

Bilingual Phrase Cards

Pashto/English

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.

دا دا معلومات د Centre for Cultural Diversity in Ageing (د زړو کلتوري رنګارنګۍ د مرکز) لخوا په 2023 کال کې راغونډ شوي دي.

د دې نشریه مالي ملاتړ د Australian Government Department of Health and Aged Care (اوسټراليا حکومت د روغتیا او لوړ عمر لرونکو خلکو د پاملرنې وزارت) شوي دي.

© Centre for Cultural Diversity in Ageing 2023.



سلام/د خدای پامان.

Hello/Goodbye.

salam/da khudai paman.

Pashto

بڼه راغلاست.

Welcome.

sha raglast.

Pashto

سهار پخیر.

Good morning.

sahar pakhair.

Pashto

ماسپښین پخیر.

Good afternoon.

maspasheen pakhair.

Pashto



د زېږېدو ورځ مو مبارک شه!

Happy Birthday!

da zagado wrax mo mobarak sha!

Pashto

کلیزه مو مبارک شه!

Happy Anniversary!

kaliza mo mobarak sha!

Pashto

کریسمس مو مبارک شه!

Merry Christmas!

christmas mo mobarak sha!

Pashto

نوی کال مو مبارک شه!

Happy New Year!

newai kal mo mobarak sha!

Pashto



ډېره مننه.

Thank you so much.

dera manana.

Pashto

هيله كوم.

You're welcome.

hela kawom.

Pashto

زما نوم ... دی
زه به نن ورځ تاسو ته پاملرنه كوم.

My name is...
I will be caring for you today.

zama nom...dai
za ba nan wrax taso ta pamlarana kawom.

Pashto



وېښی چي تاسو ته مې
مزاحمت وکړ.

Sorry for disturbing you.

wabashai chi taso ta mo mzahamat wokr.

Pashto

بېښنه غواړم.

I am sorry.

bashana ghwarm.

Pashto

څنگه یاست؟

How are you?

sanga yast?

Pashto

نن ورځ څنگه یاست؟

How are you feeling today?

nan wrax sanga yast?

Pashto



راځه گرانه/گراني،
راځه چې پيل يې کړو!

Come on dear,
Let's get started!

raza grana/grani,
raza chi payal ye kro!

Pashto

زه غواړم تاسو را
سره مرسته وکړئ.

I would love you to help me.

za ghwaram taso rasara mrasta wakrai.

Pashto

په مهرباني سره، کولای
شئ زما سره مرسته وکړئ؟

Can you help me, please?

pa mehrabanai sara, kawalai shai zama sara mrasta wakrai?

Pashto

زه به ستاسو سره مرسته وکړم.

I will help you.

zaba staso sara mrasta wakram.

Pashto



آيا غواړئ حمام وکړئ؟

Would you like to have a shower?

aya ghwarai hamam wakrai?

Pashto

څه شی غواړئ واغوندئ؟

What would you like to wear?

sa shai ghwarai waghwndai?

Pashto

صابون واخلي.

Here is the soap.

sabon wakhlai.

Pashto

اوبه وگورئ.

Touch the water.

oba wagorai.

Pashto



آيا اوبه گرمې او که سړې دي؟

Is the water hot or cold?

aya oba garmi aw ka sarai dee?

Pashto

حمام کول خلاص شول.

Showering is finished.

hamam kawal khlas shawl.

Pashto

اجازه را کړئ چې ستاسو
بدن وچ کړم.

Let me dry your body.

ajaza rakrai chi staso badan wch kram.

Pashto

اجازه را کړئ چې جامو اغوستلو
کې له تاسو سره مرسته وکړم.

Let me help you get dressed.

ajaza rakrai chi gamo agowstalo ke
la taso sara mrasta wkram.

Pashto



خلاص شول.
اوس تاسو عالي بنکاري!

Done.
Now you look great!

khlās shwal.
os taso aeli shkarai!

Pashto

چمتو ياست؟

Are you ready?

chamto yast?

Pashto

غواړئ تشناب ته ولاړ شئ؟

Do you need the toilet?

ghwarai tashnab ta wlar shai?

Pashto

زه له تاسو سره د ډوډۍ خوړلو
خونې ته ځم.

I will walk with you to the dining room.

za la taso sara da dodai khwarlo khonai ta zm.

Pashto



مهرباني وکړئ په چوکۍ کېښئ.

Let's sit down on the chair, please.

mahrabani wekra pa chawkai kanai.

Pashto

موږ ستاسو خونې ته ځو.

We are going to your room.

mog staso khonai ta zo.

