கிய வசதிகள் பற்றிய மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

# விபத்து மற்றும் வன்முறை

### பொலிஸ்

நேரடியான பயமுறுத்தல்கள் அல்லது வன்முறை நடைபெறும் போது, நீங்கள் பொலிஸை அழைக்க வேண்டிய அவசர இலக்கம் 117. மற்றைய குற்றச்செயல்கள் சம்பந்தமான கேள்விகளுக்கு, நீங்கள் உங்கள் உள்ளூராட்சிமன்றத்தில் அவ்விடத்துக்கு பொறுப்பான பொலிஸ் நிலையத்துடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

### பாதிக்கப்பட்டோர் ஆலோசனை மையம்

ஒரு குற்றச்செயலின் மூலம் தமது உடல், உள, பாலியல் செயற்பாடுகளில் தடங்கல்களை எதிர்நோக்கும் மனிதர்கள், தமது சூழ்நிலையை வெற்றிகரமாக கையாளவும் தமது உரிமைகளை நிலைநாட்டவும், பாதிக்கப்பட்டோருக்கான ஆலோசனை மையம் உதவுகின்றது.

Opferberatungsstelle
des Kantons Luzern
Obergrundstrasse 70
6003 Luzern
041 228 74 00
opferberatung@lu.ch
www.disg.lu.ch › Themen ›
Opferberatung

### பெண்கள் இல்லம் லுட்சேர்ண்

லுட்சேர்ண் பெண்கள் இல்லமானது, உடலால், உள்ளத்தால், பாலியல் ரீதியாக துன்புறுத்தப்படும் பெண்களுக்கும் அவர்களது பிள்ளைகளுக்கும் அதேபோல் தமது துணைவர்களால் அல்லது குடும்ப அங்கத்தவர்களால் அச்சுறுத்தப்படும் அல்லது கடுமையான கண்காணிப்புக்குட்படுத்தப்படும் பெண்களுக்கானது. இங்கு பிரச்சினையைச் சந்தித்த பெண்ணுக்கு பாதுகாப்பு, தங்குமிட வசதி, ஆலோசனை கிடைக்கும். பெண்கள் இல்லமானது, பெண்கள் தமது அடுத்த நடவடிக்கையை எடுப்பதற்கு, திட்டமிடுவதற்கான ஓர் இளைப்பாறும் இடமாகவும் பயன்படுகின்றது.

Frauenhaus Luzern
Postfach 2616
6002 Luzern 2 Universität
041 360 70 00
frauenhaus@frauenhaus-luzern.ch
www.frauenhaus-luzern.ch

### agredis.ch – ஆணிடமிருந்து ஆணுக்கான, வன்முறைக்கெதிரான ஆலோசனை

மற்றைய மனிதர்களுக்கு வார்த்தைகளால் அல்லது செய்கை மூலம் சேதத்தையும் வலியையும் ஏற்படுத்திய அனைத்து வயது ஆண்களுக்கும் இங்கு உதவி கிடைக்கும்.

agredis.ch
Unterlachenstrasse 12
6005 Luzern
078 744 88 88
gewaltberatung@agredis.ch
www.agredis.ch

# நிதியும் கடன்களும்

**கடன் சம்பந்தப்பட்ட கேள்விகளுக்கான துறைசார் மையம் லுட்சேர்ண்**
இத் துறைசார் மையமானது, கடன்களுள்ள மனிதர்களுக்கு ஆலோசனை வழங்குகின்றது. கடன் சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களை www.schulden.ch என்னும் இணையத்தளத்தில் நீங்கள் காணலாம்.

