

My Lingo Communication Aid Áis Chumarsáide My Lingo

for New English Speakers
do Chainteoirí Nua an Bhéarla

Irish Gaelige



Adult
Literacy
for Life

Lítearthacht
d'Aosaigh
don Saol



kcetb
Kerry County Education Training Board
An Bord Oideachais agus Oiliúnaíochta
Chúige Kerry agus Chomhairle
Aibíneach agus Cúige
Aibíneach agus Oideachais



St. Luke's General Hospital
Cairliow - Kilkenny



Tipperary University Hospital
Ospidéal na hOllscoile Thíobraid Árann
Teaching | Understanding | Healing

Réamhrá

Is comhoibriú idir an CIF, KCETB Litearthacht Saoil d'Aosaigh, Ospidéal Ginearálta Lúcáis Chill Chainnigh/Cheatharlach, Ospidéal Ollscoile Thiobraid Árann agus Ospidéal Ginearálta Loch Garman é an Tionscadal My Lingo.

Fuair an tionscadal maoiniú ón CIF, Ciste Comhoibrithe agus Nuálaíochta, Litearthacht Saoil d'Aosaigh.

Is freagra ar riachtanais na ndaoine áitiúla nach labhraíonn Béarla mar theanga dhúchais agus d'fhéadfadh go mbeidh tacaíocht litearthachta breise ag teastáil uathu é an Tionscadal My Lingo. Scríobhtar é i mBéarla Simplí, ag baint úsáid as aistriúcháin agus deilbhíní chun cabhrú agus chun cumarsáid níos fearr a spreagadh. Is í an aidhm atá leis ná tuiscint agus comhráite dhá bhealach idir na daoine a dteastaíonn cabhair uathu agus an fhoireann atá ag iarraidh cabhrú leo inár n-ospidéal áitiúla a fheabhsú.

Is áis an-fhísiúil ina bhfuil frásaí lárnacha agus atá ar mhéid néata í an áis seo chun an chumarsáid idir an soláthraí cúraim sláinte agus úsáideoir na seirbhíse a éascú.

Ba mhaith linn aitheantas a thabhairt d'fhlaithiúlacht BOO Chorcaí agus Chiarraí agus iad ag tacú leis an tionscadal seo, BOO Chill Chainnigh agus an Grúpa Ionchuimsithe agus Éagsúlachta, Ospidéal Ginearálta Lúcáis Chill Chainnigh/Cheatharlach, Roinn Cáilíochta Ospidéal Ollscoile Thiobraid Árann agus Roinn Cáilíochta Ospidéal Ghinearálta Loch Garman.

Everyday English Focail Choitianta sa Bhéarla

Days of the week Laethanta na seachtaine

Monday	Dé Luain	Friday	Dé hAoine
Tuesday	Dé Máirt	Saturday	Dé Sathairn
Wednesday	Dé Céadaoin	Sunday	Dé Domhnaigh
Thursday	Déardaoin		

Months of the year Míonna na bliana

1	January	Eanáir	7	July	Iúil
2	February	Feabhra	8	August	Lúnasa
3	March	Márta	9	September	Meán Fómhair
4	April	Aibreán	10	October	Deireadh Fómhair
5	May	Bealtaine	11	November	Samhain
6	June	Meitheamh	12	December	Nollaig

Seasons Séasúir

Winter Geimhreadh



Spring Earrach

Autumn Fómhar

Summer Samhradh

Parts/Meals of the day

Béilí an Lae



Morning
Maidin

Breakfast
Bricfeasta



Afternoon
Tráthnóna

Lunch
Lón



Evening
Iarnóin

Dinner
Dinnéar



Night
Oíche

Snack
Sneaic

Manners/Polite sayings

Béasa / Nathanna béasacha

Please	You're Welcome	Excuse me
Más é do thoil é	Tá fáilte romhat	Gabh mo leithscéal
Thank You	Sorry	
Go raibh maith agat	Tá brón orm	

Numbers Uimhreacha

0	A náid	5	A cúig	10	A deich	15	A cúig déag	20	Fiche	70	Seachtó
1	A haon	6	A sé	11	A haon déag	16	A sé déag	30	Tríocha	80	Ochtó
2	A dó	7	A seacht	12	A dó dhéag	17	A seacht déag	40	Daichead	90	Nócha
3	A trí	8	A hocht	13	A trí déag	18	A hocht déag	50	Caoga	100	Céad
4	A ceathair	9	A naoi	14	A ceathair déag	19	A naoi déag	60	Seasca	1000	Míle

Time Am

O'Clock...
A chlog

00:00 AM 12:00 a.m.
12:00 PM 12:00 p.m.



