

တၢ်လၢဟံၣ်ပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤလဲၣ်ဒီးသ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်.

ဟံၣ်ပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤဝဲဒၣ်ဖဲပုၤတဂၤလၢအရၢလိာ်သးဒီးန့ၣ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤလီၤပျံၤမ့ၢ်တၢ်မၤတရီၤတပါလၢကမိၣ်သးန့ၣ်လီၤ.

ပုၤတဂၤအံၤဘၣ်တဘျီပုၤတဂၤလၢနရၢအီၤတံၤသ့ၣ်တံၤသးမ့ၢ်မနုၤဒ်မၤဝဲဒၣ်သး,နမၤဝဲဒၣ်သး,မ့ၢ်မနုၤပုၤအဂၤတဂၤလၢနဟံၣ်ဖိဃီအပူၤန့ၣ်လီၤ. ကဲပုၤတဂၤလၢနအိၣ်ဆိးဃုာ်လၢအသ့တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤတမ့ၢ်မၤတရီၤတပါလၢကမိၣ်သးန့ၣ်,အဒိပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်လၢတၢ်န့ၣ်ပၢၢ်အဖီခိၣ်(အဒိဒ်ဟံၣ်ဖိဃီမ့ၢ်မနုၤတံၤသးကိးလၢအဟ့ၣ်န့ၣ်ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲန့ၣ်လီၤ).

ဟံၣ်ပူၤတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤကဲထီၣ်တၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ပျံၤဒီးတၢ်တပူၤဖျဲးန့ၣ်လီၤ. တမ့ၢ်မနုၤအဟံၣ်ဃုာ်ဒီးနီၣ်ခိၣ်တၢ်မၤဆူၣ်ထီၣ်ဘၣ်.

သ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါမ့ၢ်မနုၤသ့ၣ်ထံးတၢ်မၤလၢတၢ်တအံၤဒီးအီၤတမံၤလၢလံာ်လၢတၢ်မၤလၢနဖီခိၣ်ခိၣ်တၢ်မၤဆူၣ်မ့ၢ်မနုၤလၢတအိၣ်ဒီးန့ၣ်တၢ်ပျံၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤအခီပညီမ့ၢ်မနုၤဝဲဘၣ်တဘျီနကဘၣ်တၢ်ဆိၣ်သနးန့ၣ်,ကွဲးန့ၣ်န့ၣ်မ့ၢ်မနုၤလီၤန့ၣ်လၢသ့ၣ်ထံးတၢ်မၤလၢနတအံၤဒီးအီၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျံၤအခီပညီမ့ၢ်မနုၤတၢ်အၢၣ်လီၤတၢ်တမံၤမဲၤလၢအမ့ၢ်ဒ်သးသ့ၣ်ထံးတၢ်မၤပုၤသးသဘျီန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်ပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးအတၢ်ပနီၣ်တဖၣ်

တၢ်ပနီၣ်လၢအအိၣ်ဖျါညီန့ၣ်လၢပုၤတဂၤမ့ၢ်မနုၤလဲၣ်ဒီးဖျါဘၣ်ဟံၣ်ပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤဟံၣ်ဃုာ်-