Fachstelle für Schuldenfragen Luzern
Weinmarkt 20
6004 Luzern
041 211 00 18
info@schuldenberatung-luzern.ch
www.schuldenberatung-luzern.ch

# அவசரமானதும் உயிர் வாழத் தேவையானதுமான உதவி

**தேவாலய தெருச்சேவை கழகம் லுட்சேர்ண்**
இக் கழகமானது, மத்திய சுவிஸிலுள்ள தேடல் பழக்கத்துக்கு அடிமையானவர்களுக்கும் வறுமைக்கோட்டுக்கு கீழ் வாழ்கின்ற மனிதர்களுக்கும் அடிப்படை வைத்திய வசதிகளையும் சத்துணவையும் தனிப்பட்ட வாழ்வாதார உதவியையும் வழங்குகின்றது.

Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern
Murbacherstrasse 20
6002 Luzern
041 252 26 26
office@gassenarbeit.ch
www.gassenarbeit.ch

**தற்காலிக உறங்குமிடம்**
சுவிஸில் வாழுகின்ற மனிதர்களுக்கு ஓர் இக்கட்டான சூழ்நிலையில், இங்கு குறுகிய காலத்துக்கு ஓர் இராத்தங்கல் வாய்ப்புக் கிடைக்கும்.

Obdach-Notschlafstelle
Gibraltarstrasse 29
6003 Luzern
041 202 03 10
obdach@jobdach.ch
www.jobdach.ch

## சமய சமூகசேவை நிறுவனங்கள்

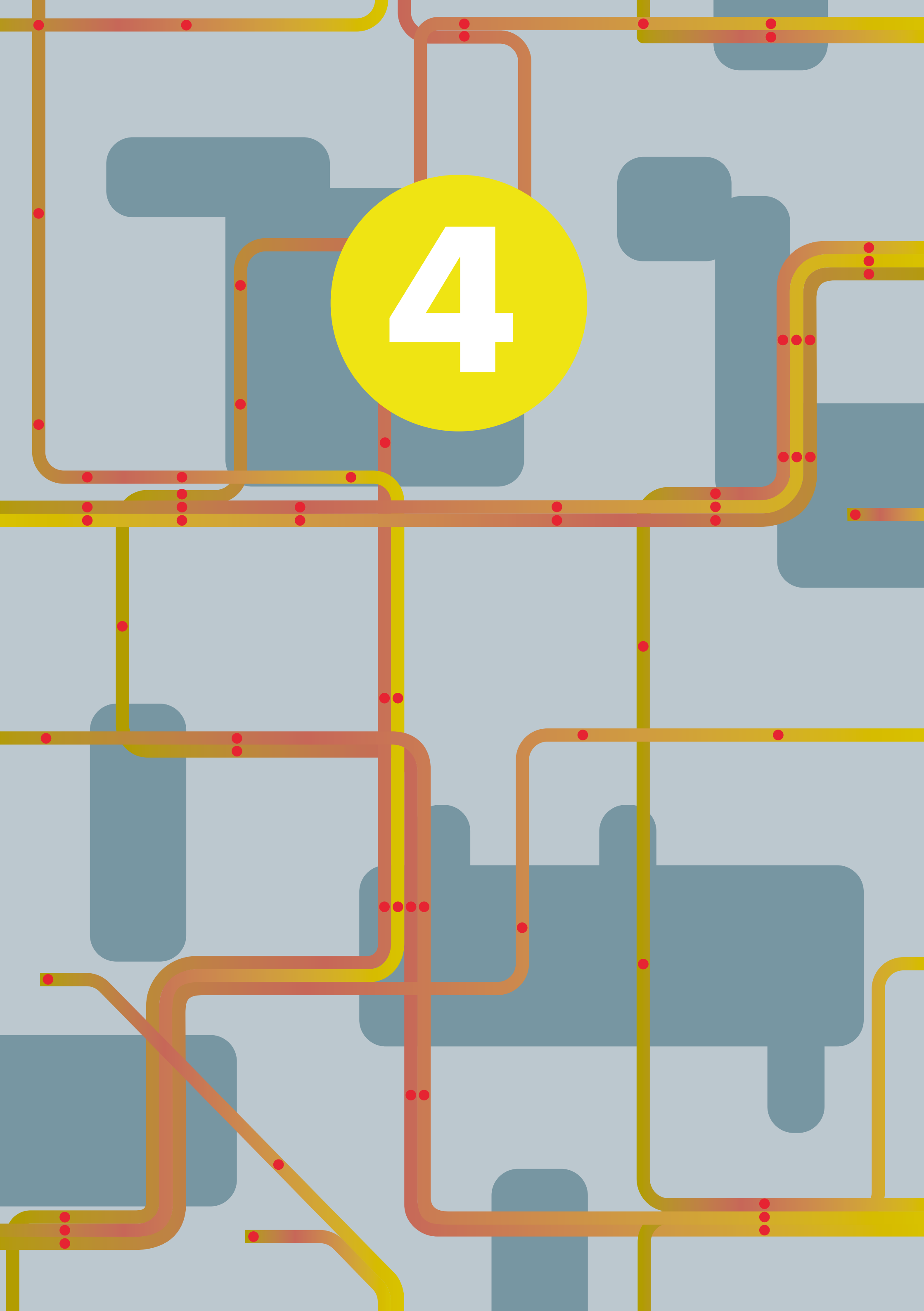
பல உள்ளூராட்சிமன்றங்களில், அரச சமூகசேவைகள் போன்று ஆலோசனைகளை வழங்குகின்ற தேவாலய சமூகசேவைகளும் இங்குள்ளன. இது சம்பந்தமாக அருகிலுள்ள தேவாலயத்தில் கேளுங்கள்.