Pashto

موږ تشناب ته ځو.

We are going to the toilet.

mog tashnab ta zo.

Pashto

دا ستاسو تشناب دی.

This is your toilet.

da staso tashnab dai.

Pashto



دا ستاسو حمام دی.

This is your bathroom.

da staso hamam dai.

Pashto

دا ستاسو خونه ده.

This is your room.

da staso khona da.

Pashto

اجازه را کړئ چې
جامي مو بدلي کړم.

Let me change your clothes.

ajaza rakrai chi jamai mo badali kram.

Pashto

مهرباني وکړئ ویده شئ.

Please go to sleep.

mahrabani wakrai weda shai.

Pashto



Centre for
Cultural Diversity
in Ageing

Supported by Benetas

Pashto/English Bilingual Phrase Cards

ښه شپه.

Good night.

sha shpa.

Pashto



د سهارنۍ وخت دی.

It is breakfast time.

da saharanai wakhat dai.

Pashto

اوس د سهار/ماسپینین د چای
وخت دی.

It is time for morning/afternoon tea.

os da sahar/maspashen da chai wakht dai.

Pashto

د غرمې د ډوډۍ وخت دی.

It is lunch time.

da gharmi da dowdai wakht dai.

Pashto

د شپې د ډوډۍ وخت دی.

It is dinner time.

da shpai da dowdai wakht dai.

Pashto



آيا سوپ غواړئ؟

Do you want soup?

aya soup ghwarai?

Pashto

آيا اصلي غواړه غواړئ؟

Do you want the main course?

aya asli khwara ghwarai?

Pashto

آيا خواړه غواړئ؟

Do you want dessert?

aya khwaga ghwarai?

Pashto

آيا چای او که قهوه غواړئ؟

Do you want tea or coffee?

aya chai aw ka qahwa ghwarai?

Pashto



آيا وچه ډوډۍ غواړئ؟

Do you want bread?

aya wacha dowdai ghwarai?

Pashto

آيا وريجي غواړئ؟

Do you want rice?

aya wreje ghwarai?

Pashto

آيا کچالو غواړئ؟

Do you want potatoes?

aya kachalo ghwarai?

Pashto

آيا مکروني غواړئ؟

Do you want pasta?

aya makaroni ghwarai?

Pashto



آيا کيلي غواړئ؟

Do you want a banana?

aya keli ghwarai?

Pashto

آيا بوره غواړئ؟

Do you want sugar?

aya bora ghwarai?

Pashto

آيا چرگ غواړئ؟

Do you want chicken?

aya charg ghwarai?

Pashto

آيا کبان غواړئ؟

Do you want fish?

aya kaban ghwarai?

Pashto



آيا د وري غوښه غواړئ؟

Do you want lamb?

aya da wre ghwasha ghwarai?

Pashto

آيا د غوايه غوښه غواړئ؟

Do you want beef?

aya da ghwaya ghwasha ghwarai?

Pashto

آيا جوس غواړئ؟

Do you want juice?

aya juice ghwarai?

Pashto

آيا مالگه غواړئ؟

Do you want salt?

aya malga ghwarai?

Pashto



آيا سلاډ غواړئ؟

Do you want salad?

aya salad ghwarai?

Pashto

آيا سبزيجات غواړئ؟

Do you want vegetables?

aya sabzejat ghwarai?

Pashto

آيا اوبه غواړئ؟

Do you want water?

aya oba ghwarai?

Pashto

آيا خواړه ښه دي؟

Is the meal nice?

aya khwara sha dei?

Pashto



آيا ډير گرم دي؟

Is it too hot?

aya dar garam dei?

Pashto

آيا ډير سارو دي؟

Is it too cold?

aya dar sara dei?

Pashto

آيا ښه دي؟

Is it good?

aya sha dei?

Pashto

آيا نور سوپ غواړئ؟

Do you want more soup?

aya nor soup ghwarai?

Pashto



آيا نوره ميوه غواړئ؟

Do you want more fruit?

aya nora maiwa ghwarai?

Pashto

آيا تاسو وړي ياست؟

Are you hungry?

aya taso wage yast?

Pashto

په كافي اندازه مو خواړه وخورل؟

Have you eaten enough?

pa kapy andaza mo khwara wakhworai?

Pashto

خلاص مو كړل؟

Have you finished?

khlasi mo kral?

Pashto



آيا تږي ياست؟

Are you thirsty?

aya tagei yast?

Pashto

مهرباني وکړئ وخورئ.

Please eat.

mahrabani wakrai wakhrai.

