# သးဆူၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤတၢ်ဘျၢအခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ် (Mental Health and Wellbeing Act ) -လၢကျိၥ်ညီအပူၤ

လါမ့ၤ ၂၀၂၅

Mental Health and Wellbeing Act 2022 ပၥ်လီၤတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢ သးဆူၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ (‘တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်’) အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်အကါဒိၣ်လၢသးဂ့ၢ်၀ီ ကသံၣ်သရၣ်, ကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်, ဆူၣ်ချ့ပှၤမၤဃုၥ်တၢ် ကရၢ, တၢ်လဲၤခီဖျိနီၢ်နီၢ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့ပှၤမၤတၢ်ဖိ,ဒီး တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်လၢကဆိမိၣ်န့ၢ်တၢ်ဖဲအမၤ တၢ်ဆၢတဲၥ်တဖၣ် ဘၣ်ဃးဒီးပှၤတဂၤအတၢ် ကွၢ်ထွဲကဟုကယၥ်, တၢ်ဆီၣ်ထွဲ, တၢ်ကူစါယါဘျါ, မ့တမ့ၢ်တၢ်သမံသမိးန့ၣ်လီၤ.

သးဆူၣ်ချ့ကွီၢ်မ့ၣ်, ပၢၤကီၢ်, ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူ၀ဲၤကျိၤတဖၣ်, ဒီးတၢ်အဂၤတဖၣ်စ့ၢ်ကီးကြၢးဆိမိၣ်ထီၣ်၀ဲ တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ လၢသးဆူၣ်ချ့တၢ်သိၣ်တၢ် သီတဖၣ်အဖီလာ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ဆိမိၣ်လၢအ ဟံးစုနဲၣ်ကျဲလၢတၢ်ဆၢတဲၥ်လၢတၢ်မၤအီၤ, မ့တမ့ၢ် ပှၤကူပှၤကညီ, ပှၤလၢအဟ့ၣ်ထီၣ်တၢ်မၤစၢၤ ဒီးတၢ်ကရၢကရိတဖၣ်လိၣ်ဆိမိၣ်ထီၣ်ဘၣ်ဃးဖဲ အ၀ဲသ့ၣ်မၤအတၢ်မၤအခါန့ၣ်လီၤ.

နမ့ၢ်ဆိမိၣ်လၢတၢ်မ့ၢ်တလူၤမၤထွဲတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ် တဖၣ်အံၤန့ၣ်တၢ်လၢနမၤသ့မ့ၢ်-

* **ဆဲးကျိး** IMHA **လၢတၢ်မၤစၢၤအဂီၢ်**
* **မၤတၢ်တဲအါတၢ်ဂ့ၢ်လၢတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤအအိၣ်**
* **မၤတၢ်တဲအါတၢ်ဆူသးဆူၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤ ခီၣ်မံးရှၢၣ်အအိၣ် (၁၈၀၀ ၂၄၆ ၀၅၄).**

သးဆူၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ် တဖၣ်လၢကျိၥ်ညီအပူၤမ့ၢ်၀ဲ-

## သးဆူၣ်ချ့ဒီးတၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်

### သူးသ့ၣ်လၤကပီၤဒီးတၢ်ပၢလီၤသးအတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကီ, သးတၢ်မိၣ်တၢ်မးတၢ်မၤတံၥ်တၥ်, တမ့ၢ်သးအတၢ်တဆူၣ်တချ့တဖၣ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ရ့ဒီးအ၀ဲသ့ၣ် လၢသူးသ့ၣ်လၤကပီၤဒီးတၢ်ပၥ်ကဲ န့ၣ်လီၤ. အ၀ဲသ့ၣ်အတၢ်ဆၢထၢၣ်လၢအခီၣ်အံၤ တၢ်ကဘၣ် ဆီၣ်ထွဲဒီးဘိးဘၣ်သ့ၣ်ညါအါထီၣ်အီၤလီၤ. အဒိ, ခီဖျိမၤအကစၢ်အတၢ်ဆၢတဲၥ်လီၤအသးဒၣ်၀ဲ အသိးလီၤ.

### တၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်အတၢ်လီၤဆီလိၥ်သး

ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကီ, သးတၢ်မိၣ်တၢ်မးတၢ်မၤတံၥ်တၥ်, မ့တမ့ၢ်သးအတၢ်တဆူၣ်တချ့တဖၣ်ကဘၣ် ဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီးတၢ်ဆီၣ်ထွဲအကလုၥ်ကလုၥ် န့ၣ်လီၤ.တၢ်အံၤဒိးသန့ၤထီၣ်အသးလၢတၢ်လၢအလိၣ် ဒီးသးလီအဖီခိၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤပၣ်ဃုၥ်တၢ်ဆိ မိၣ်န့ၢ်အ၀ဲသ့ၣ်အ-

* **တၢ်မၤန့ၢ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်တဖၣ်**
* **တၢ်ရ့လိၥ်မုၥ်လိၥ်သး**
* **တၢ်အိၣ်ဆိးအတၢ်အိၣ်သး**
* **ခီဖျိဘၣ်တၢ်ပျံၤတီၢ်တၢ်**
* **တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့**
* **ကျိၣ်စ့ဂ့ၢ်၀ီ**
* **တၢ်ဖံးတၢ်မၤ**

### တၢ်ဖီၣ်ဃံးအစှၤကတၢၢ်အတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်ဖီၣ်ဃံးအစှၤကတၢၢ်အခီပညီမ့ၢ်၀ဲ ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကီ, သးတၢ်မိၣ်တၢ်မးတၢ်မၤတံၥ်တၥ်, မ့တမ့ၢ်သးအတၢ်တဆူၣ်တချ့တဖၣ်ကလိၣ် ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤတၢ်သဘျ့တသ့ဖဲအသ့ ကတၢၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် ကဘၣ်ပညိၣ်၀ဲလၢကဆီၣ် ထွဲပှၤလၢတၢ်ဖီၣ်ဃံးအစှၤကတၢၢ်တဖၣ်လၢ အတၢ်ခွဲးတၢ်ယၥ်ဒီး တၢ်သဘျ့အပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ပညိၣ်မ့ၢ်ဝဲ ဒ်သိးကဆီၣ်ထွဲအ၀ဲသ့ၣ်တၢ်ဘျါ က့ၤလၢတၢ်ဆါဒီး တၢ်နုၥ်ပၣ်ဃုၥ်လၢ ပှၤတ၀ၢအပူၤအဂီၢ်လီၤ.

ပှၤတဂၤအတၢ်ဘၣ်သးတဖၣ် တၢ်ကဘၣ်ဟံးစု နဲၣ်ကျဲအ၀ဲသ့ၣ်အတၢ်ဘျါက့ၤ လၢတၢ်ဆါအဖီခိၣ်ဒီး တၢ်လၢအခီပညီအိၣ်လၢ အ၀ဲသ့ၣ်အဂီၢ်လၢ ကနုၥ်ပၣ်ဃုၥ်လၢပှၤတ၀ၢအပူၤအဂီၢ်, ဖဲပှၤအဂၤ မ့ၢ်တအၢၣ်လီၤထွဲ ဒၣ်လဲၥ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်လၢ တၢ်ဖီၣ်ဃံးလၢပှၤတဂၤအဂီၢ်န့ၣ် ဘၣ်တဘၣ် တကဲတၢ်ဖီၣ်ဃံးအီၤ လၢပှၤအဂၤတဂၤ အဖီခိၣ်ဘၣ် န့ၣ်သ့လီၤ.

### တၢ်ဆီၣ်ထွဲတၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲၥ်အတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ပှၤလၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆီၣ်ထွဲအီၤလၢကမၤအ၀ဲသ့ၣ်အကစၢ်တၢ်ဆၢတဲၥ် ဘၣ်ဃးဒီးအတၢ်ကူစါယါဘျါ, တၢ်သမံသမိး, တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီးတၢ်ဘျါက့ၤလၢတၢ်ဆါအပူၤ, ဖဲအ၀ဲသ့ၣ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်ကူစါလၢတၢ်မၤလိာ်အီၤလၢကဘၣ်ဒိးန့ၢ် အခါဒၣ်လဲၥ်လီၤ. ပှၤတဂၤအကစၢ်တၢ်ထံၣ်ဒီး တၢ်ဘၣ်သးတဖၣ် တၢ်ကဘၣ်ပၥ်အီၤလၢအကါ ဒိၣ်န့ၣ်လီၤ.

### ဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီးပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ဟံၣ်ဖိဃီဖိ, ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်, ဒီးပှၤဆီၣ်ထွဲပှၤလၢအဒိးန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆီၣ်ထွဲအီၤလၢ အမူဒါလၢ ကမၤတၢ်ဆၢတဲၥ်တဖၣ် ဘၣ်ဃးဒီးပှၤတဂၤအတၢ်သမံသမိး, တၢ်ကူစါယါဘျါဒီး တၢ်ဘျါက့ၤလၢတၢ်ဆါ အပူၤန့ၣ်လီၤ.

### တၢ်လဲၤခီဖျိနီၢ်နီၢ်တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်လဲၤခီဖျိလၢ ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကီ, သးတၢ်မိၣ်တၢ်မးတၢ်မၤတံၥ်တၥ်, မ့တမ့ၢ် သးအတၢ်တဆူၣ်တချ့ဒီး အဟံၣ်ဖိဃီဖိ တဖၣ်တၢ်ကဘၣ်သ့ၣ်ညါတူၢ်လိၥ်ဒီးပၥ်လုၢ်ပၥ်ပှ့ၤအီၤ ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်အ၀ဲသ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤအခါန့ၣ်လီၤ.

### ဆူၣ်ချ့တၢ်လိၣ်တဖၣ်အတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ကသံၣ်ကသီဒီးဆူၣ်ချ့တၢ်လိၣ်အဂၤတဖၣ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ပၥ်ဖျါအီၤ, ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကီ, သးတၢ်မိၣ်တၢ်မးတၢ်မၤတံၥ်တၥ်, မ့တမ့ၢ်သးအတၢ်တဆူၣ်တချ့တဖၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆီၣ်ထွဲအီၤလၢ ကဘှါရှဲအီၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤပၣ်ဃုၥ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်တမံၤလၢ်လၢ်ဘၣ်ထွဲဒီး တၢ်သူကသံၣ်မူၤဘှိးဒီးသံးန့ၣ်လီၤ.ပှၤတဂၤအနီၢ်ခိ ဆူၣ်ချ့တၢ်လိၣ်တဖၣ်ဘျးစဲဒီးဘၣ်ဒိအ၀ဲသ့ၣ် သးဆူၣ်ချ့တၢ်လိၣ်တဖၣ်စ့ၢ်ကီးတၢ်ကဘၣ်ဆိမိၣ်န့ၢ် အီၤန့ၣ်လီၤ.

### သူးသ့ၣ်လၤကပီၤဘၣ်ဃးဒီးတၢ်လီၤပျံၤတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ပှၤလၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ် အိၣ်ဒီးခွဲးယၥ် လၢကဟံးန့ၢ်တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ် လၢအလီၢ်အိၣ် (ကြၢးဘၣ်ဒီးနီၢ်ကစၢ်အဂီၢ်) ဖဲမၤတၢ်ဆၢတဲၥ်အခါန့ၣ်လီၤ.

### တၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤဘၣ်ဃးဒီးသးစၢ်တၢ်ဘျၢ

တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့, တၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤ, ဒီးတၢ်သ့ဆၢထၢၣ်လၢကစၢ်ခီၣ်လၢဖိဒံဖိသၣ်ဒီးသးစၢ် လၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်အဂီၢ်တၢ်ကဘၣ် ပၥ်ဖျါထီၣ်အီၤဒီးဆီၣ်ထွဲအီၤလၢကျဲလၢအကကဲထီၣ် ကဲထီလၢအဂီၢ်, ဆိမိၣ်န့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဃးသးသမူတၢ်လဲၤခီဖျိ,သးနံၣ်, ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်အဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

### တၢ်လီၤဆီလိၥ်သးအတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်လီၤဆီလိၥ်သးတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိတဖၣ် လၢပှၤလၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆိမိၣ်န့ၢ် အဂီၢ် ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်အီၤတၢ်ကူစါယါဘျါဒီး တၢ်ကွၢ်ထွဲအခါ, ပၣ်ဃုၥ်-