வேறு சமயக்குழுக்களிடையேயும் அவர்களது ஆலோசனை, ஆதரவு வாய்ப்புக்களுள்ளன. உங்களது சமய நிறுவனங்களில் விசாரியுங்கள்.

## சமூக விடயங்கள் சார்ந்த முகவரிகள்

இவ் இணையப்பக்கத்தில் பராமரிப்பு, உடற்பராமரிப்பு, தன்னார்வப்பணி, முதுமை, பொழுதுபோக்கு போன்ற பலவற்றுக்கான சேவைகளை வழங்குகின்ற முகவரிகளை நீங்கள் காணலாம்.

www.disg.lu.ch › Adressen Soziales


4

# வேலை

# தொழிற்கல்வியும் உயர்கல்வி ஆலோசனையும்

**கல்வி, தொழிலுக்கான ஆலோசனைக்கும் தகவலுக்குமான நிலையம்** (BIZ)
இந் நிலையமானது, இளைஞருக்கும் வயது வந்தோருக்கும் தொழிற்கல்வி, தொழில், தொழில்வாழ்க்கை பற்றிய தகவல்களையும் ஆலோசனையையும் வழங்குகின்றது.

Beratungs- und Informationszentrum
für Bildung und Beruf (BIZ)
Obergrundstrasse 51
6002 Luzern
041 228 52 52
info.dbw@lu.ch
www.beruf.lu.ch › Beratung & Unterstützung

# வேலை இழப்பு நிலை நடைமுறை

வேலையில்லாத எவரும் முடிந்தவரை விரைவில் பிராந்திய வேலைவாய்ப்பு மையத்திற்கு (RAV) தெரிவிக்க வேண்டும். இதை எற்ப்புடையதாக்க, அறிவிப்பு காலத்திலேயே செய்யப்பட வேண்டும், ஆனால் வேலையின்மையின் முதல் நாளுக்குப் பிறகு இல்லை. நீங்கள் ஆன்லைனிலோ அல்லது நேரிலோ பதிவு செய்யலாம். ஆன்லைனில் பதிவுசெய்த பிறகு, RAV யுடன் பதிவு நேர்காணலுக்கான சந்திப்பை ஏற்பாடு செய்ய வேலையில்லாத நபர் தொடர்பு கொள்கிறார். நேரில் பதிவு செய்ய, வேலையில்லாத நபர் ஆரம்ப பதிவு நேர்காணலுக்குக்கான தேதியை RAV உடன்ஒப்புக்கொள்ளகிறார்.

https://wira.was-luzern.ch › Bereiche › Arbeitsmarkt › Für Stellensuchende

உங்களது உள்ளூராட்சிமன்றத்திலுள்ள தொழிற்காரியாலயத்துக்கு நேரடியாகச் சென்று, உங்களது தரவுகளைப் பதிவு செய்யுங்கள். அங்கு அடுத்த நடவடிக்கைகள் பற்றிய தகவல்களைப் பெறுவீர்கள்.