Pashto

ولي خپه ښکاري؟

Why do you look sad?

wali khapa shkarai?

Pashto

تاسو څه اندیمن کړي یاست؟

What is worrying you?

ta so cha andashman kari yast?

Pashto

تاسو خپه یاست.
آیا غواړئ ما ته یې سبب ووايي؟
یوازې په هغه صورت کې
چې تاسو راحت وي.

You're upset.
Would you like to tell me why?
Only if you're comfortable.

taso khapa yast.
aya ghwarai ma ta yi sabab wawayei?
yowazi pa hagma sorat ki chi taso rahat wai.

Pashto

تاسو غوسه یاست.
آیا غواړئ ما ته یې سبب ووايي؟
یوازې په هغه صورت کې
چې تاسو راحت وي.

You're angry.
Would you like to tell me why?
Only if you're comfortable.

taso ghwasas yast.
aya ghwarai ma ta yi sabab wawayei?
yowazi pa hagma sorat ki chi taso rahat wai.

Pashto



مهرباني وکړئ مه ژاړئ.
هر څه به ښه شي.

Please don't cry.
Everything will be fine.

mahrabani wakrai ma zarai.
har sa bas sha shei.

Pashto

په مهرباني سره، کولای شم
له تاسو سره خبرې وکړم؟

Can I talk to you, please?

pa mahrabani sara, kawali sham la taso
sara khabari wakram?

Pashto

په مهرباني سره زه اړ يم چې
له تاسو سره خبرې وکړم.

I need to talk to you, please.

pa mahrabani sara, za ar yam cha la taso
sara khabari wakram.

Pashto

آيا مرستي ته اړتيا لري؟

Do you need help?

aya mrasti ta artya larai?

Pashto



زه دلته ستاسو سره د
مرستي لپاره يم.

I am here to help you.

za dlta staso sara da mrasti lapara yam.

Pashto

زه له تاسو سره څه
مرسته کولای شم؟

What can I do for you?

za la taso sara cha mrata kawalai sham?

Pashto



کولای شئ قدم ووهئ؟

Can you walk?

kawali shai qadam wowahai?

Pashto

زه مو گورم چې په سختی
سره قدم ووهئ.
اجازه را کړئ مرسته در سره وکړم.

I can see that you're
finding it hard to walk.
Let me help you.

za mo goram cha pa sakhtai qadam wahei.
ajaza rakrai mrasta dar sara wakram.

Pashto

راته ووايه ستونزه څه ده.

Tell me what's wrong.

rata wawaya sa stonza da.

Pashto

او زما خدایه، څه شوي دي؟

Oh my goodness,
what happened?

ow zama khodai, sa shawai dei?

Pashto



دا نرس دی.

This is the nurse.

da nurs dai.

Pashto

دا ډاکټر دی.

This is the doctor.

da daktar dai.

Pashto

نرس دلته دی چې
ستاسو سره مرسته وکړي.

The nurse is here to help you.

nars dlta dai chi staso sara mrasta wakri.

Pashto

ډاکټر دلته دی چې ستاسو
سره مرسته وکړي.

The doctor is here to help you.

daktar dlta dai chi staso sara mrasta wakri.

Pashto



ډاکټر غواړي تاسو معاینه کړي.

The doctor would like to examine you.

daktar ghwari taso mayna kri.

Pashto

مهرباني وکړئ خوله مو
خلاصه کړئ.

Open your mouth, please.

maharabani wakrai khwla mo khlasa krai.

Pashto

ساه واخلي او ويې وباسئ.

Breathe in and out.

sa wakhli ow waye basai.

Pashto

کوم ځای درد کوي؟
درد چیرته دی؟

Where does it hurt?
Where is the pain?

kom zai dard kawai?
dard charta dai?

Pashto



آيا خاربنت لري؟

Does it feel itchy?

aya kharashat lari?

Pashto

آيا سر درد لري؟

Do you have a headache?

aya sardard larai?

Pashto

آيا د معدې درد لري؟

Do you have stomach pain?

aya da medi dard larai?

Pashto

آيا د سر گرځيدو احساس کوي؟

Do you feel dizzy?

aya da sar gar zado ahsas kawai?

Pashto



سah ايستلى شى؟

Can you breathe?

sa estalai shai?

Pashto

كانگې مو كړې دي؟

Have you vomited?

kangi mo kari de?

Pashto

د ناروغۍ احساس كوى؟

Do you feel sick?

da naroghai ahsas kawai?

Pashto

آيا داسې احساس كوى
چې بايد كانگې وكړئ؟

Do you feel like
you need to vomit?

aya dasi ahsas kawai chi bayad kangi wakrai?

