

Communication Cards

English / Dzongkha

Version 2023 4up



This information was compiled by the Centre for Cultural Diversity in Ageing in 2023.

This publication was funded by the Australian Government Department of Health and Aged Care.

འཁྱིལ་གནས་ཚུལ་འདི་ སྤྱི་ལོ་ 2023 ལུ་ གན་ཀས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་ལྟ་ཆོག་ལྟེ་བ་གིས་ བསྐྱུག་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

འཁྱིལ་པེ་སྐྱེན་འདི་ ལྷ་ས་ཁྲི་ལི་ཡ་གི་ གསོ་བ་དང་གན་ཀས་གཅེས་སྐྱོང་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་ མ་དངུལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཐོག་ལས་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

© Centre for Cultural Diversity in Ageing 2023.

Breakfast



དྲོ་མཇེས།

drom-za

Breakfast



དྲོ་མཇེས།

drom-za

Breakfast



དྲོ་མཇེས།

drom-za

Lunch



ཉི་མ་གི་ཁྲོ།

nima-ghe-toe

Lunch



ཉིམ་གེ་ཁྲོ།

nima-ghe-toe

Dinner



ཕྱི་རུའི་ཁྲོ།

che-rui-toe

Dinner



ཕྱི་རུའི་ཁྲོ།

che-rui-toe

Fish



ཉ།

nya

Chicken



ཇུ་ཤ།

ja-sha

Beef



ནོར་ཤ།

nor-sha

Lamb



ལུ་ཤ།

lu-sha

Pork



ཕ་ཤ།

pha-sha



Water



ཅུ།

chu

Juice



ཤིང་ཅུ།

shing-khu

Tea



ཇ།

ja

Sugar



གུ་རམ།

gu-ram



Milk



ཨོམ་

om

Coffee



ཀཱ་ཕི་

coffee

Beer



བི་ཡར་

beer

Wine



ཕཱི་ནི་

wine

Vegetarian



ཤ་མ་ཟ་མེ།

sha-ma-za-me

Kosher



ཀོ་ཤ་ར།

kosher

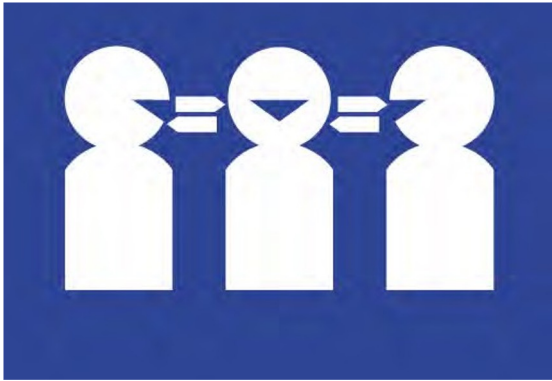
Halal



ཧ་ལ་ལ།

halal

Interpreter



སྐད་སྒྱུར་རྒྱུ་མི།

kjur-chap-me

Family



བཟའ་ཚང་།

dza-tsang

Priest



ཆོས་པ།

chep

Priest



ཆོས་པ།

chep



Rabbi



ཡ་རུ་དྲའི་ཆེས་པ།

yahu-dai-chep

Imam



ཁ་ཆེའི་ཆེས་ལུགས་ཀྱི་སྐམ།

kha-chei-che-lugki lam

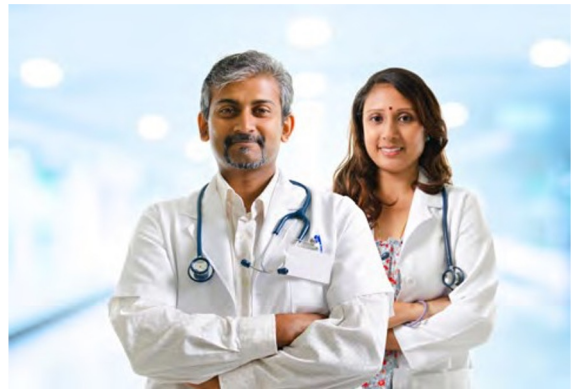
Monk