## சமரச மையங்கள்

### சமரச நிர்வாகசபை வேலை

இந் நிர்வாகசபையில் நீங்கள் தொழிலொப்பந்த சட்ட விடயம் சம்பந்தமான சமரச விசாரணைச் செயற்பாட்டுக்கு விண்ணப்பிக்கலாம்.

Schlichtungsbehörde Arbeit
Zentralstrasse 28
6002 Luzern
041 228 65 60
www.gerichte.lu.ch › Organisation › Schlichtungsbehörden › Schlichtungsbehörde Arbeit

### சமரச நிர்வாகசபை ஆண்-பெண் சம உரிமை

இந் நிர்வாகசபையானது வேலை செய்யும் பெண்களுக்கும் ஆண்களுக்கும் தனிப்பட்ட மனிதர்களுக்கிடையிலான சட்ட முறைமையின் கீழ் விசாரணைச்செயற்பாட்டுக்கு வாய்ப்பளிக்கும். ஆணும் பெண்ணும் சமம் என்னும் சம உரிமைச் சட்டம், இதற்கான அடிப்படையாகும்.

Schlichtungsbehörde Gleichstellung
Zentralstrasse 28
6002 Luzern
041 228 65 60
www.gerichte.lu.ch › Organisation › Schlichtungsbehörden › Schlichtungsbehörde Gleichstellung