* **မုၣ်ခွါအတၢ်မ့ၢ်တၢ်**
* **မုၣ်ခွါသွံၣ်ထံးအတၢ်သးအိၣ်လၢအပူၤ**
* **သွံၣ်ထံး**
* **ကလုၥ်ဒူၣ်အတၢ်လီၤစၢၤ**
* **ကျိၥ်**
* **ပှၤတကလုၥ်**
* **တၢ်ဘူၣ်တၢ်ဘါ, တၢ်စူၢ်တၢ်နၥ်မ့တမ့ၢ် တၢ်လၢအဘၣ်ဃးနီၢ်သး**
* **တီၤပတီၢ်**
* **ပှၤဂ့ၢ်၀ီကျိၣ်စ့အတၢ်အိၣ်သး**
* **သးနံၣ်**
* **သးနီၢ်ခိတၢ်တလၢတပှဲၤ**
* **ခိၣ်နူၥ်လၢအမၤတၢ်လီၤဆီလိၥ်သး**
* **ဆဲးလၤ**
* **တၢ်အိၣ်ဆိးလၢအဖိးမံတၢ်ဘျၢ**
* **ဟီၣ်ခိၣ်ဂီၤတၢ်လီၢ်တခါဒုးကဲထီၣ်တၢ်တကဲဘျုးအလီၢ်**

တၢ်ကဘၣ်ဟ့ၣ် တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် လၢကျဲလၢအသုးကျဲၤဆီၣ်ထွဲန့ၢ် တၢ်လိၣ်ဘၣ်လီၤဆီလိၥ်သးဒ်အံၤတဖၣ် ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအခီပညီမ့ၢ်၀ဲ ပှၤတဖၣ်အံၤ တဲဘၣ်တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် လၢအလိၣ်အိၣ်လၢအပူၤဖျဲး န့ၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်အခါ ကဘၣ်နၢ်ပၢၢ်-

* **တၢ်လိၣ်လၢအလီၤဆီလိၥ်အသးဒီးပှၤအတၢ်လဲၤခီဖျိ**
* **တၢ်လဲၤခီဖျိဘၣ် တၢ်သူၣ်ဆါသးဆါပျံၤတၢ်**
* **တၢ်လိၣ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိတဖၣ်ဘၣ်ဘျးလိၥ် အသးဒ်လဲၣ်ဒီးဆီၣ်သနံး၀ဲပှၤတဂၤအသးဆူၣ်ချ့ဒ် လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.**

### တၢ်ကဲမုၣ်ခွါတၢ်ပူၤဖျဲးတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ပှၤလၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ကအိၣ်ဒီးတၢ် လိၣ်ဘၣ်လီၤဆီမ့တမ့ၢ်တၢ်ကိၢ်တၢ်ဂီၤတဖၣ်(တၢ်ဘၣ်ယိၣ်) လၢအပူၤဖျဲး၀ဲခီဖျိအ၀ဲသ့ၣ်အတၢ်ကဲမုၣ်ခွါအဃိလီၤ. တၢ်ကဘၣ်ဆိမိၣ်န့ၢ်အ၀ဲသ့ၣ်အဂီၢ်လၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဒီး တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်အံၤအဖီခိၣ်ဒီးတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်ကြၢး-

* **ပူၤဖျဲး၀ဲ**
* **ဘှါဆှဲမၤဆၢ၀ဲဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခီၣ်တကး မ့တမ့ၢ် တၢ်သူၣ်ဆါသးဆါပျံၤတၢ်အတၢ်လဲၤခီဖျိလၢ အခဲအံၤ မ့တမ့ၢ် အပူၤကွံၥ်**
* **သ့ၣ်ညါပၥ်ပနီၣ်ဒီးခီဆၢ၀ဲ ကျဲလၢ တၢ်ကဲမုၣ်ကဲခွါ မၤဘၣ်ဒိကျဲလၢ တၢ်ဟ့ၣ်အီၤတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်, တၢ်ကူစါယါဘျါလၢအ၀ဲသ့ၣ်ဒိးန့ၢ်ဘၣ်ဒီး အတၢ်ဘျါက့ၤဒ်လဲၣ်**
* **သ့ၣ်ညါပၥ်ပနီၣ်ဒီးခီဆၢကျဲလၢတၢ်ကဲမုၣ်ကဲခွါ အတၢ်ဘၣ်ဘျးလိၥ်အသးဒီးတၢ်ကွၢ်တလီၤ ဒီးတၢ်လၢတကဲဘျုးအကလုၥ်လၢအဂၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.**