Quarter to...
Ceathrú chun...

Quarter past...
Ceathrú tar éis...

Half past...
Leathuair tar éis...

Money Airgead

Euros
Euro

Cents
Pinginí



Community Health Services Seirbhísí Sláinte an Phobail



GP/Family Doctor

DG/Dochtúir
Teaghlaigh



GP Practice
Cleachtas DG



Public Health Nurse
Altra Sláinte Poiblí



Speech and
Language therapist
Teiripeoir Urlabhra
agus Teanga



Dentist
Fiaclóir



Dental Practice
Cleachtas
Fiaclóireachta



Dietitian
Daitéiteach



Physiotherapist
Fisiteiripeoir



Pharmacist
Poitigéir



Pharmacy
Cógaslann



Occupational therapist
Teiripeoir saothair



Health Centre
Ionad Sláinte



Optometrist
Optaiméadraí



Optician
Radharceolaí



Receptionist
Fáilteoir



Reception
Fáiltiú

Talking to a Receptionist Ag labhairt le Fáilteoir

- My name is...
... is ainm dom
- My date of birth is...
Is é mo dháta breithe ná...
- My country of birth is...
Is í mó thír bhreithe ná...
- My phone number is...
Is í m'uimhir ghutháin ná...
- My address is...
Is é mo sheoladh ná...
- My occupation is...
Is í mo shlí bheatha ná...
- My religion is...
Is é mo chreideamh ná...
- My personal carer is...
Is é/í mo chúramóir pearsanta ná...
- My personal carer can be contacted at this number...
Is féidir teagmháil a dhéanamh le mo chúramóir pearsanta ag an uimhir seo...



Talking to a Receptionist Ag labhairt le Fáilteoir



- I identify as...
Aithním mar..
- My General Practitioner or GP is called...
Is é an t-ainm atá ar mo Dhochtúir Ginearálta nó mo DG ná...
- My GP's practice is in...
Tá cleachtas mo DG suite in...
- I need to see a healthcare professional urgently, I need medical assistance.
Ní mór dom gairmí cúraim sláinte a fheiceáil go práinneach, teastaíonn cúnamh leighis uaim.
- I have a problem with...
Tá fadhb agam le...
- I have symptoms of...
Tá siomptóim agam a léiríonn...
- I have a medical card. The number is...
Tá cárta leighis agam. Is í an uimhir atá air ná...
- I have medical insurance. The number is...
Tá árachas leighis agam. Is í an uimhir ná...

Talking to a Healthcare Professional Ag labhairt le Gairmí Cúraim Sláinte

- Have my test results come back?
An bhfuair tú torthaí mo thástála?
- Can I have a new prescription please?
An dtabharfá oideas nua dom le do thoil?
- When I go home, what are the danger signals for my condition that I should be aware of?
Nuair a théim abhaile, cad iad na comharthaí contúirte a bhaineann leis an bhfadhb shláinte atá agam gur cheart dom a bheith ar an eolas fúthu?
- I need help to eat my meals...
Teastaíonn cabhair uaim chun mo bhéilí a ithe..
- Can you bring more... *bread, water, napkins*... please?
An féidir leat tuilleadh...*aráin, uisce, naipcíní*... a thabhairt leat le do thoil?
- I need help to drink...
Teastaíonn cabhair uaim chun mo dheoch a ól...
- May I have some... *salt, pepper, ketchup*... please?
An féidir leat roinnt *salainn, piobair, citseap* a thabhairt dom... le do thoil?
- I have a food allergy.
Tá ailléirge bia agam.