## சட்டத்தகவல்

### சட்டத்தகவல் வேலைச்சட்டம்

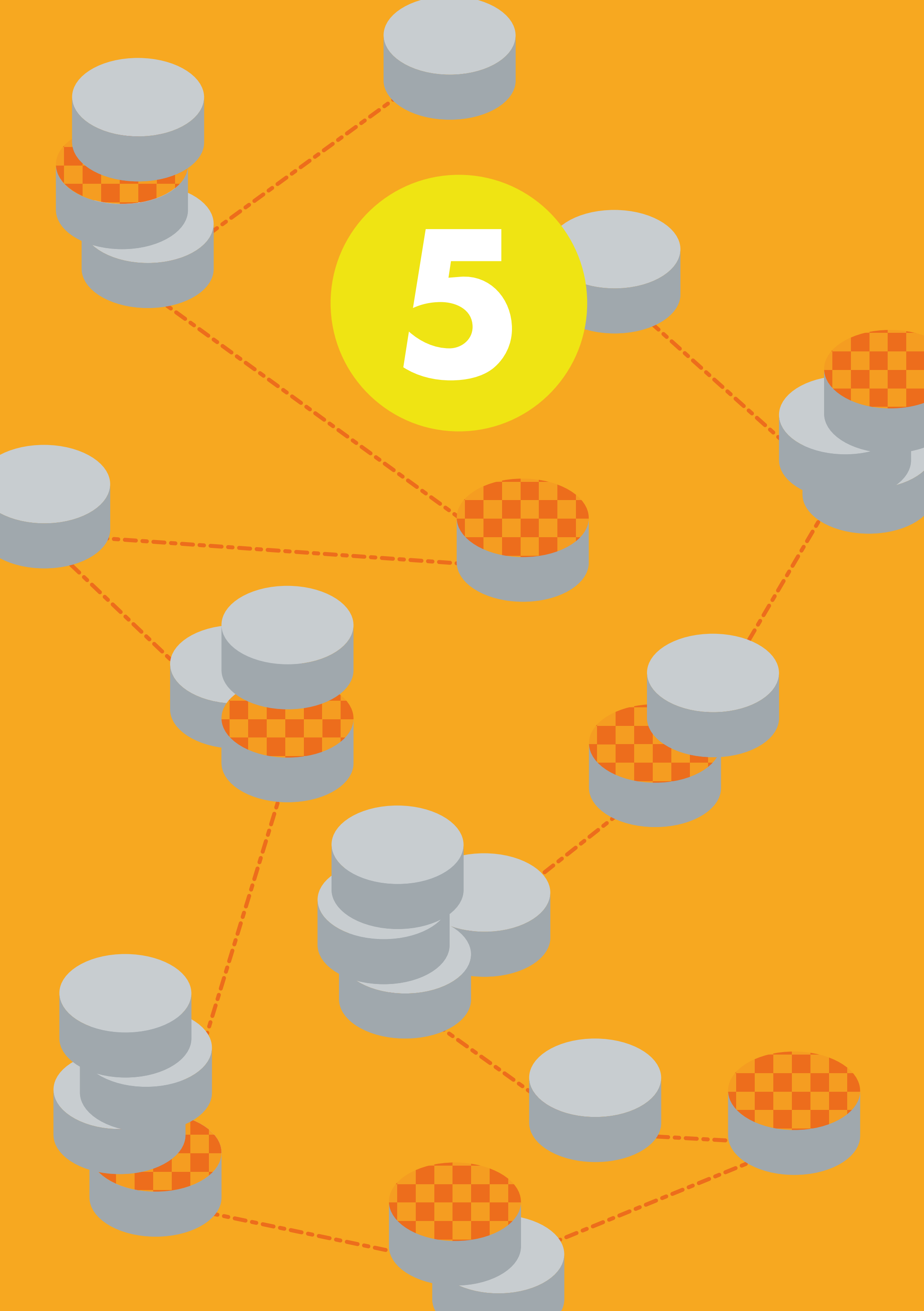
தொழில்நீதிமன்றத்தின் கீழ் இயங்கும் இச் சட்டத்தகவல் மையம், கொடுக்கப்பட்ட நேரங்களில் தொலைபேசி மூலம் அல்லது நேரடியாக, லுட்சேர்ண் மாநிலத்தில் வாழ்பவர்களுக்குரிய ஆலோசனைகளை வழங்கும்.

Arbeitsgericht
Zentralstrasse 28
6002 Luzern
041 228 63 13
www.gerichte.lu.ch › Organisation › Erstinstanzliche Gerichte › Arbeitsgericht › Rechtsauskunft

### லுட்சேர்ணர் தொழிற்சங்கம் (LGB)

இந்த லுட்சேர்ணர் தொழிற்சங்கமானது, ஒவ்வொரு இரண்டு கிழமைகளுக்கொருமுறை, இலவசமான பொதுவான சட்ட ஆலோசனையை வழங்குகின்றது. சரியான திகதிகளை இணையப்பக்கத்தில் காணலாம். ஆலோசனைக்கு, முன்னதாக பதிவு செய்ய தேவையில்லை.

Luzerner Gewerkschaftsbund
Brünigstrasse 18
Postfach 3246
6002 Luzern
041 240 55 85
lgb-luzern@bluewin.ch
www.lgb-luzern.ch


5

# சமூகக்காப்புறுதிகள்

## வயோதிபகால, தாரமிழந்தவர்களுக்கான காப்புறுதி (AHV) – கிளைக்காரியாலயங்கள்

இந்த AHV-கிளைக்காரியாலயங்கள் லுட்சேர்ண் மாநிலத்தில் சமூகக்காப்புறுதிகள் (AHV, IV … போன்றன) பற்றிய விடயத்தின் போது, முதலாவது தொடர்புமையமாக இருப்பதுடன், தகவல்களையும் வழங்குகின்றன. சமூகக்காப்புறுதிகள் சம்பந்தமான தேவைகள் வரும்போது, நீங்கள் வசிக்கும் உள்ளூராட்சிமன்ற நிர்வாகசபையுடன் தொடர்புகொண்டு, உங்கள் AHV – கிளைக்காரியாலயத்தை அறிந்து கொள்ளுங்கள்

