

Communication Cards

English / Sinhalese

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.

මෙම තොරතුරු සම්පාදනය කරන ලද්දේ 2023 දී වයස්ගත වීමේ සංස්කෘතික විවිධත්වය සඳහා වූ මධ්‍යස්ථානය විසිනි.

මෙම ප්‍රකාශනය සඳහා අරමුදල් සපයන ලද්දේ ඕස්ට්‍රේලියානු රජයේ සෞඛ්‍ය හා වයස්ගත සත්කාර දෙපාර්තමේන්තුව මගිනි.

© Centre for Cultural Diversity in Ageing 2023.

Breakfast



උදේ ආහාරවේල
ude aa-hara wela

Breakfast



උදේ ආහාරවේල
ude aa-hara wela

Breakfast



උදේ ආහාරවේල
ude aa-hara wela

Lunch



දිවා ආහාර වේල
diwa aa-hara wela

Lunch



දිවා ආහාර වේල
diwa aa-hara wela

Dinner



රාත්‍රී ආහාර වේල
rathri aa-hara wela

Dinner



රාත්‍රී ආහාර වේල
rathri aa-hara wela

Fish



මාලු
ma-lu

Chicken



කුකුල් මස්

kukul mas

Beef



හරක් මස්

harak mas

Lamb



බැටලු මස්

baetalu mas

Pork



උණරු මස්

u-ru mas

Water



වතුර

wathu-ra

Juice



ජුස්

juice

Tea



තේ

th-e

Sugar



සීනි

see-ni

Milk



කිරි

kiri

Coffee



කෝපි

ko-pi

Beer



බියර්

beer

Wine



වයින

wine

Vegetarian



නිමර්ංශ

nir maa-nsha

Kosher



කොෂර්

kosher

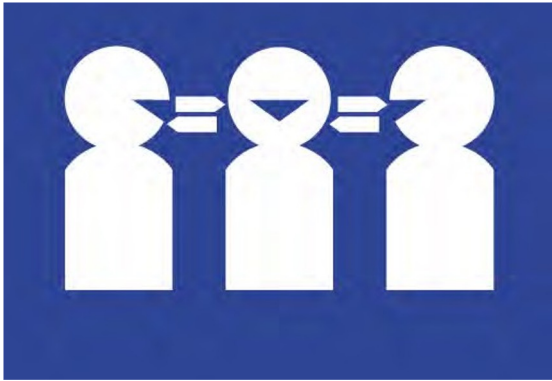
Halal



හලාල්

halal

Interpreter



භාෂණ පරිවර්තක

bha-shana pariwarthaka

Family



පවුල

pawula

Priest



පූජකතුමා

poojakathuma

Priest



පූජකතුමා

poojakathuma

Rabbi



රබ්බිවරයා

rabbiwaraya

Imam



ඉමාම්වරයා

imamwaraya

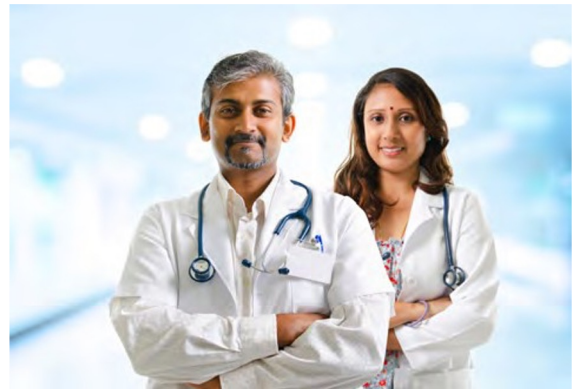
Monk



ස්වාමීන් වහන්සේ

swa-min wahanse

Doctor



වෛද්‍යවරයා

waidya waraya

Nurse



හෙදියා

hediya

Physiotherapist



හෞත චිකිත්සකවරයා

bhautha chikithsakawaraya

Massage



සම්බාහනය

samba-hanaya

Podiatrist



පාද සම්බන්ධ චිකිත්සකවරයා

pa-da sambanda
chikisthasaka waraya

Shower



චතුර මල

na-nna

Toilet



වැසිකිළිය

wasikiliya

Wash Hands



අත් සෝදන්න

ath so-danna

Clean Teeth



දත් මදින්න

dath madinna



Clean Room



කාමරය අස් කරන්න

kamaraya as karanna

Get Up



නැගිටින්න

nagitinna

Get Dressed



ඇඳුම් ඇඳ ගන්න
andum andaganna

Get Dressed



ඇඳුම් ඇඳ ගන්න
andum andaganna

Get Undressed



ඇඳුම් ගලවන්න
andum galawanna

Get Undressed



ඇඳුම් ගලවන්න
andum galawanna

Rest



විවේක ගන්න

wivekaya

Sleep



නිදාගන්න

nida-ganna

Exercise



ව්‍යායාම

wya-ya-ma

Activities



ක්‍රියාකාරකම

kriyakarakam

Go to the Garden



වත්තට යන්න
waththata yanna

Go for a Walk



ටිකක් ඇවිදලා එන්න
tiakak evidala enna

Telephone



දුරකථන
durakathana

Taxi



කුලී රථ
kuliratha

Radio



රේඩියෝව

radio

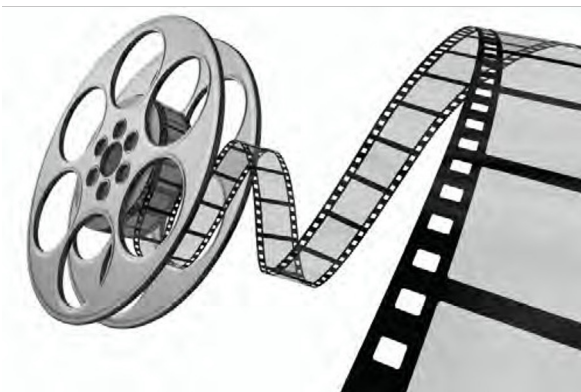
Music



සංගීතය

sangi-thaya

Film



චිත්‍රපටි

chitrapati

TV



රූපවාහිනිය

rupavahiniya

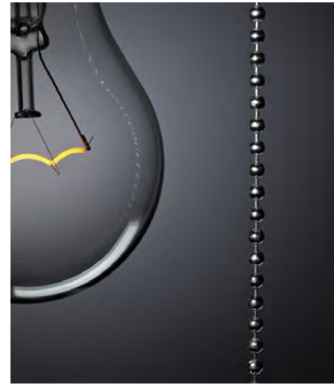
Light On



ලයිට් එක දාලා තියන්න

lite eka dala thiyanna

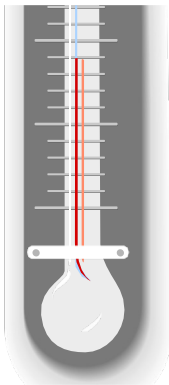
Light Off



ලයිට් එක නිවන්න

lite eka niwanna

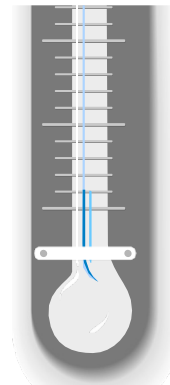
Hot



රස්තෙයි

rasnei

Cold



සීතලයි

seethalai

Like



කැමතියි

kaemathiyi

Dislike



අකමැතියි

akaemathiyi

Want



ඕනෑ

oo-ne

Don't Want



එපා

epa



Centre for
Cultural Diversity
in Ageing

Supported by Benetas

English Language Communication Cards

සිංහල භාෂා සන්නිවේදන කාඩ්පත්

What Time?



වේලාව කීයද

wela-wa kee-yada

Book



පොත

potha

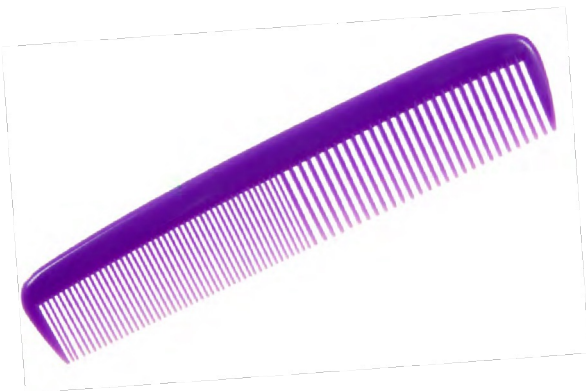
Glasses



කණ්ණාඩි

kanna-di

Comb



පනාව

pana-wa

Makeup



මේකප්

makeup

Watch



ඔරලෝසුව

oralo-suwa

Jewellery



ආභරණ

a-bharana

Hearing Aid



ශ්‍රවණාධාර

shrawana-dha-ra

Dentures



ව්‍යාජ දත් කුට්ටම

way-ja dath kuttama

Tissues



ටිෂූ

tissue

Incontinence Pad



මුත්‍රා පාලන පැඩ්

muthra-pa-lana pad

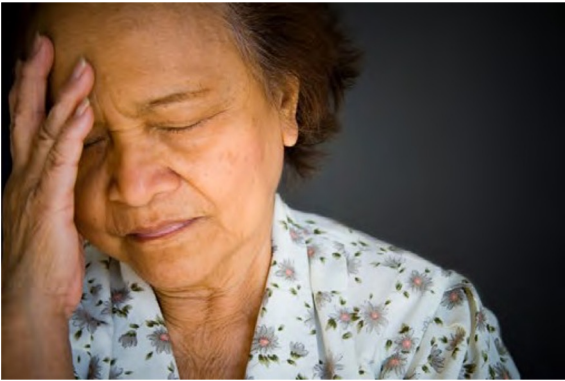
Pillow



කොට්ටය

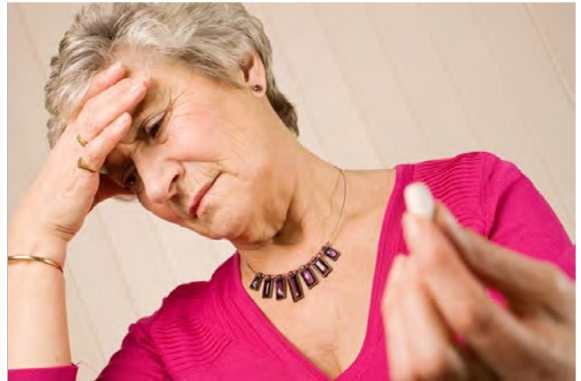
kottaya

Pain



රිදෙනවා
ridenawa

Painkiller



වේදනා නාශක
wedana-na-shaka

Medication



බෙහෙත්
beheth

Umbrella



කුඩය
kudaya

Walking Stick



හැරමිටිය
hramitiya

Walking Frame



රෝද පුටුව
roda putuwa

Wheeled Walker



ඇවිදීමේ රාමුව
awidime ramuwa

Wheelchair



රෝද සහිත චෝකරය
roda sahitha walker

Dressing Gown



ඩ්‍රෙසින් ගවුම

dressings gawma

Sleepwear



නිදන ඇඳුම

nidana andum

Slippers



සෙරෙප්පු

sereppu

Underwear



යට ඇඳුම

yata andum

Shirt



කමිසය

kamisaya

Dress



ගවුම

gawma

Trousers



කලිසම

kalisama

Skirt



සාය

sa-ya

Socks



මේස්

maze

Shoes



සපත්තු

sapattu

Jumper



ජම්පරය

jumper

Coat



කෝටි එක

coat eka