Symptoms Siomptóim



Pain
Pian



Headache
Tinneas Cinn



Cough
Casacht



Sore throat
Scornach thinn



Sneezing
Sraothartach



Vomit
Cur Amach



Infection
Ionfhabhtú



Fever
Fiabhras



Earache
Tinneas Cluaise



Runny nose
Srón smaoiseach



Bloated
At



Diarrhoea
Buinneach



Indigestion
Heartburn
Tinneas boilg
Dó croí

Symptoms Siomptóim



Rash
Gríos



Itchy
Tochasach



Tired
Tuirseach



No appetite
Gan ghoile



Bruise
Ballbhrú



Broken
Briste



Swollen
Ata



Pregnant
Ag iompar
clainne



Breathless
As anáil



Constipation
Iatacht



Toothache
Tinneas fiacaile



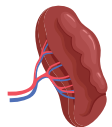
Bleeding
Fuiliú

Body Parts Internal Organs

Baill Choirp Orgáin Inmheánacha



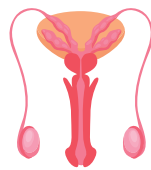
Lungs
Scamhóga



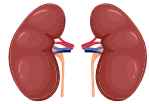
Spleen
Liathán



Intestine
Stéig



Male reproductive system
Córas atáirgthe fireann



Kidneys
Duáin



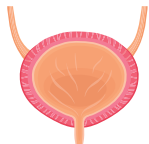
Brain
Inchinn



Artery
Artaire



Female reproductive system
Córas atáirgthe baineann



Bladder
Lamhnán



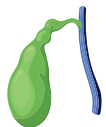
Liver
Ae



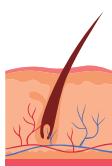
Pancreas
Paincréas



Stomach
Bolg



Gallbladder
Máilín an domlais



Skin
Craiceann



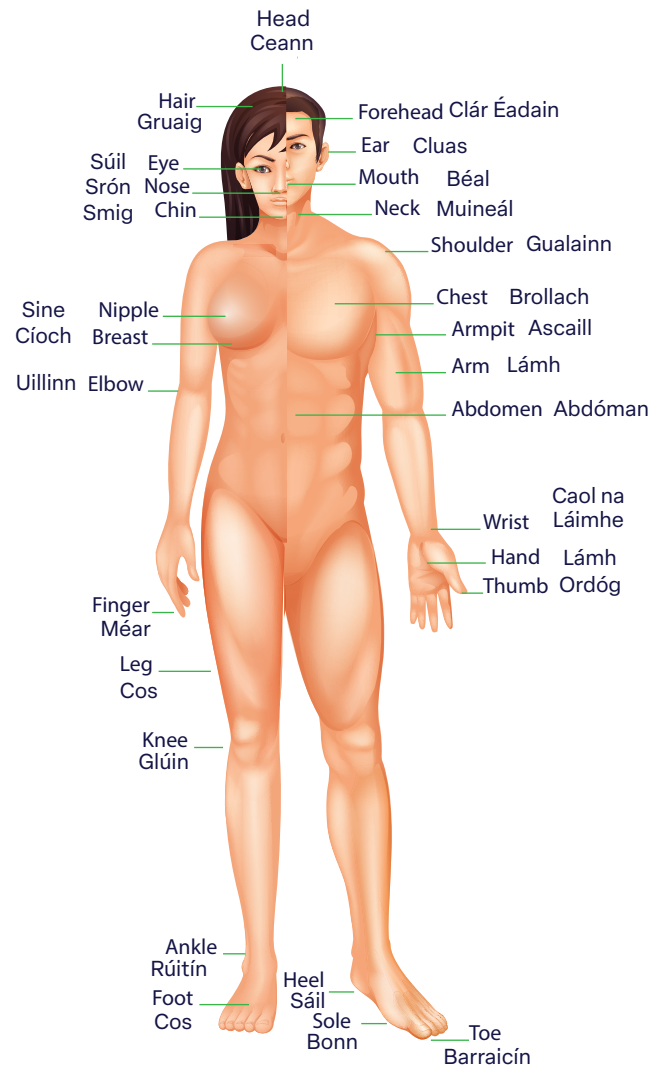
Heart
Croí



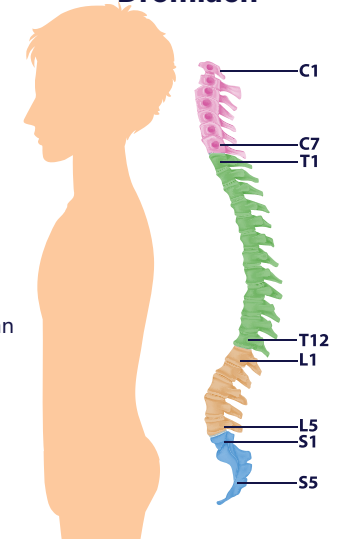
Blood
Fuil

Body Parts External

Baill Choirp Seachtrach



Spine Dromlach



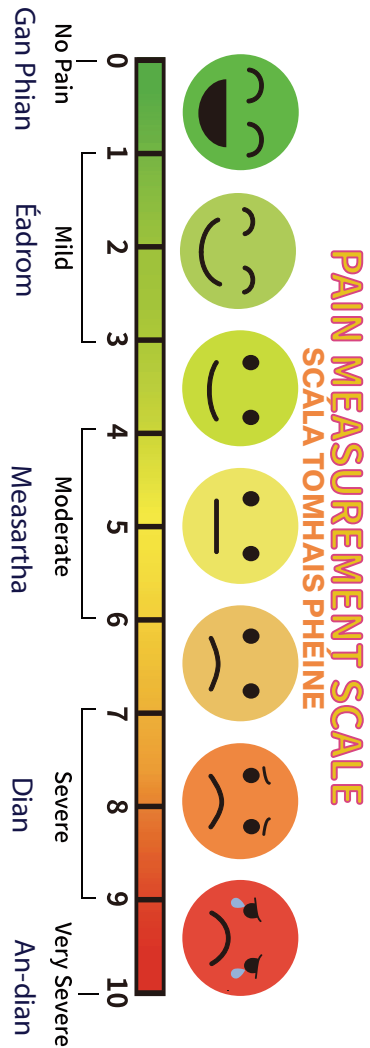
Talking About Pain Ag Labhairt faoi Phian

Health Professional Gairmí Sláinte	Healthcare User Úsáideoir cúraim sláinte <i>(examples)</i>
Where do you feel pain? Cá háit a mhothaíonn tú an pian?	I feel pain in my... <i>knees, teeth, chest</i> Mothaím an pian i mo.. <i>ghlúnta, m'fhiacla, mo bhrollach</i>