இந்த AHV- கிளைக்காரியாலயங்கள் கீழ்வரும் விடயங்கள் சம்பந்தமான உங்கள் கேள்விகளுக்கு உதவும்:

- வயோதிபகால, தாரமிழந்தவர்களுக்கான காப்புறுதி
- ஊனமுற்றோர் காப்புறுதி
- ஈடு செய்யும் சேவைகள்
- தொழிற்பதிலீட்டு ஒழுங்கு
- தாய்மைக்கால நட்டஈடு
- குடும்ப வெகுமதிக்கொடுப்பனவு
- வைத்தியக்காப்புறுதி சந்தாப்பணக்குறைப்பு

லுட்சேர்ண் சமூகக்காப்புறுதிகளை சமப்படுத்தும் நிதியமும் சமூகக்காப்புறுதிகள் சம்பந்தமான கேள்விகளுக்கான தகவல்களைத் தரும்.

WAS Wirtschaft Arbeit Soziales
Ausgleichskasse Luzern
Würzenbachstrasse 8, 6000 Luzern 15
041 375 05 05
www.ahvluzern.ch

சமூகக்காப்புறுதிகள் சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

## வைத்தியக்காப்புறுதி முறைப்பாட்டுமையம்

வைத்தியக்காப்புறுதியில் உங்களுக்கு பிரச்சினை ஏற்பட்டால், வைத்தியக்காப்புறுதி முறைப்பாட்டு மையத்திடமிருந்து மேலதிக நடவடிக்கைகளுக்கான ஆலோசனைகளை நீங்கள் பெறலாம்.

Ombudsstelle Krankenversicherung
Morgartenstrasse 9
Postfach 3565
6002 Luzern
041 226 10 10
www.om-kv.ch

வைத்தியக்காப்புறுதி பற்றிய மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம்.

# அவசர அழைப்பு இலக்கங்கள்

## 144

**அவசர அழைப்பு இலக்கம்**
அனைத்து அவசர வைத்தியங்களுக்கும் வைத்திய உதவி அவசரமாக தேவைப்படும் போதான நடவடிக்கைகள் பற்றிய மேலதிக தகவல்களை, «ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்» என்னும் கைநூலில் நீங்கள் காணலாம். ☰☰

## 117

**பொலிஸ்**

## 118

**தீயணைப்புப்படை**

## 143

**Die Dargebotene Hand**
**(அரவணைக்கும் கரம்)**
24 மணித்தியாலங்கள் / 7 நாட்கள் உதவக்கூடிய, ஆதரவளிக்கக்கூடிய கலந்துரையாடல் தேவைப்படும் மனிதர்கள், இத் தொலைபேசி இலக்கத்தில், கலந்துரையாடக் கூடிய மனிதருடன் (ஆண்/பெண்), 24 மணி நேரமும் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

## 147

**Pro Juventute**
**für Kinder und Jugendliche**
**(பிள்ளைகளுக்கும் பதின்மவயதினருக்கும்)**
24 மணித்தியாலங்கள் / 7 நாட்கள் பிள்ளைகளும் பதின்மவயதினரும் பாடசாலை, வேலை, போதைப்பொருட்கள், குடும்பப்பிரச்சினைகள், பாலியல், வன்முறை போன்ற கேள்விகளுக்கும் இதர விடயங்களுக்கும் இந்த இலக்கத்தை நாடலாம்.