Pashto



آيا ملا مو درد کوي؟

Does your back hurt?

aya mla mo dard kawe?

Pashto

آيا د وړانه مفصل مو درد کوي؟

Does your hip hurt?

aya da wrana mafsai mo dard kawe?

Pashto

آيا تاسو ناراحتہ یاست؟

Are you uncomfortable?

aya taso narahata yast?

Pashto



په مهرباني سره کو
لای شی کښینی؟

Can you sit down, please?

pa mahrabani sara kawalai shai kshinai?

Pashto

آیا قبضیت یاست؟

Are you constipated?

aya qabzyat yat?

Pashto

آیا گرمی مو کیږي؟

Are you hot?

aya garmi mo kage?

Pashto

آیا سارو مو کیږي؟

Are you cold?

aya sara mo kage?

Pashto



دوشنبه

Monday

doshanba

Pashto

سه شنبه

Tuesday

seshanba

Pashto

چهارشنبه

Wednesday

cheharshanba

Pashto

پنجشنبه

Thursday

panjshanba

Pashto



Pashto/English Bilingual Phrase Cards

جمعه

Friday

joma

Pashto

شنبه

Saturday

shanba

Pashto

یکشنبه

Sunday

yakshanba

Pashto

جنوري

January

junwari

Pashto



فبروري

February

fubarwari

Pashto

مارچ

March

march

Pashto

اپريل

April

april

Pashto

مي

May

may

Pashto



جون

June

jwon

Pashto

جولای

July

jowlai

Pashto

اگست

August

agust

Pashto

سپتمبر

September

saptambar

Pashto



اوکتوبر

October

oktobar

Pashto

نومبر

November

novembar

Pashto

دسمبر

December

decembar

Pashto

کال

Year

kal

Pashto



آيا گلان مو خوښيږي؟

Do you like flowers?

aya golan mo khwashegi?

Pashto

آيا ميوې مو خوښيږي؟

Do you like fruit?

aya mewai mo khwashegi?

Pashto

آيا د ويډيوگانو کتل مو خوښيږي؟

Do you like watching videos?

aya di vediogano katal mo khwashegi?

Pashto

څه شى غواړئ اوس ترسره کړئ؟

What would you like to do now?

cha shai ghware os tar sara krai?

Pashto



کوم کتابونه مو لوستلي دي؟

What books do you read?

kom kitabona mo lwastali de?

Pashto

څومره په زړه پوري!

How adorable!

chomra pa zra pori!

Pashto

آيا په خونه کې مو سارې دي؟

Is it cold in your room?

aya pa khona ki mo sara di?

Pashto

آيا غواړئ چې زه ستاسو له
کورنۍ سره اړیکه ونیسم؟

Do you want me to contact
your family?

aya ghwari za sta so la korani sara arika wanesam?

Pashto



آيا نوي جامې غواړئ؟

Do you need fresh clothes?

aya nwai jami ghwari?

Pashto

آيا پرته له درد څخه تمرين
کولای شئ؟

Can you exercise without pain?

aya prata la dard sakha tamreen kawalai shai?

Pashto

څه وخت غواړئ خپله
کورنۍ ووينئ؟

When do you want to see your family?

sa wakht ghwari khpla korani wawenai?

Pashto

آيا غواړئ ډاکټر ته
مراجعه وکړئ؟

Do you want to see the doctor?

aya ghwari daktar ta mrajah wakrai?

Pashto



آيا غواړئ نايي ته مر
اجعه وکړئ؟

Do you want to see the hairdresser?

aya ghwari nayee ta mrajah wakrai?

Pashto

آيا غواړئ د پښو متخصص
ته مراجعه وکړئ؟

Do you want to see the podiatrist?

aya ghwari di psho motakhasis ta mrajah wakrai?

Pashto

آيا غواړئ زموږ له
فعاليت سره يو ځای شئ؟

Do you want to join our activity?

aya ghwari zmog la falyat sara yow zai shei?

Pashto

آيا غواړئ د ډوډۍ
خوړلو خونې ته راشئ؟

Do you want to come
to the dining room?

aya ghwari di dodai khworalo khoni ta rashai?

Pashto



آيا غواړئ په خپله خونه
کې ډوډۍ وخورئ؟

Do you want to eat in your room?

aya ghwari pa khpala khona ki dodai wakhrai?

Pashto

حمام د سهار پر مهال
ترسره کيږي.

The shower is in the morning.

hamam da sahar par mhal tarsara kagi.

Pashto