### ဆဲးလၤအတၢ်ပူၤဖျဲးအလီၢ်တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ဆဲးလၤအလီၢ်ကဘၣ်ပူၤဖျဲးဒီး ကဘၣ်ခီဆၢ၀ဲပှၤတဂၤစုၥ်စုၥ်လၢအမ့ၢ် ကလုၥ်ဒူၣ်, ပှၤတကလုၥ်, တၢ်စူၢ်တၢ်နၥ်အတၢ်အိၣ်သး, ဒီးဆဲးလၤအတၢ်လီၤစၢၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပှၤလၢအအိၣ်ဒီးသးဆူၣ်ချ့တၢ်ဂ့ၢ်ကီ, သးတၢ်မိၣ်တၢ်မး သးဘၣ်တံၥ်တၥ်, မ့တမ့ၢ် သးတဆူၣ်တချ့တဖၣ် တၢ်ကဘၣ်ဟ့ၣ်အီၤ တၢ်ကူစါယါဘျါဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢတၢ်ဆိမိၣ်န့ၢ်အဂီၢ်ဒီး ကဘၣ်မ့ၢ်တၢ်ဖိးလိၥ်သးဒီး အ၀ဲသ့ၣ်ဆဲးလၤဒီး နီၢ်သးတၢ်စူၢ်တၢ်နၥ်ဒီးတၢ်မၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ထံၣ်အိၣ်ဖျါလၢပှၤတဂၤအဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီး, ဖဲအလီၢ်အိၣ်ဒီး ကြၢးဘၣ်အသိး, တၢ်ထံၣ်လၢဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီး အ၀ဲသ့ၣ်အ ပှတ၀ၢလၢအရ့ဒိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆိမိၣ်န့ၢ်အီၤလီၤ.

ပှၤအီးစထြ့လံယၤထူလံၤဖိတဖၣ် အဆဲးလၤဒီးတၢ်မ့ၢ်တၢ်လီၤဆီဒၣ် အတၢ်ဒၣ်၀ဲန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ပၥ်ကဲအီၤန့ၣ်လီၤ. အ၀ဲသ့ၣ်အတၢ်ဘၣ်ဘျးဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိ, ဘူးတံၢ်, ပှၤတ၀ၢ, ထံကီၢ်, ဒီးထံန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ပၥ်ကဲအီၤလီၤ. တၢ်ထံၣ်ဘၣ်ဃးဒီး ပှၤအီးစထြ့လံယၤထူလံၤဖိအခိၣ်နၢ်တဖၣ်. ထူလံၤပှၤမၤဘျါတၢ်ဆါတဖၣ်, ဒီးသးဆူၣ်ချ့ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆိမိၣ်န့ၢ်အဂီၢ်ဒီး ပၥ်ကဲအ၀ဲသ့ၣ်အတၢ်ဆၢတဲၥ်ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်ကူစါယါဘျါဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲ ဖဲအလီၢ်အိၣ်ဒီးကြၢးဘၣ်၀ဲန့ၣ်လီၤ.

### တၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤလၢပှၤလၢအဒိးသန့ၤထီၣ် အသးတဖၣ်အတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

ဖိဒံဖိသၣ်ဒီးပှၤလၢအဒိးသန့ၤထီၣ်အသးလၢပှၤ တဂၤလၢအဒိးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်အတၢ်လိၣ်, တၢ်အိၣ်မုၥ်အိၣ်ပၢၤန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ဒီသဒၢအီၤ ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးန့ၣ်လီၤ.

## တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲၥ်တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်လၢတၢ်ကူစါယါ ဘျါဒီးတၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်

တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အိၣ်စ့ၢ်ကီးဘၣ်ဃးဒီးတၢ်မၤ တၢ်ဃုထၢန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤတၢ်ကဘၣ်မၤ အီၤထဲဒၣ်ဖဲတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်တၢ်ဆၢတဲၥ်မၤအီၤဘၣ်ဃး ဒီးတၢ်ကူစါယါလၢတၢ်ကဘၣ်မၤအီၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကူစါယါဘျါလၢတၢ်ကဘၣ်မၤအီၤအခီကညီမ့ၢ်၀ဲ ပှၤတဂၤန့ၣ်တၢ်တပျဲအီၤလၢကက့ၤသူကဒါက့ၤ တၢ်ကူစါယါဘျါန့ၣ်ဘၣ်လီၤ.

တၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ လၢတၢ်သူအီၤလၢတၢ်ဆါဟံၣ်ပူၤသ့တဖၣ်မ့ၢ်၀ဲ-

* **တၢ်အိၣ်လီၤဖျီၣ်ယံၤဒီးပှၤဂၤ- ဖဲပှၤတဂၤပာ်အ ကစၢ်သးယံၤဒီးပှၤအဂၤလၢ
ဒၢးတဖျၢၣ်အပူၤ**
* **တၢ်စၢဃၥ်ပှၤတဂၤအမိၢ်ပှၢ်- ဖဲပှၤတဂၤတၢ်တြီအနီၢ်ခိဒ်သိးအသုတဟူး၀းဒီတဂၤမ့ တမ့ၢ်အမိၢ်ပှၢ်တက့တခီအခါ**
* **တၢ်ဖီၣ်ဃံးဘၣ်ဃးကသံၣ်ကသီ- ဖဲပှၤတဂၤန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤကသံၣ်ကသီလၢ ကပၢၤအတၢ်သကဲာ်ပ၀း ခီဖျိပတုၥ်အီၤလၢ ကမၤဟူးအမိၢ်ပှၢ်န့ၣ်လီၤ. တမ့ၢ်တၢ်ကူစါကသံၣ် မ့တမ့ၢ် သးဆူၣ်ချ့တၢ်ကူစါယါဘျါအဂီၢ်ဘၣ်လီၤ.**

တၢ်မၤတၢ်ဆၢတဲၥ်တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်လၢကျိၥ်ညီတဖၣ်မ့ၢ်၀ဲ-

### တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီးတၢ်လဲလိၥ်ခီဂာ်ဆူတၢ်ဖီၣ်ဃံး တၢ်ဆီၣ်ထွဲလၢအစှၤတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်ပညိၣ်ဘၣ်ဃးတၢ်သမံသမိးဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါ လၢတၢ်ကမၤအီၤန့ၣ် မ့ၢ်ဒ်သိးကမၤစၢၤပှၤတဂၤ လၢကဘျါက့ၤ၀ဲအဂီၢ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ကဘၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢတၢ်ပှဲၤခဲလၢၥ်, တၢ်ကွၢ်ထွဲ, ပူၤဖျဲးဒီးအကံၢ်စီဒိၣ်အါ၀ဲ, ဒီးဆှၢခီ၀ဲပှၤတဂၤဆူတၢ်ဖီၣ်ဃံး အက့ၢ်ဂီၤစှၤလၢတၢ်ကူစါယါဘျါ, တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီးတၢ်ဆီၣ်ထွဲအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဖီၣ်ဃံးလၢအစှၤအခီပညီမ့ၢ်၀ဲ ပှၤတဂၤဒီးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်သမံသမိးမ့တမ့ၢ်တၢ်ကူစါယါဘျါလၢကဘၣ်မၤ၀ဲန့ၣ် တၢ်လိၣ်ဟ့ၣ်အီၤတၢ်သဘျ့တသ့ဖဲအသ့ကတၢၢ်လီၤ. တၢ်လၢ တၢ်ဖီၣ်ဃံးအီၤလၢပှၤတဂၤအအိၣ်န့ၣ် ဘၣ်တဘၣ်တၢ် တဖီၣ်ဃံးအီၤလၢပှၤအဂၤတဂၤအအိၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်လီၤ.

### တၢ်ကဲထီၣ်အသးသ့လၢတၢ်သမံသမိးဒီး တၢ်ကူစါယါဘျါဒီးတၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤ အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်သမံသမိးဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါလၢတၢ်လိၣ်မၤအီၤဒီး တၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်န့ၣ် မၤဆံးလီၤစှၤလီၤ၀ဲ ပှၤတဂၤအပှၤဂ့ၢ်၀ီခွဲးယၥ်တဖၣ်သ့လီၤ. တၢ်အံၤဒုးကဲထီၣ်ပှၤတဂၤအတၢ်သးဘၣ်တံၥ်တၥ်အဒိၣ်အမုၢ်, မ့တမ့ၢ်မၤဆူးမၤဆါက့ၤအ၀ဲသ့ၣ်အ-

* **တၢ်ရ့လိၥ်မုၥ်လိၥ်သး**
* **တၢ်အိၣ်တၢ်ဆိးတၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတဖၣ်**
* **တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့**
* **တၢ်ဖံးတၢ်မၤ**

တၢ်ဂ့ၢ်အဖီခိၣ်တဖၣ်တၢ်ကဘၣ်ဆိမိၣ်န့ၢ်အဂီၢ် လၢသးဆူၣ်ချ့တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်ဒီးအ၀ဲသ့ၣ် အပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဘျီလၢ်လၢ်ဖဲတၢ်ကူစါယါဘျါ လၢတၢ်ကဘၣ်မၤအီၤဒီး/မ့တမ့ၢ်တၢ်ဖီၣ်ဃံးတၢ်ဖံး တၢ်မၤလၢတၢ်သူအီၤအခါန့ၣ်လီၤ.