# துறைசார் மையங்களின் பட்டியல்

# A

– agredis.ch – ஆணிடமிருந்து ஆணுக்கான, வன்முறைக்கெதிரான ஆலோசனை 30
– AHV-Zweigstellen – வயோதிப கால, தாரமிழந்தவர்களுக்கான காப்புறுதி (AHV)-கிளைக்காரியாலயங்கள் 39
– Aids Hilfe Luzern – எயிட்ஸ் உதவி லுட்சேர்ண் 22
– Angehörigentelefon (Luzerner Psychiatrie) – உறவினர் தொலைபேசி (லுட்சேர்ண் மனநல வைத்தியப்பிரிவு) 15
– Arbeitsamt – தொழிற்காரியாலயம் 35
– Ausgleichskasse Luzern – லுட்சேர்ண் சமூகக்காப்புறுதிகளை சமப்படுத்தும் நிதியம் 39

# B

– Beratungs- und Informationszentrum für Bildung und Beruf (BIZ) – கல்வி, தொழிலுக்கான ஆலோசனைக்கும் தகவலுக்குமான நிலையம் 35
– Benevol Luzern – தன்னார்வப்பணிக்கான துறைசார் மையம் 23

# C

– Caritas Luzern – கரிதாஸ் லுட்சேர்ண் 8, 21
– Contact – Jugend- und Familienberatung – பதின்மவயதினருக்கும் குடும்பத்துக்குமான ஆலோசனை 24, 26

# D


– Die Dargebotene Hand – அரவணைக்கும் கரம் 43
– Dolmetschdienst Zentralschweiz – சுவிஸ் மத்திய பிரதேச மொழிபெயர்ப்பாளர் சேவை 8
– Drop-in 16


# E


– elbe – Fachstelle für Lebensfragen – வாழ்வு சம்பந்தப்பட்ட வினாக்களுக்கான துறைசார் மையம் 26
– Elternbildung LU – பெற்றோர் கல்வி LU 26


# F


– FABIA. Kompetenzzentrum Migration 7, 21
– Fachstelle für Schuldenfragen Luzern – கடன் சம்பந்தப்பட்ட கேள்விகளுக்கான துறைசார் மையம் லுட்சேர்ண் 31
– Feuerwehr – தீயணைப்புப்படை 43
– Frauenhaus Luzern – பெண்கள் இல்லம் லுட்சேர்ண் 30
– Frauenzentrale Luzern – பெண்கள் மத்தியசெயலகம் லுட்சேர்ண் 26


# G


– Gemeindesozialdienste – உள்ளூராட்சிமன்ற சமூகசேவைகள் 7, 19, 25


# H


– Hausärztin / Hausarzt குடும்ப வைத்தியர் 11, 14
– Heilpädagogischer Früherziehungsdienst (HFD) நலக்கல்வியியல் ஆரம்ப பிள்ளை வளர்ப்பு சேவை 24


# K


– Kantonale Spitäler – மாநில வைத்தியசாலைகள் 12
– Kinderärztliches Beratungstelefon – சிறுவர் மருத்துவர்- தொலைபேசி ஆலோசனை 12
– Kinderbetreuung பிள்ளைகள் பராமரிப்பு 26
– Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst (KJPD) – சிறுவர் மற்றும் பதின்மவயதினர் மனநல வைத்திய சேவை 14
– KinderSpitex – சிறுவர் ஸ்பிதெக்ஸ் 13
– KLICK. Fachstelle Sucht Region Luzern 20

# L


– LGBT+ Helpline 28
– Luzerner Gewerkschaftsbund (LGB) – லுட்சேர்ணர் தொழிற்சங்கம் 36
– Luzerner Psychiatrie-Ambulatorien – லுட்சேர்ண் மனநல வைத்திய வெளிநோயாளர் பிரிவுகள் 14, 16


# M


– manne.ch – Mannebüro Luzern – ஆண்களுக்கான காரியாலயம் லுட்சேர்ண் 27
– migesplus.ch 23
– Mütter- und Väterberatung – அன்னையர் – தந்தையர் ஆலோசனை 19, 25


# N


– Notfallnummer der Luzerner Ärzte – லுட்சேர்ண் வைத்தியர்களின் அவசர அழைப்பு இலக்கம் 12, 14
– Notrufnummer – அவசர அழைப்பு இலக்கம் 12, 43
– Notschlafstelle தற்காலிக உறங்குமிடம் 32