དགེ་སློང་།

gay-long

Doctor



བྱང་འཛོ།

drung-tsho

Nurse



མེན་པ་ལྷན་པ་།

men-yom

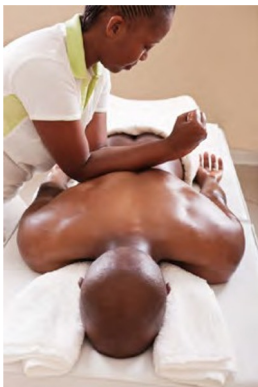
Physiotherapist



ལུས་སྦྱོང་མེན་པ་།

hum-phur-chap-me

Massage



ལུས་འཕུར་རྒྱུ་ལྟར་།

hum-phur-chap-me

Podiatrist



ཀླང་མ་བཅོས་པ་།

kam-cheme



Shower



ཟིམ་ཁྲུས།

zim-thrue

Toilet



ཆབ་གསང་།

chaap-sang

Wash Hands



ལག་པ་འཁྲུ།

laap-chu

Clean Teeth



སོ་བཟུ་རྒྱབ།

so-tru



Centre for
Cultural Diversity
in Ageing

Supported by Benetas

English Language Communication Cards

ཡིང་སྐད་ཀྱི་བརྒྱ་རྒྱུ་གྲྭ་

Clean Room



ཁང་མིག་འཕྲུག

khang me-chaa

Get Up



ཡར་ལོང་།

yar-long

Get Dressed



གོ་ལ་གྱུན།

go-la-goen

Get Dressed



གོ་ལ་གྱུན།

go-la-goen

Get Undressed



གོ་ལ་ཕྱད།

go-la-phe

Get Undressed



གོ་ལ་ཕྱད།

go-la-phe



Rest



ངལ་འཁོ།

ngyel-tsho

Sleep



ཉལ།

ngyel

Exercise



ལུས་སྦྱོང་།

le jong

Activities



ལས་སྒྲ།

lay-nag

Go to the Garden



ལུམ་ར་ནང་འགྲོ་ནི།

dumra-nang-joni

Go for a Walk



ལམ་འགྲོ།

lam-jo

Telephone



བརྒྱུད་འཕྲིན།

ju-thrin

Taxi



སློ་འཁོར།

la khor

Radio



ལཱ་དྲོམ།

lu-drom

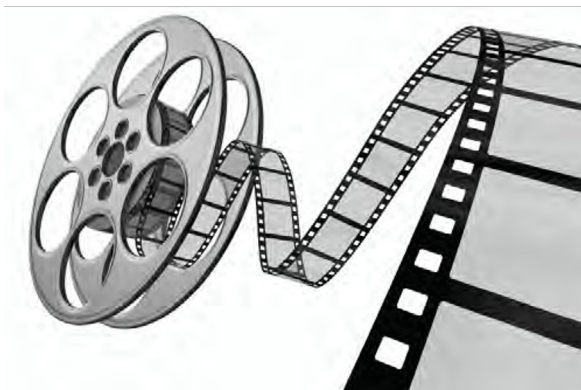
Music



སྟན་ཇ།

ngen-cha

Film



Film

log-ngen

TV



རྒྱང་མཐོང་།

jang-thong

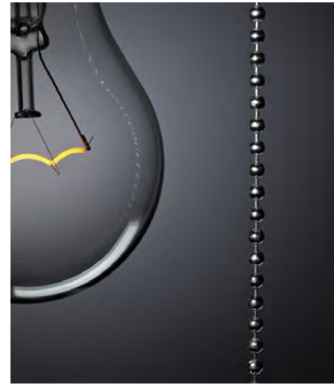
Light On



མེ་སྟེགས།

may-tek

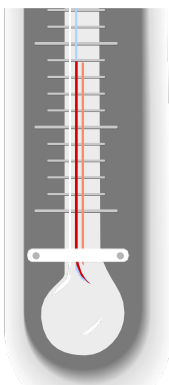
Light Off



མེ་གསང།

may-se

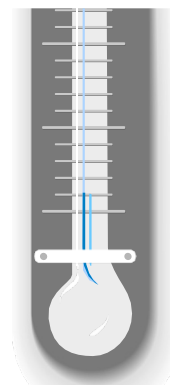
Hot



ཚ་རྟོམ།

tsa-tom

Cold



ཁོད་མ།

khem

Like



དགའ།

ga

Dislike



མི་དགའ།

me-ga

Want



དགོ།

go

Don't Want



མི་དགོ།

me-go



Centre for
Cultural Diversity
in Ageing

Supported by Benetas

English Language Communication Cards

ཡིང་སྐད་ཀྱི་བརྟན་དོན་ཤོག་བྱང་།

What Time?



