



တၢ်ပူၤဖျဲးလၢဖိသၢ် ဆံးကတီၢ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ် သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၤ

တၢ်န့ၣ်လီၤတခါလၢမိၢ်ပၢ်ဒီးပူၤကွၢ်ထွဲကဟ့ၣ်ကယၢ်တၢ်တဖၣ်လၢအသ့ဖိသၢ်ဆံးကတီၢ်တၢ်
ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအဂီၢ်လီၤ. လံာ်ဟ့ၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါဖိတဘျီအံၤမၤစၢၤန့ၣ်လီၤက
န့ၣ်ပၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢအဂ့ၢ်န့ၣ်မၤအသးဒ်လဲၣ်, ဘၣ်သံကွၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်ဒီးမ့ၢ်တၢ်ကကတီၢ်
ထီၣ်တၢ်ဖဲတၢ်တမံၤမ့ၢ်တဘျီဘၣ်န့ၣ်အခါဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်တၢ်မၤကဲထီၣ်သကိးတခါလၢ

Body Safety
Australia

GENWEST

GENWEST သ့ၣ်ညါပၢ်နီၣ်ဘၣ်ဘးထီၣ်ယါပဒိၣ်အတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၣ်လီၤ



ဘဉ်ဃးဒီးပုၤကွဲးလံာ်သ့ၣ်တဖၣ်

Body Safety Australia (နီၣ်ခိၣ်လၢအပူၤဖျဲးအီးစကြၢ်လၢယါ) ဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ် ဖိသၣ်ဆဲးအကတီၢ် လၢအပူၤဖျဲးဒီးတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးလၢဖိသၣ်တဖၣ်ပလၢၤဘဉ်သးမုၢ်ဒီးတၢ်တုၤသိးထဲသိးဒီးတၢ်ရဲလီၢ်မုၢ် လီၢ်လၢအပူၤဒီးတၢ်ဟံၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပဟ့ၣ်လီၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤလၢအဒီးသန့ၤလၢတၢ်အုၣ်သးတဖၣ်ဆူဖိသၣ်တဖၣ်, သးစၢ်တဖၣ်, ဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီးပုၤ တဝၢလၢကမၤစၢၤဒီးသဒၢတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးထီၣ်ဘးဖိသၣ်လၢဟံၣ်ဒီးကွဲးအိၣ်အဃၢၤ, လီၢ်ယဲၤအချၢ (offline) ဒီး (online) လီၢ်ယဲၤအလီၤ န့ၣ်လီၤ.

ဃုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်ဖဲ www.bodysafetyaustralia.com.au

GenWest မၤတၢ်လၢတၢ်ကဒိသဒၢဒီးခိၣ်ဆၢဝဲဒၣ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီးမုၢ်ခွါတၢ်အိၣ်သးအဖီခိၣ်တၢ်စု ဆူၣ် ခိၣ်တကးလၢ Melbourne (မဲ(လ)ဘၢၣ်) အမုၢ်န့ၣ်တကပၤန့ၣ်လီၤ.

ပဆီၣ်ထွဲကမျၢၤဒီးပုၤတဝၢတဖၣ်လၢအကအိၣ်ပူၤ ပူၤဖျဲးဖျဲးဒီးပုၤတၢ်အိၣ်မူလၢအဆူၣ်အချၢ ခိၣ်ပုၤဂ့ၢ်ဝီ ဒီးဆူၣ်ချၢအတၢ်ကူၣ်ဘဉ်ကူၣ်သ့အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပဆီၣ်ထွဲစ့ၢ်ကီးပုၤသးပုၤဒီးဖိသၣ်တဖၣ်လၢ အလဲၤခိၣ်ဖျိဘဉ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ် ကအိၣ်ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးဒီးမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢအဝဲသ့ၣ်လိာ်ဘဉ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.