# O


– Ombudsstelle Krankenversicherung – வைத்தியக்காப்புறுதி முறைப்பாட்டுமையம் 40
– Opferberatungsstelle – பாதிக்கப்பட்டோர் ஆலோசனை மையம் 30


# P


– Patientenstelle Zentralschweiz – சுவிஸ் மத்திய பிரதேச நோயாளர் காரியாலயம் 22
– Permanence Bahnhof Luzern, MedCenter AG 12
– Polizei – பொலிஸ் 30, 43
– Pro Infirmis 28
– Pro Juventute – Für Kinder und Jugendliche 24, 43
– Pro Senectute Kanton Luzern 28


# R


– Rechtsauskunft Arbeitsrecht – சட்டத்தகவல் வேலைச்சட்டம் 36

# S


– S&X – Sexuelle Gesundheit Zentralschweiz 22, 27
– Sans-Papiers – ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட வதிவிட அனுமதிப்பத்திரம் அற்ற மனிதர்கள் 29
– Schlichtungsbehörde Arbeit – சமரச நிர்வாகசபை வேலை 36
– Schlichtungsbehörde Gleichstellung – சமரச நிர்வாகசபை ஆண்-பெண் சம உரிமை 36
– Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden – சுய உதவி லுட்சேர்ண் ஒப்வால்டன் நிட்வால்டன் 23
– Sozial-BeratungsZentren (SoBZ) – சமூக ஆலோசனை நிலையங்கள் 7, 16, 19, 25
– Sozialdienste religiöser Institutionen – சமய சமூகசேவை நிறுவனங்கள் 32
– Soziale Adressen – சமூக விடயங்கள் சார்ந்த முகவரிகள் 32
– Sozial Info Rex – சமூக தகவல் Rex 20
– Spitex – ஸ்பிதெக்ஸ் 12


# T


– traversa – ஒரு மனநோயால் பீடிக்கப்பட்ட மனிதர்களுக்கான இணைப்பு 22


# V


– Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern – தேவாலய தெருச்சேவை கழகம் லுட்சேர்ண் 31


# Z


– Zahnärztin/Zahnarzt – பல் வைத்தியர் 13
– Zentrum für Soziales Standort Hochdorf 20
– Zentrum für Soziales Standort Sursee 20
– zwangsheirat.ch – கட்டாயத்திருமணம் 28

KANTON
LUZERN

Gesundheits- und Sozialdepartement
**Dienststelle Soziales und Gesellschaft**
Rösslimattstrasse 37
6002 Luzern

041 228 68 78
disg@lu.ch
www.disg.lu.ch

KANTON
LUZERN

LUZERN

**மொழிகள்**
அல்பானியம், அரபு, ஆங்கிலம், இத்தாலியம், டொய்ச், தமிழ், திக்ரீனியம், பிரெஞ்சு, பொஸ்னிய/சேர்பிய/குரேசியமொழிகள், போர்த்துக்கேயம், போலந்துமொழி, ஸ்பானியம்

Sprache: Tamilisch

**பதிப்பு**
வெளியீடு: 2021
வெளியீட்டாளர்:
லுட்சேர்ண் மாநில சமூக விடயங்களுக்கும் குழுவினருக்குமான சேவைகள் மையம்
சமூகத்தேவைகளுக்கான துறைசார் மையம்
வடிவமைப்பு:
Rosenstar GmbH

**உசாத்துணை வழிகள்**
லுட்சேர்ண் மாநில வழிகாட்டி. ஆரோக்கியம் – சமூகம் – வேலை:
சமூக விடயங்களுக்கும் குழுவினருக்குமான சேவைகள் மையம் (DISG)
Rösslimattstrasse 37
Postfach 3439
6002 Luzern

041 228 68 78
disg@lu.ch
www.disg.lu.ch › Publikationen

**ஆரோக்கிய வழிகாட்டி சுவிஸ்:**
www.migesplus.ch › Gesundheitsinformationen

BBL, Vertrieb Bundes-publikationen, 3003 Bern
www.bundespublikationen.admin.ch