When do you feel the pain? Cathain a mhothaíonn tú an pian?	When I... <i>lie down, do exercise, eat</i> Nuair a... <i>luím síos, dhéanaim aclaíocht, ithim</i>
What does the pain feel like? Conas mar a mhothaíonn an pian?	It feels... <i>hot, throbbing, sharp, ache</i> Mothaíonn sé... <i>te, preabach, géar, pianmhar</i>
Does the pain move? An mbogann an pian?	The pain... <i>moves down my leg, stays in the same place</i> Bogann an pian... <i>síos mo chos, fanann sé san áit chéanna</i>

Talking About Pain Ag Labhairt faoi Phian

Health Professional Gairmí Sláinte	Healthcare User Úsáideoir cúraim sláinte <i>(examples)</i>
What helps reduce the pain? Cad a chabhraíonn leis an bpian a laghdú?	It helps when I... <i>rest, take painkillers</i> Bíonn sé ina chabhair liom nuair... <i>a thógaim sos, nuair a thógaim pianmhúcháin</i>
How long does the pain last? Cé chomh fada is a mhaireann an pian?	It lasts... <i>seconds, minutes, hours, days</i> Maireann sé... <i>ar feadh soicindí, nóiméad, uaireanta, laethanta</i>
What makes the pain worse? Cad a dhéanann an pian níos measa?	When I... <i>bend over, drive, eat ice cream</i> Nuair a... <i>chromaim síos, thiomáinim, ithim uachtar reoite</i>
How bad is the pain? Cé chomh dona is atá an pian?	It is... <i>mild, moderate, severe</i> Tá sé... <i>éadrom, measartha, dian</i>

Talking About Pain Ag Labhairt faoi Phian



How bad out of 10 is the pain? 1 is no pain, 10 is severe pain.
Cén scór as 10 a thabharfá ar an bpian ó thaobh déine de?
Ciallaíonn 1 nach bhfuil sé pianmhar in aon chor, ciallaíonn 10 gur pian dian atá ann

Talking About Mental Health Ag Labhairt faoi Chúrsaí Meabhairshláinte

Feelings

“I have been feeling...”