ဃုသ့ၣ်ညါအါထီၣ်ဖဲ genwest.org.au တက့ၢ်



တၢ်ကွၢ်ထွဲဒီးပှၤဟ့ၣ်တၢ်လၢအပူၤ ဖျဲးအကလုာ်တဖၣ်

ဖိသၣ်တဖၣ်ပူၤဖျဲးကတၢၢ်ဖဲသးပှၤတဖၣ်သ့ၣ်ညါလၢတၢ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢအဂ့ၢ်မ့ၢ်တၢ်ဒဲလဲၣ်
အခါန့ၣ်လီၤ. အဆၢဒိၣ်တခါအံၤရဲၤပုၤဖိသၣ်ဆဲးအကတၢၢ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲ
(childcare) အကလုာ်တဖၣ်ဒီးတၢ်လၢနမ့ၢ်လၢ်ဟံၣ်အီၤသ့န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ကွၢ်ထွဲအကလုာ်

TYPE OF	အမ့ၢ်မနုၤလဲၣ်	အပၣ်ဃုာ်တၢ်မနုၤလဲၣ်
ဒိတသီတၢ်ကွၢ်ထွဲ	တၢ်လီၤတခါလၢနဖိလဲၤဝဲကိးန့ၣ် ဒီးဃၣ်ဃၣ်န့ၣ်လီၤ.	ကွၢ်ထွဲစးထီၣ်လၢဂီၤတုၤလၢမ့ၢ်ဃုာ်လီၤတစုလီၤ. ဖိသၣ် တဖၣ်အိၣ်, လီၤကွဲ, မၤလိၤန့ၣ်တၢ်ဒီးအိၣ်ဘုးအိၣ်သါဖဲန့ၣ်, ညီန့ၣ်ဃုာ်ဒီးဖိသၣ်အဂၤလၢအသးန့ၣ်ဒီးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ပှၤသိၣ်လိတၢ်တဖၣ်အိၣ်ဒီးကံၢ်စိတၢ်ပျဲလီၤ.
ဟံၣ်ဖိဃီဖိအမ့ၢ်ဆါခိ	တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဟံၣ်ဆဲးဆဲးဖိ အတၢ်ဆီလီၤသးအပူၤဃုာ်ဒီး ပှၤကွၢ်ထွဲတၢ် လၢအအိၣ်ဒီးပဒိၣ်တၢ်စိပနီၣ်တဂၤ.	ဖိသၣ်တဖၣ်ဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအီၤလၢကရူၢ်ဆဲးဆဲးဖိတခါအပူၤ, ညီန့ၣ်သးန့ၣ်အိၣ်အကလုာ်ကလုာ်န့ၣ်လီၤ.
ကတီၢ်ဖျၢၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲ အတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ/ကတီၢ်လီၤဆဲ (တစိတလီၤ) တၢ်ကွၢ်ထွဲ	တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢစၢၤကိၢ်န့ၣ်ရဲၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်စၢၤ ကိၢ်သီ, တမ့ၢ်ကိးန့ၣ်ဒီးဘၣ်န့ၣ်လီၤ.	ကတီၢ်ဖျၢၣ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤတဖၣ်, တဘျီတခါဖဲတၢ် လီၤတခါမ့ၢ်တမ့ၢ်ပှၤတဝၢအလီၤအကျဲတခါန့ၣ်လီၤ. ညီန့ၣ်ကရူၢ်အဆဲးဃုာ်ဒီးပှၤအသးန့ၣ်အါကလုာ်န့ၣ်လီၤ. ပှၤသိၣ်လိတၢ်တဖၣ်အိၣ်ဒီးကံၢ်စိတၢ်ပျဲလီၤ.
ဘူးတၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲ	တၢ်ကွၢ်ထွဲလၢဟံၣ်ဒီဖျိဟံၣ်ဖိဃီဖိတ ဖၣ်န့ၣ်လီၤ.	ဖိသၣ်တဖၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအီၤလၢဟံၣ်ဃီတၢ်အိၣ်ဝဲတရံးလၢ အညီန့ၣ်ဝဲတခါအပူၤလီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကဘၣ်မၤလီၤတၢ် ဘၣ်ကဝီၤတဖၣ်ဒီးတၢ်မ့ၢ်လၢ်ဟံၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးတၢ် ပူၤဖျဲးလၢအဆဲးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်သၢမံၤလၢမိၢ်ပၢ်သံကွၢ်အီၤသ့မ့ၢ်ဝဲ

မ့ၢ်မတၤကွၢ်ထွဲ
ယဖိလဲၣ်?

ယအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢတၢ်ကထံၣ်လီၤသးဒီးယပှၤသိၣ်လိတၢ်တဖၣ်ကိးဂၤဒီးသ့ၣ်
ညါမ့ၢ်မတၤအိၣ် ဒီးယဖိလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်တၢ်ကဟံၣ်နဖိတဖၣ်
ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးဒဲလဲၣ်?

ယအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢတၢ်ကသ့ၣ်ညါတၢ်ဘျီလၢနလူၤဟံၣ်ထွဲတဖၣ်ဒီးတၢ်မၤလၢနမၤ
တဖၣ်လၢ တၢ်ကဒိသဒါယဖိမ့ၢ်မနုၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲတၢ်တမံၤမၤမ့ၢ်
တလဲၤအသးဘၣ်
ဘၣ်အခါမိၢ်?

ယအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢတၢ်ကသ့ၣ်ညါတၢ်မနုၤကဲထီၣ်အသးဖဲတၢ်တမံၤမ့ၢ်တလဲၤအသး
ဘၣ်ဘၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်ဖဲယအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တခါအခါလီၤ.

တၢ်ဒုးအုၣ်ဒုးဆဲးဒီးတၢ်ဆိတလဲၣ်န့ၣ်ကူၤကၤ

တၢ်လၢအကြးအဘၣ်န့ၣ် ကမ့ၢ်မနုၤလဲၣ်

- ပှၤသိၣ်လိတၢ်တဖၣ်ဟ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢတၢ်လီၤလၢ
အသဒိၣ်သဒါပူၤ.
- အဝဲသ့ၣ်ဟံၣ်အသးဂၢၢ်ဂၢၢ်ဒီးကဟံၣ်ကယီၤ ဒီးကတီၢ်တၢ်
ဒီးဖိသ့ၣ်.
- အဝဲသ့ၣ်ရဲၤပုၤ အဝဲသ့ၣ်မၤမနုၤလဲၣ်ဒီး ဘၣ်မနုၤအယီၤ
အမၤတၢ်အံၤလဲၣ်အဂ့ၢ်.
- အဝဲသ့ၣ်ဖိၣ်ဘူးဖိသၣ်ထဲဒၣ်လၢ ဒဲတၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်
အသီးလၢ တၢ်ကဟံၣ်အဝဲသ့ၣ်ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲး, ဆူၣ်ချ့ဒီး
အိၣ်ကဆုၣ်ကဆုၣ်အဂီၢ်.
- ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်တဖၣ်အကမၤတၢ်လၢအကစၢ်ဒၣ်
ဝဲမၤသ့တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢအတကြးတဘၣ်န့ၣ် အမ့ၢ်မနုၤလဲၣ်

- သးပှၤတဖၣ်တကြးဖိၣ်ဘူးဖိသၣ်အါန့ၢ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်
ဘၣ်.
- ဖဲဖိသၣ်အုၣ်ဆါဆဲးဆါ မ့ၢ်တမ့ၢ် ဆိတလဲၣ်အကူၤအကၤ
အခါ တၢ်တကြးဟံၣ်တုၤဖိသၣ်လၢတၢ်တအံးထွဲကွၢ်ထွဲ
အပူၤဘၣ်.
- ထီၣ်ဘိန့ၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်တကြးအိၣ်လၢ ပှၤသိၣ်လိတၢ်အစၢၤ
ကတၢၢ်ခဲၤထီၣ်အီၤသ့အလီၤန့ၣ်လီၤ.
- ပှၤသိၣ်လိတၢ်တဖၣ်တကြးမၤဒဲသီးဖိသၣ်ကတူၢ်
ဘၣ် တၢ်သးဘၣ်တၢ်တၢ်, တၢ်ပျဲတၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်
တၢ်မံၤဆုးဘၣ်.
- ဖိသၣ်တဖၣ်ကဘၣ်န့ၣ်သ့ဘၣ်တၢ်ဟးလီၤအိၣ်
ဒီးပဲတရီၤမ့ၢ်တမ့ၢ် ယာ်ဘျးသဒါဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်
ဒီးတၢ်သဒိၣ်သဒါ အခါန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ကြးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဖိသၣ်တဖၣ်လၢ အကစၢ်ဒၣ်ဝဲ
ကထွဲပျီၤကွၢ်အခဲ ဖဲအမၤဝဲမ့ၢ်သ့အခါလီၤ.