- ဘၣ်တၢ်မၤပျံၤအီၤမ့ၢ်မနုၤပုၤဘၣ်အမၤဝဲ,အမၤဝဲလၢညါ,ဟံၣ်ဖိဃီမ့ၢ်မနုၤပုၤလၢအကွၢ်ထွဲကဟုကယာ်အီၤလၢတၢ်န့ၣ်ပၢၢ်အဖီခိၣ်တဂၤ
- ဘၣ်ဒီးကွဲးစးဟံၣ်ဃုာ်အပနုၤတဖၣ်မ့ၢ်မနုၤတၢ်ဘၣ်ဒိလၢအဂၤတဖၣ်
- မ့ၢ်မနုၤကသူအကျိၣ်စ့ဒ်လဲၣ်န့ၣ်တဲတၢ်တသ့အါအါဘၣ်
- တၢ်ဆိၣ်သနးအီၤလၢကထံၣ်လိာ်သးဒီးကတိၤတၢ်ဒီးတံၤသးကိးဒီးဟံၣ်ဖိဃီတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤပုၤတအိၣ်လၢအကပၤနီၣ်တဂၤ
- ထီၣ်ဘၣ်အသးအးဒီးသ့ၣ်အးသးအးထီၣ်,သးသဟီၣ်လီၤ,ညီန့ၣ်အိၣ်ဘျီဘျီတသ့တသ့မ့ၢ်မနုၤတၢ်န့ၣ်န့ၣ်လီၤသးဟါမၤဒီးတသးမ့ၢ်မနုၤလၢဒီးတၢ်လၢအသးမ့ၢ်မနုၤမဲၤဝဲ
- အိၣ်ဒီးအမၤဝဲလၢညီန့ၣ်တဲတရီၤတပါအီၤလၢအလီၤတၢ်မ့ၢ်မနုၤသမံၤသမိးတၢ်လၢအမၤဝဲဒၣ်ဒဲးအံၤခဲအံၤ
- တအံၤဒီးဟံၣ်တုၤအဝဲသ့ၣ်အဖီဒီးအမၤဝဲတဖၣ်ဘၣ်
- တူၢ်ဘၣ်လၢတၢ်လူၤဟံၣ်အခဲမ့ၢ်မနုၤတၢ်လူၤကွၢ်ထွဲအီၤန့ၣ်လီၤ.

လၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိၣ်သးတခါအပူၤ

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်မနုၤပုၤတဂၤလၢနသ့ၣ်ညါမ့ၢ်မနုၤအိၣ်လၢသးသမူအတၢ်လီၤပျံၤအတၢ်အိၣ်သးတခါအပူၤန့ၣ်,ကိးဘၣ်ဝဲသးပျံၤ(၀၀၀)မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်ဘၣ်ဆူၣ်လီၤကတိၤတၢ်ဆါဟံၣ်ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူအဝဲကျိၣ်အအိၣ်တက့ၢ်.

တသီ 24 န့ၣ်ရံၣ်, တနွံ 7 သီ

☎ သီလုၣ်တီၣ်ပုၤဆါ 000

ဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်ဆိၣ်ထွဲ

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်မနုၤဘၣ်တဘျီယိၣ်ဒီးအိၣ်ဒီးကတိၤတၢ်ဒီးပုၤတဂၤတဘျီဃီလၢတလိာ်ဟ့ၣ်အပူၤဘၣ်သ့ၣ်လီၤ,ကိးလိာ်တဖီနီၣ်ဂံၢ်သ့ၣ် တဖၣ်အံၤတခါခါတက့ၢ်-

တသီ 24 န့ၣ်ရံၣ်, တနွံ 7 သီ

Lifeline (တၢ်အိၣ်မူအလီကျိၣ်) ☎ 1300 642 255
☎ 13 11 44

Suicide Helpline Call Back Service (တၢ်မၤသံလီၤသးအ တၢ်မၤစၢၤအလီကျိၣ်တၢ်ကိးကဒါအတၢ်မၤစၢၤ)
☎ 1300 659 467

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ကလီၤတဲမိအကျိၣ်လၢတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအဂီၢ်

DV Connect
DV Womensline (ဟံၣ်မ့ၢ်မနုၤအလီ ကျိၣ်) ☎ 1800 811 811 (တသီ 24 န့ၣ်ရံၣ်, တနွံ 7 သီ)

DV Mensline (ဟံၣ်ခွါအလီကျိၣ်) ☎ 1800 600 636 (၉ ဂီၤ - ဖဲဖိမ့ၢ်, တနွံ 7 သီ)

Sexual Assault Helpline (သ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါအတၢ် မၤစၢၤအလီကျိၣ်) ☎ 1800 010 120 (7:30 ဂီၤ - 11:30 ဂီၤ, တနွံ 7 သီ)