### တၢ် ကဲဘျုးတအိၣ်၀ဲလၢ တၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤ အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤန့ၣ် တၢ်ကဲဘျုးတအိၣ်လၢ တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါဆိတၢ်မၤဘျါတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအပူၤ တၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်သူ၀ဲ တၢ်ဖီၣ်ဃံးပှၤတဂၤအတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤ န့ၣ်တမ့ၢ်တၢ် လၢအအိၣ်ဂၢၢ်ကျၢၤ(လၢအလိၣ်၀ဲ)လၢကဒုးကဲဘျုး ပှၤတဂၤအဂီၢ်ဘၣ်လီၤ.

### တၢ်မၤဘၣ်လိၥ်ဖိးဒ့၀ဲတၢ်မၤဘၣ် ဒိဘၣ်ထံးတၢ်ဘျၢခိၣ်သ့ၣ်

တၢ်သမံသမိးလၢအလီၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ကူစါယါဘျါ, မ့တမ့ၢ်တၢ်ဖီၣ်ဃံးတၢ်မၤဘၣ်လိၥ်ဖိးဒ့တဖၣ်န့ၣ်, တၢ်တဘၣ်သူအီၤဖဲကမ့ၢ်ဘၣ်ဖုးတၢ်မၤဆူးမၤဆါအါန့ၢ်ဒံး တၢ်လၢကဘၣ်ဒီသဒၢအလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ပှၤတဂၤအတၢ်ထံၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်သးလီန့ၣ်တၢ် ကဘၣ်ပၥ်ကဲဒီးလူၤမၤထွဲအီၤတသ့ဖဲအသ့ကတၢၢ် လၢတၢ်ဆၢတဲၥ်ခဲလၢာ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.. တၢ်အံၤပၣ်ဃုၥ်တၢ်ဆၢတဲၥ်ဘၣ်ဃးတၢ်သမံသမိး, တၢ်ကူစါယါဘျါ, တၢ်ဘျါက့ၤလၢတၢ်ဆါအပူၤ, ဒီးတၢ်ဆီၣ်ထွဲတဖၣ်, ဖဲပှၤတဂၤဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤတၢ် သမံသမိးဒီး တၢ်ကူစါလၢအကဘၣ်မၤ၀ဲ ဒၣ်လဲၥ်န့ၣ်လီၤ.

|  |
| --- |
| ကဘၣ်ဆဲးကျိးဒီး IMHAဒီးဃုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်ဒ်လဲၣ်နမၤတၢ်တဖၣ်အံၤသ့ဒ်-* ကွၢ်ဖဲပှၥ်ယဲၤ[www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au)
* ဆှၢဘၣ်အံမ့(လ)တဘ့ၣ်ဆူ contact@imha.vic.gov.au
* ကိးဘၣ် IMHA လီတဲစိကျိၤဖဲ **၁၃၀၀ ၉၄၇ ၈၂၀,** လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲပၢဆှၢအီၤလၢ IMHA အပှၤကတိၤခဲးတၢ်တဖၣ် ဂီၤ ၉.၄၀-ဟါ ၄.၃၀နၣ်ရံၣ် တနွံ နွံသီလၢၥ် (တပၣ်ဃုာ်ပဒိၣ်နံၤသဘျ့)
* ကိး IMHA တၢ်ခွဲးတၢ်ယၥ်အလီကျိၤဖဲ **၁၈၀၀ ၉၅၉ ၃၅၃** လၢကနၣ်ဟူတၢ်ကလုၢ်လၢ တၢ်ဖီၣ်န့ၣ်အီၤဘၣ်ဃးနခွဲးယၥ်အဂီၢ်တက့ၢ်
* တဲဘၣ်ပှၤလၢအဟ့ၣ်ထီၣ်သးဆူၣ်ချ့တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ, ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ်, ဘူးတံၢ် မ့တမ့ၢ် ပှၤဆီၣ်ထွဲတၢ်လၢအဂၤ တဖၣ်လၢကမၤစၢၤဆဲးကျိး၀ဲ IMHA အဂီၢ်တက့ၢ်
 |