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢမိၢ်ပၢ်တဖၣ်အဂီၢ်-

- နအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢကသံကွၢ်ဘၣ်ဃး
- တၢ်ဒုးအုၣ်ဒုးဆဲး ဒီးတၢ်ဆိတလဲၣ်ဖိသၣ်သ့ (ဒါလာ်) ဒဲလဲၣ်အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.
- နယုထီၣ်သ့လၢကကတီၢ်တၢ်ဒီးပှၤသိၣ်လိတၢ်ဘၣ်ဃး ညီန့ၣ်တၢ်ဖဲတၢ်မၤ (မ့ၢ်ဆုၣ်မ့ၢ်ဂီၤတၢ်မၤ) အဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဃးပှၤသိၣ်လိတၢ်တဂၤဂၤ အတၢ်သကံၢ်ပဝးန့ၣ်, နအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢတၢ်က တီၣ်ပျီတၢ်ဂ့ၢ်ဆူၣ်ပှၤန့ၣ်တၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်လၢဖိသၣ်တဂၤအတၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်မၤန့ၣ်အလီၤကဲဒီးတၢ်မနုၤလဲၣ်

ဖိသၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၤလၢအဂ့ၢ်တခါ:

- ဟံၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ဟံးစုန့ၣ်ကျဲၤအီၤအဖီလာ်ထီၣ်ဘိန့ၣ်သးပှၤလၢအကံၢ်စိအိၣ်န့ၣ်ဘၣ်တၢ်
ပျဲအစၢၤကတၢၢ်ခဲၤန့ၣ်လီၤ. ဟံၣ်ဖိသၣ်တဖၣ်လၢပှၤသးပှၤလၢအိၣ်ဒီးကံၢ်စိအစၢၤကတၢၢ်ခဲၤ
အတၢ်ကွၢ်ထွဲအဖီလာ်ထီၣ်ဘိန့ၣ်လီၤ.
- အိၣ်ဒီး Child Safety Code of Conduct (ဖိသၣ်တၢ်ပူၤဖျဲးအဂီၢ်တၢ်မၤအတၢ်သိၣ်တၢ်သီ
တၢ်ဘျီ) ဒီးလူၤဟံၣ်မၤထွဲအီၤန့ၣ်လီၤ.
- အိၣ်ဒီးပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအကံၢ်စိထီၣ်ဘး, ဃုာ်ဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်မၤတၢ်ဒီးဖိသၣ်အတၢ်သမံသမံး
လၢအဘၣ်လီၤသးဒီးဆၢကတီၢ်ခဲၤအီၤဒီးမၤန့ၣ်ဖိသၣ်တၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်သိၣ်လိလၢဆၢကတီၢ်
အခဲအါတခါလီၤ.
- ဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်ဖိသၣ်လၢကကတီၢ်ထီၣ်တၢ်ဒီးကန့ၣ်အီၤဖဲအဝဲသ့ၣ်ကတီၢ်ထီၣ်တၢ်အခါလီၤ.
- မၤကဲထီၣ်ဖိသၣ်တၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်ဂ့ၢ်ဒဲတၢ်အကါဒိၣ်လၢတၢ်ဆိကမိၢ်ဃုာ်အီၤ- အခီပညီန့ၣ်ဖိ
သၣ်အတၢ်လိၣ်ဘၣ်ဟံၣ်ညါလၢတၢ်ဆၢတၢ်ကိးခါဒီးအပူၤလီၤ.
- ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးဖိသၣ်တဖၣ်အတၢ်ဆဲးကျဲးလၢတမ့ၢ်ထးဒိၣ်အတၢ်တဲဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဟံးဃာ်တၢ်ဆဲးကျဲးလၢတၢ်အိးထီၣ်ဃာ်အီၤဒီးမိၢ်ပၢ်တဖၣ်ဒီးတူၢ်လီၤဝဲဒၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ထီၣ်
တၢ်ထီၣ်တၢ်ဟံးသးန့ၣ်လီၤ.
- ဟံၣ်ပျီထီၣ်အဝဲသ့ၣ်အကံၢ်အစီအယုၣ်ဒီးတၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်မၤဝဲလၢတၢ်ကမၤဂ့ၢ်ထီၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲ
လၢဖိသၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖဲတၢ်လဲၤအိၣ်သကိးအခါ, မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ကွၢ်သ့ဝဲဒၣ်- ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢအကန့ၣ်တၢ်, တၢ်လီၤကွဲအ
လီၤလၢအပူၤဖျဲး, တၢ်ဒုးဟံၣ်ဃုာ်ဖိသၣ်အတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်ဒီးတၢ်ရဲၤပုၤလၢအဆဲးမ့ၢ်ညီန့ၣ်
တၢ်မၤတဖၣ်ဒီးတၢ်ပူၤဖျဲးအတၢ်ဘျီတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ပူၤဖျဲးလၢဖိသၣ်ဆဲးကတီၢ်တၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၤ | 05

တၢ်ဘျၢအသိလၢတၢ်ကဟ်ဖိသၢ်ပူၤပူၤဖျးဖျးလၢ 2026 နံၣ်အပူၤ

The National Quality Framework (ထံၣ်ကိၣ်စိၣ်ဂီၢ်တၢ်မၤအတၢ်ကိၣ်) ဟ်လီၤတၢ်ဘျၢတဖၣ်လၢအဘၣ်ဃးဒီးမ့ၢ်ဖိသၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၢ်တဖၣ်ကြၢးလဲၤတရံးအသးဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲ 2026 အပူၤတၢ်ဘျၢအသိတဖၣ်န့ၣ်တၢ်ဟ်လီၤဃာ်အိၤလၢတၢ်ကဟ်ဖိသၢ်တဖၣ်ပူၤပူၤဖျးဖျးန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟ်လီၤဃာ်အိၤလၢတၢ်ကခိၣ်ဆၢဝဲဒၣ်တၢ်ကဲထီၣ်အသးလၢအမၤဘၣ်ဒိဖိသၢ်ဆဲးလၢဖိသၢ်ဆဲးကတိၢ်တၢ်ကွၢ်ဘၣ်ကွၢ်သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအပူၤလၢအတၢ်ဃာ်ဒီးဘၣ်တခါ,လၢအပၣ်ဃုာ်မဲ(လ)ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

- 1

ဖိသၢ်တၢ်ပူၤဖျးကဘၣ်ဟဲလၢညါလၢတၢ်ဆၢတၢ်ကိးခါဒီးအပူၤလီၤ

“Paramount Consideration (တၢ်ဆိကမိၣ်ဃုာ်တၢ်ဂီၢ်လၢအကါဒိၣ်ကတၢ်)” မ့ၢ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီတၢ်ဘျၢအသိတခါလၢအခိပညီမ့ၢ်ဝဲပုၤကိးဂၤဒီးမၤသကိးတၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်အိးထီၣ်ဒုးလဲၤတရံးဖိသၢ်ဆဲးကတိၢ်တၢ်ကွၢ်ဘၣ်ကွၢ်သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ကဘၣ်ဟ်လီၤဖိသၢ်တၢ်ပူၤဖျးအခွဲအဟာ်, ဒီးအတၢ်သးစဲအဒိၣ်ကတၢ်လၢညါလၢတၢ်ဆၢတၢ်ကိးတမံလၢလၢအဝဲသ့ၣ်ကမၤဝဲဒၣ်အဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤပၣ်ဃုာ်တၢ်ဆၢတၢ်ကိးတဖၣ်လၢအဘၣ်ဃးပုၤဃုာ်တၢ်မၤတၢ်ဖိတဖၣ်, တၢ်ဟံးစုန့ၣ်ကျိဒီးမ့ၢ်တၢ်ခိၣ်ဆၢတၢ်ကိးတဖၣ်လၢကျိဒ်လဲၣ်အဂီၢ်လီၤ.
- 2

ပုၤမၤတၢ်ဖိဒီးပုၤမ့ၢ်သးမၤကလီၢ်တၢ်ဖိခဲလၢကဘၣ်မၤဝဲဖိသၢ်တၢ်ပူၤဖျးအတၢ်သိၣ်လိန့ၣ်လီၤ

တၢ်ဘျၢအသိတဖၣ်စဲးဝဲဒၣ်လၢပုၤကိးဂၤဒီးလၢအမၤသကိးတၢ်ဒီးန့ၣ်လိသၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၢ်ကဘၣ်ထီၣ်တၢ်သိၣ်လိလီၤဆိဘၣ်ထွဲဒီးဖိသၢ်တၢ်ပူၤဖျးန့ၣ်လီၤ.
- 3