1800 RESPECT
☎ 1800 737 732 (တသီ 24 န့ၣ်ရံၣ်, တနွံ 7 သီ)

Immigrant Women's Support Service (ပုၤသးလီၤသးကျဲ ဟံၣ်မ့ၢ်မနုၤတၢ်ဆိၣ်ထွဲအတၢ်မၤစၢၤ)
☎ 07 3846 3490 (မုၢ်ဆၢ - မုၢ်ဖိဖဲ, ဂီၤ ၉ န့ၣ်ရံၣ် - 4 န့ၣ်ရံၣ်)

Multicultural Connect Line (လုၢ်လၢ်ထူၤန့ၣ်အါမံၤ တၢ်ဘျးစဲအကျိၣ်)
☎ 1300 079 020 (မုၢ်ဆၢ - မုၢ်ဖိဖဲ, ဂီၤ ၉ န့ၣ်ရံၣ် - ဟါ 4:30 န့ၣ်ရံၣ်)

Kids Helpline (ဖိသၣ်တၢ်မၤစၢၤအလီကျိၣ်)
☎ 1800 551 800 (တသီ 24 န့ၣ်ရံၣ်, တနွံ 7 သီ)

ခွဲးလဲၣ်(န)ဆူၣ်ချ. Karen

နအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢ ကတူၢ်ဘၣ်တၢ်ပူၤဖျဲး

ဆူၣ်ချတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢတလိာ်ဟ့ၣ်လၢပုၤတဂၤလၢလံာ်လၢအလဲၣ်ဒီးဖျါဘၣ်ဟံၣ်ပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်မနုၤသ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါန့ၣ်လီၤ.



တၢ်ကိးပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်တဂၤန့ၣ်တၢ်တဖၣ်အပူၤဘၣ်.



Queensland Government

မူ အတတ်



မူ အဲဒါဟံင်ဖိဖိဒ်ဒ်မလီၤ. သန့်ကုတယံဒီးဘဉ်အခါ, အဝယါအီဖးအါလီၤ. တဘျီတခါအပျံ့ဘဉ်အဝါလီၤ. တၢ်အိၣ်သးနးထီၣ်ဒီးအစးထီၣ်စ့ၤအစုဒုဒ်ဒီးမၤဒၢ်မၤဆါတၢ်လီၤ.

မူ န့ၣ်ပျံၤတၢ်လၢကတဲဘဉ်ပှၤဂၤမ့ၢ်လၢအဝါမ့ၢ်ပှၤထဲတၢ်လၢအမၤတၢ်ဒီးဟ့ၣ်တၢ်လၢကတဲဘဉ်လၢကတဲဘဉ်အယီၤလီၤ.

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်- ဖဲနမ့ၢ်လဲၤခီဖျိဘဉ်ဟံၣ်ပှၤဒီးဟံၣ်ဖိဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးဒီး, မ့တမ့ၢ်သ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါန့ၣ်ကတိၤတၢ်ဒီးပှၤတဂၤလၢန့ၣ်အီၤန့ၣ်တက့ၢ်. အဝဲသ့ၣ်မၤစၢၤဒုးသ့ၣ်ညါန့ၣ်လၢကတဲဘဉ်မၤတၢ်မၤန့ၣ်ညါလဲၣ်န့ၣ်သ့ၣ်လီၤ.

ဖဲပှၤတဂၤမ့ၢ်ဒုးန့ၣ်တၢ်ပနီၣ်လၢအလဲၤခီဖျိဘဉ်ဟံၣ်ပှၤဒီးဟံၣ်ဖိဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်. ဟံးဖိၣ်မၤတၢ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်အံၤ-ဘဉ်တဘဉ်န့ၣ်မ့ၢ်ပှၤထဲတဂၤလၢအမၤတၢ်အံၤန့ၣ်လီၤ. န့ၣ်တၢ်မၤစၢၤမၤတၢ်လီၤဆိတခါသ့ၣ်လီၤ.

မၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ

တနံၤန့ၣ်, အဝါမၤဒၢ်မ့ၢ်ဒီးအဘဉ်ဒီးအါလီၤ. အဆၢတၢ်လီၤအသးလၢအကလဲၤဒုးန့ၣ်အသးလၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူအဝဲၤကျိၤလၢအလီၢ်ကဝီၤတၢ်ဆါဟံၣ်တဖျါလီၤ.



ကသံၣ်သရၣ်သ့ၣ်အါထီၣ်တၢ်ဆၢကတိၤလၢကန့ၢ်ပၢ်တၢ်မၤတရီၤတပါလၢမ့ၢ်အလီၤဒီးအဝဲဘဉ်စံးဆၢတၢ်သံကွၢ်တနီၤလီၤ. တၢ်အံၤမၤစၢၤလၢကသ့ၣ်ညါမ့ၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲလၢအကဲတၢ်အဂ့ၢ်ကတၢ်လၢအဂီၢ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

မူတူၢ်ဘဉ်တၢ်ဘဉ်ယီၣ်လၢကကတိၤတၢ်ဒီးကသံၣ်သရၣ်သ့ၣ်က့ၢ်အဝဲသ့ၣ်စံးလၢတၢ်ဃုန့ၣ်တၢ်မၤစၢၤန့ၣ်မ့ၢ်ခိၣ်ခါအိၣ်ထံးတပတီၢ်လၢတၢ်ပူၤဖျးဒီးတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်- န့ၣ်ပှၤကတိၤကျိၤထံတၢ်တဂၤလၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤဘဉ်န့ၣ်သ့ၣ်လီၤ. န့ၣ်ဘဉ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢမၤတၢ်ဖိဒီးပှၤကတိၤကျိၤထံတၢ်လၢန့ၣ်အိၣ်ဒီးကတိၤတၢ်မ့တမ့ၢ်န့ၣ်အိၣ်ဒီးကတိၤတၢ်တဂၤသ့ၣ်လီၤ. န့ၣ်န့ၣ်ဂီၢ်လီၤတဖျါပှၤကတိၤကျိၤထံတၢ်တဂၤလၢအအိၣ်လၢခွဲစလဲၣ်(န့ၣ်)အချၢသ့ၣ်လီၤ.

ဆူၣ်ချ့အတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့လၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤန့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲနမ့ၢ်လဲၤခီဖျိဘဉ်ဖဲနမ့ၢ်တအိၣ်ဒီး

Medicare အခါန့ၣ်လီၤ

မူမၤန့ၢ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢမၤတၢ်ဆါဟံၣ်ဒီးဆူၣ်ချ့တၢ်မၤစၢၤလၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤသ့ၣ်ဒၣ်လၢအတၢ်လဲၤခီဖျိအဂီၢ်ဖဲအမဲဒီးခဲ(ရ)မ့ၢ်တအိၣ်အခါဒၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်သရၣ်ရဲၣ်ကျဲၤန့ၣ်ပှၤဂ့ၢ်ဝီအပူၤမၤတၢ်ဖိလၢကမၤစၢၤမၤဒီးအတၢ်လဲၤခီဖျိန့ၣ်လီၤ. အဝဲသ့ၣ်ကူၣ်စုၤစုၤကိးအတၢ်ဘဉ်ဒီးဘဉ်ထံးတဖျါအိၣ်လၢတၢ်ဆါဟံၣ်အခါလီၤ.



မူဒီးပှၤဂ့ၢ်ဝီအပူၤမၤတၢ်ဖိမၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတခါလၢမ့ၢ်အကအိၣ်ပူၤပူၤဖျးလၢအဝါကပၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူၣ်ညါဘဉ်ဃးဟံၣ်ပှၤဒီးဟံၣ်ဖိဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး

