

# COUNTER PART

Women supporting women with cancer

العربية  
ARABIC



هل تم تشخيصك  
بسرطان الثدي  
أو سرطان الجهاز  
التناسلي الاثوي؟

هل تبحثين عن الدعم  
أو المعلومات؟

Have you been diagnosed with breast or a  
gynaecological cancer?

Are you looking for support or information?

# COUNTER PART

Women supporting women with cancer

اتصلي على اتصلي على  
1300 781 500

البريد الالكتروني  
info@counterpart.org.au



Counterpart is a service of Women's Health Victoria.  
Counterpart is supported by the Victorian government.



This flyer was created with the support of  
the Besen Family Foundation.



Translations: Polaron

Flyer developed with the  
assistance of Multicultural  
Centre for Women's Health

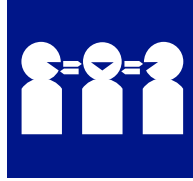
## Counterpart مفتوحا للزائرين في أيام الاثنين والأربعاء والخميس من الساعة العاشرة صباحاً وحتى الثانية ظهراً.



يمكنك زيارة Counterpart في المراكز الخاصة به للتحدث مع امرأة قد أصيبت بالسرطان من قبل أو لتحصل على المعلومات. كما يمكنك اصطحاب صديق أو أحد أفراد العائلة معك.

### اتصلي على 1300 781 500

تحدثي مع امرأة قد أصيبت بالسرطان. يمكننا توفير مترجم لك.



إذا كان المركز مغلقاً، اترك رسالة: إذا كنت بحاجة إلى مترجم، اترك رسالة تتضمن اسمك ورقم هاتفك واللغة التي تتحدثها. وسوف نتصل بك عندما يكون المركز قد فتح ابوابه للزائرين.

### يمكنك زيارة مركز الموارد في Counterpart



Level 5  
Queen Victoria Women's Centre  
Lonsdale Street 210  
Melbourne VIC 3000

### البريد الإلكتروني

info@counterpart.org.au



### جميع خدمات Counterpart مجانية.



تعرف على المزيد حول Counterpart على موقعنا على الإنترنت

www.counterpart.org.au



في Counterpart يمكنك التحدث مع امرأة كانت أيضاً مصابة بالسرطان. يمكن أن يساعد هذا في منحك:



- شخص يمكنك التحدث إليه يفهم ما سيكون عليه الأمر عند الإصابة بالسرطان
- وقت للتحدث عن مشاعرك وعائلتك وعملك
- وسيلة للعثور على المعلومات أو الخدمات أو غيرها من أشكال الدعم التي قد تكون مفيدة لك
- أفكار حول كيفية الاعتناء بنفسك.

يدير Counterpart أيضاً:

- دورات تعليمية حول كيفية الاعتناء بنفسك أثناء وبعد سرطان
- برامج التدريب و التمرين في أماكن مختلفة في ملبورن
- برامج خاصة للنساء الذين يعيشون مع مرض السرطان والذي انتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم.

At Counterpart you can speak with a woman who has also had cancer. This can help give you:

- someone to talk with who understands what it is like to have cancer
- time to talk about your feelings, your family, your work
- a way to find information, services or other support that might be useful
- ideas about how to take care of yourself.

Counterpart also runs:

- information sessions about how to look after yourself during and after cancer
- exercise programs in different locations in Melbourne
- special programs for women who are living with cancer that has spread to another part of the body.

Counterpart is open Monday, Wednesday and Thursday from 10am-2pm.

#### Call 1300 781 500

Speak with a woman who has had cancer. We can organise an interpreter for you.

If we are closed, leave a message: if you need an interpreter, say your name, phone number and the language you speak. We will call back when we are open.

#### Email

info@counterpart.org.au

All Counterpart services are free.

Find out more about Counterpart on our website www.counterpart.org.au

Counterpart also has a place where you can come and visit to speak with a woman who has had cancer or get information. You can bring a friend or family member with you.

#### Visit the Counterpart Resource Centre:

Level 5, Queen Victoria Women's Centre, 210 Lonsdale Street, Melbourne VIC 3000