ཅུ་ཚེ་དག་དེམ་ཅི།

chutse-gadem-che

Book



དཔེ་ཆ།

pecha

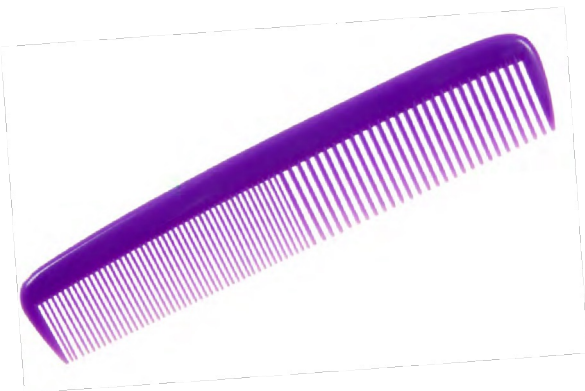
Glasses



མིག་ཤེལ།

mig-shel

Comb



མགུ་ཤར།

gu-shay

Makeup



བརྩོ་སྒྲུ་

dzo-men

Watch



ཅུ་ཚེན་འཁོར་ལོ།

chu-tse-khorlo

Jewellery



གྱེན་ཅ།

gyen-cha

Hearing Aid



ཐེ་ཅེ།

thee-chey

Dentures



སོ་ཚབ།

so-tsab

Tissues



འཇམ་ཤོག

jam-sho

Incontinence Pad



ཆབ་གསང་བཀའ་གདན།

ngyel-tsho

Pillow

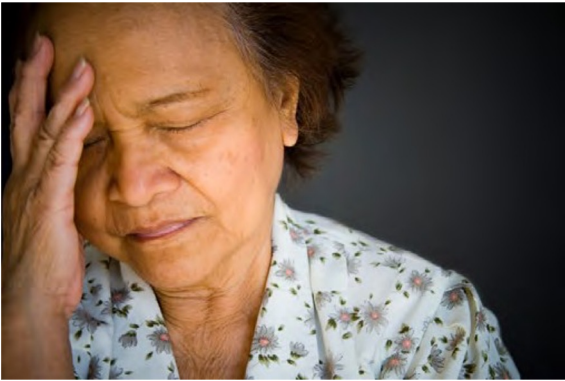


ཧང་།

hang



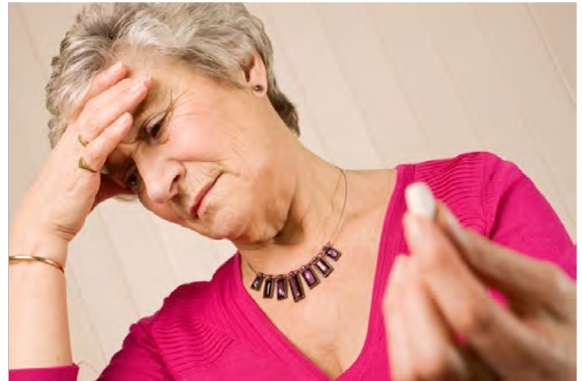
Pain



ན་བྱུག

nazu

Painkiller



ན་བྱུག་འཇོམས་ནིའི་སྟུན།

nazu jom ne men

Medication



སྟུན་བཅོས།

men che

Umbrella



ཉིག་དུག་ས།

ngyen-dhu

Walking Stick



ཁ་མ་ལ་

khaw

Walking Frame



ཏོག་མ་

togma

Wheeled Walker



ཏོག་མ་འཁོར་ལོ་ཅན་མ་

togma-khorlo-chem

Wheelchair



ཀང་ཁྲི་འཁོར་ལོ་ཅན་མ་

kang-thre-khorlo-chem

Dressing Gown



ནང་གོས།

nang-gay

Sleepwear



ཉལ་གོས།

ngyel gay

Slippers



ཀྲེབ་ཀྲེམ།

trep trem

Underwear



ཨང་དོར།

ang dor



Shirt



ཁེན་ཇ།

khen-ja

Dress



མོ་ཆས།

mo-chey

Trousers



དོམ།

dom

Skirt



མེད་གཡོགས།

may-yo



Socks



ཨོམ་སོ།

om so

Shoes



ལྷམ།

lham

Jumper



ཨོམ་སོ་ཁེན་ཇ།

omso-khen-ja

Coat



ཀོཏ།

coat