နီၢ်ကစၢ်အလီၢ်တဲစိဒီးပိးလီၤတဖၣ်န့ၣ်တၢ်တပျဲအိၤလၢဖိသၢ်အကပိၤကပၤဘၣ်

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တၢ်တပျဲအိၤလၢကအိၣ်ဒီးနီၢ်ကစၢ်အလီၢ်တဲစိတဖၣ်မ့ၢ်ပိးလီၤတဖၣ်လၢအဒိတၢ်ဂီၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ဂီၢ်မူတဖၣ်လၢအကပၣ်ဃာ်ဝဲမဲမၤသကိးတၢ်လီၤလီၤဒီးဖိသၢ်တဖၣ်အခါန့ၣ်ဘၣ်. ထဲဒၣ်တၢ်မၤစၢၤဟ့ၣ်တၢ်ပျဲပိးလီၤတဖၣ်နီၤတၢ်သ့အိၤလၢကဒိန့ၣ်ဖိသၢ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤန့ၣ်လီၤ.
- 4

တၢ်သကံာ်ပဝးလၢတကြၢးတဘၣ်လၢအဘျးဒီးဖိသၢ်တဂၤန့ၣ်အခဲအံၤကဲတၢ်မၤကမၣ်သဲစးန့ၣ်လီၤ

ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤမ့ၢ်ပုၤမ့ၢ်သးမၤကလီၢ်တၢ်တဂၤမၤ အဖဲမၤတၢ်တမံမဲလၢဖိသၢ်တဂၤအလီၤဒီး ပုၤလၢအနီၢ်ပၢၢ်တၢ်သ့တဂၤ ဆိကမိၣ်လၢ တၢ်အံၤအမ့ၢ်တၢ်တကြၢးတဘၣ်န့ၣ် အခဲအံၤအကဲတၢ်ထီၣ်သဲစးတၢ်သိၣ်တၢ်သီလီၤ. ပုၤဟ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢအနီၢ်ဘၣ်တၢ်ပျဲတဖၣ်ဒီးပုၤဟံးစုန့ၣ်ကျိတဖၣ်ကဘၣ်မၤလီၤတၢ်လၢဖိသၢ်လၢအဝဲသ့ၣ် အတၢ်ကွၢ်ထွဲအဖိလၢနီၤတဂၤတဘၣ်လီၤဘၣ်လၢတၢ်သကံာ်ပဝး တခါအံၤအဖိလၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်သကံာ်ပဝးလၢအတကြၢးတဘၣ်ပူၤ အပၣ်ဃုာ်ဝဲဒၣ် တၢ်နီၤမူဖိသၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ် တၢ်သးစၢ်ဆၢလီၤဆိလၢ ဖိသၢ်တဂၤနီၤအဂီၢ်ဒီး မ့ၢ်တမ့ၢ်မၤဖိသၢ်ဟ်ဃာ်တၢ်ခူသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. နမ့ၢ်တလီၤတၢ်ဘၣ်ဃး ပုၤသိၣ်လိတၢ်အသကံာ်ပဝးန့ၣ် နအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်လၢကတီၣ်ဖျါထီၣ် နတၢ်ဘၣ်ယိၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- 5

တၢ်မၤတရီၢ်တပါန့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ဟ်ဖျါထီၣ်အိၤဆူပုၤထုးထီၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီအအိၣ်လၢ 24 နံၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပူၤလီၤ

ဖဲတၢ်ကဲထီၣ်အသးမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ဆိးထီၣ်ဘၣ်ထွဲဒီးနီၢ်ခိမ့ၢ်တမ့ၢ်သ့ၣ်ထဲးအတၢ်မၤတရီၢ်တပါဝဲဒၣ်ဖိသၢ်တဂၤလၢတၢ်မၤစၢၤအလီၢ်မ့ၢ်အိၣ်တမံမဲန့ၣ်တၢ်မၤစၢၤကဘၣ်ဟ်ဖျါထီၣ်တၢ်ဂီၢ်ဆူ VECRA လၢ 24 နံၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပူၤလီၤ VECRA န့ၣ်ဟ်လီၤတၢ်သိၣ်တၢ်သီလၢဖိသၢ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအတၢ်ဖိတၢ်မၤအလီၢ်ဒီးဃုာ်လီၤဘျါလီၤတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်ဘီတဖၣ်ချ့သဒီးသ့လီၤ.