Sad
Brónach



Lonely
Uaigneach



Tired
Tuirseach



Irritable
Cantalach



Guilty
Ciontach

Mothúcháin

“Le tamall anuas, táim ag mothú...”



Depressed
In ísle brí



Worthless
Nach fiú faic mé



Angry
Feargach



Hungry/Not Hungry
Ocrasach/Gan bheith ocrasach



Worried
Buartha

Thoughts

“I have thoughts about...”



The past
Faoin am atá thart



Hurting myself
Fúm féin a ghortú



Dying
Faoi bhás a fháil

Smaointí

“Bím ag smaoineamh...”



The future
Faoin todhchaí



Hurting someone else
Faoi dhaoine eile a ghortú



Many things
Faoi go leor rudaí

Talking About Mental Health Ag Labhairt faoi Chúrsaí Meabhairshláinte

Affects

“This is affecting my...”



Work
Mo Shaol Oibre



Relationships
Mo Chaidrimh



Studies
Mo chuid Staidéir



Sleep
Mo Chodladh

Tionchair

“Tá tionchar á imirt aige seo ar...”



Hobbies
Mo Chaitheamh
Aimsire



Appetite
Mo Ghoile



Family
Mo Theaghlach



Weight
Mo Mheáchan

Other symptoms



Nightmares
Tromluithe



Hallucinations-visual
Speabhraídí-radhairc



Flashbacks
Athchuimhní

Siomptóim eile



Paranoia
Paranáia



Hallucinations-audio
Speabhraídí-fuaime



Memory
Cuimhne

Other Useful Phrases Frásaí Úsáideacha Eile



I want to speak to a nurse
Ba mhaith liom labhairt le haltra



I want to speak to my family member
Ba mhaith liom labhairt le ball teaghlaigh



I want the doctor to speak to my family member
Ba mhaith liom go labhródh an dochtúir le mo bhall teaghlaigh

Tests and Investigations Tástálacha agus Imscrúduithe



Blood pressure
Brú fola



Heart rate
Ráta croí



Oxygen levels
Leibhéal ocsaigine



Breathing rate
Ráta anáilaithe



Heart tracing
Rianú croí



Blood sugar levels
Leibhéal siúcra fola



Blood tests
Tástálacha fola



Urine test
Tástáil fuail



Xray
X-gha



CT scan
Scanadh CT



MRI scan
Scanadh MRI



Ultrasound scan
Scanadh ultrafhuaime



Endoscopy
Ionscópacht



Colonoscopy
Ionscópacht ar an dróllann

Hospital Departments Rannóga Ospidéil



Emergency
Rannóg Éigeandála



Cardiology
Rannóg Chairdeolaíochta



Gerontology
Rannóg
Gheirinteolaíochta



ENT (Ears, Nose, Throat)
Rannóg CSS (Cluas, Srón agus Scornach)



Oncology
Rannóg Oinceolaíochta



Haematology
Rannóg
Haemaiteolaíochta



Gynaecology
Rannóg
Ghínéiceolaíochta



Minor Injuries
Rannóg
Mhionghortuithe



Respiratory
Rannóg Riospráide



Rheumatology
Rannóg
Réamaiteolaíochta



Ophthalmology
Rannóg
Oftailmeolaíochta



Palliative
Rannóg Mhaolaitheach



Endocrinology
Rannóg
Inchríneolaíochta




Antenatal
Rannóg
Réamhbhreithe

Hospital Departments Rannóga Ospidéil


 Fracture Clinic
An Clinic Bristeacha


 Orthopaedics
Rannóg Ortaipéidice

 Gastroenterology
Rannóg
Ghaistreintreolaíochta

 Urology
Rannóg Úireolaíochta

 Neurology
Rannóg
Néareolaíochta


 Renal
Rannóg na nDuán

 Dermatology
Rannóg
Dheirmeolaíochta

 Paediatrics
Rannóg Phéidiatraice


 Pain Clinic
Clinic Péine

 ICU (Intensive Care Unit)
ICU (Aonad Dianchúraim)


 Surgical Theatre
Obrádlann
Mháinliachta

 GUM (Genitourinary Medicine)
GUM (Leigheas
Úraiginitiúil)

 Labour/Delivery Unit
Aonad Luí Seoil/
Breithe

 Postnatal
Rannóg Iarbhreithe

Treatments and Talking to a Pharmacist Cóireálacha agus Déanamh Cainte le Poitigéir


 Prescription
Oideas

 Dressing
Cóiriú


 Inhalers
Analóirí


 Vaccine
Vacsaín

 Injection
Instealladh

 Suppository
Sopastóir

 Plaster
Plástar

 Painkillers
Pianmhúcháin

 Antibiotics
Antaibheathaigh

 Cream
Uachtar


 Tablets
Taibléid

 Supplements
Forlíontaí

 Antidepressants
Frithdhúlagraín

 Eye Drops
Braonta Súl

 Vitamins
Vitimíní

 Bandage
Bindealán

Treatments and Talking to a Pharmacist Cóireálacha agus Déanamh Cainte le Poitigéir



Can I collect my prescription?
An féidir liom m'oidreas a bhailiú?

When will my prescription be ready for collection?
Cathain a bheidh m'oidreas réidh le bailiú?

How do I take this medicine?
Conas a thógaim an leigheas seo?

What are the side effects?
Cad iad na fo-iarmhairtí a ghabhann leis?

Where are the instructions?
Cá bhfuil na treoracha?

How long will this medicine last?
Cé chomh fada a mhairfidh an leigheas seo?

How many months did my Doctor prescribe?
Cé mhéad mí a d'ordaigh mo Dhochtúir?

How many months do I have left of my prescription?
Cé mhéad mí atá fágtha ar m'oidreas agam?

Can I buy this without a prescription?
An féidir liom é seo a cheannach gan oideas?

Can you check my blood pressure and weight?
An bhféadfá mo bhrú fola agus mo mheáchan a sheiceáil?

Can I book an appointment for the flu vaccine?
An féidir liom coinne a chur in áirithe don vacsaín fliú?

Talking to the Gardaí Ag labhairt leis na Gardaí Types of Crime Cineálacha Coire



Theft/Stealing
Gadaíocht/Goid



Domestic abuse
Drochíde baile



Criminal damage
Damáiste coiriúil



Speeding
Bheith ag dul róthapa



Abduction
Fuadach



Murder
Dúnmhárú



Dangerous driving
Tiomáint chontúirteach



Burglary
Buirgléireacht



Hate crime
Coir fuatha



Child abuse
Mí-úsáid leanaí



Fraud
Calaois



Physical assault
Lonsaí fisiciúil



Cybercrime / Online Fraud
Cibearchoireacht / Calaois ar Líne



Drug Dealing
Mangaireacht Drugaí



Sexual assault
Lonsaí gnéasach

Talking to the Gardaí Ag labhairt leis na Gardaí

Types of Crime Cineálacha Coire



I need some.... *help, information.....* please
Teastaíonn roinnt... *cabhrach, faisnéise ...* uaim le do thoil

I am in danger. My location/eircode is...
Táim i gcontúirt. Is é mo shuíomh/m'Éirchód ná...

I want to.... *pay a traffic fine, make a complaint, report a crime*
Tá fonn orm... *fíneáil thráchta a íoc, gearán a dhéanamh, coir a thuairisciú*

My.....*child is missing, passport is lost, things were stolen*
Tá... *mo pháiste in easnamh, mo phas caillte, goideadh mo chuid rudaí*

I had an accident with my car.
Bhí timpiste agam sa charr.

I have a problem with my neighbours.
Tá fadhb agam le mo chomharsana.

I was attacked.
Rinneadh ionsaí orm.

I don't feel safe.
Ní mhothaím sábháilte.

Notes Nótaí

We wish to thankfully acknowledge “My Communication Aid” which was developed through the collaboration of Cork Kerry Refugee Resettlement Initiative Cork Kerry Community Healthcare/HSE Social Inclusion - Cobh Family Resource Centre, Cobh, County Cork in the development and content layout of the “My Lingo” translation booklet.

MCA-ENGLISH-IRISH-004



SCAN ME



Modern Printers 056 7721739