တၢ်အံၤလၢမိၢ်ပၢ်တဖၣ်အဂီၢ်အခိပညီကအိၣ်ဒ်လဲၣ်.

န့ၣ်ကွၢ်နတၢ်မၤစၢၤအလီၢ်လၢမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်ဟ်လီၤတၢ်ဘျၢသ့ၣ်တဖၣ်အံၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤလၢအပူၤဖျးတခါရဲပွဲးတၢ်အံၤကသ့ဝဲဒၣ်လီၤ.

တၢ်ဒိန့ၢ်တၢ်ဂီၤဒီးတၢ်ဂီၤအတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢဖိသၢ်သးနံၣ်ဆဲးအကတီၢ်

လၢအိးစကြၢ်လၢအပူၤ, ပကတိၤဘၣ်ဃးတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလီၤ. တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲအခိပညီန့ၣ်တၢ်ဃုာ်တၢ်ပျဲတချုးဒိဒီးနီၤဟ့ၣ်ပုၤတဂၤအတၢ်ဂီၤဒီးကန့ၣ်ဝဲဒၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်စဲးဆၢန့ၣ်လီၤ.

ဖိသၢ်တဖၣ်တၢ်ကဒိန့ၢ်အဂီၤဖဲဖိသၢ်ဆဲးကတီၢ်တၢ်ကွၢ်ဘၣ်ကွၢ်သ့ဒီးတၢ်ကွၢ်ထွဲလၢတၢ်မၤလီၤဒီးတၢ်မၤနီၣ်မၤဃါအဂီၢ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤတဖၣ်ကဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘျၢတဖၣ်လၢအဆုဘၣ်ဃးမ့ၢ်တၢ်ဂီၤတဖၣ်တၢ်ဒိအံၤဒ်လဲၣ်, တၢ်ဟ်ဃာ်အံၤဒ်လဲၣ်ဒီးတၢ်နီၤဟ့ၣ်အံၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤမၤတၢ်ဖိကြၢးသ့ဝဲဒၣ်တၢ်မၤအလီၢ်အပိးလီၤလၢတၢ်ပျဲအံၤတဖၣ်နီၤလၢကဒိဝဲဒၣ်ဖိသၢ်အဂီၤန့ၣ်လီၤ. နီၢ်တဂၤအလီၢ်တဲစိမ့ၢ်တမ့ၢ်နီၢ်တဂၤအပိးလီၤတဖၣ်န့ၣ်တၢ်တကြၢးသ့အီၤဘၣ်. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်ညီန့ၣ်တၢ်သံကွၢ်အံၤလၢကဆဲးလီၤမဲလၢကဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢတၢ်ဂီၤဒီးတၢ်ဂီၤမူတဖၣ်အဂီၢ်, ပုၤဃုာ်မ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်ကသ့မ့ၢ်တမ့ၢ်နီၤဟ့ၣ်အံၤဒ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်မၤစၢၤအလီၢ်အါတက့ၢ်သ့ digital platforms (ဒီးကွၢ်တၢ်အပျီစီ) လၢအဘၣ်ဘၢလၢတၢ်ကနီၤဟ့ၣ်တၢ်ဂီၢ်တၢ်ကျိလၢခံကတၢ်တဖၣ်, တၢ်မၤလီၤန့ၢ်တၢ်တတဖၣ်ဒီးတၢ်ဂီၤဃုာ်ဒီးဟံၣ်ဖိဃိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီးခွဲးယာ်လၢတၢ်ကသ့ၣ်ညါမ့ၢ်တၢ်ဂီၤတဖၣ်တၢ်ဟ်ဃာ်အံၤဒီးမ့ၢ်မတၢ်ကွၢ်အံၤသ့လဲၣ်န့ၣ်လီၤ. မိၢ်ပၢ်တဖၣ်တဘၣ်ဒိဖိသၢ်အိၣ်လၢတၢ်ကွၢ်ထွဲအလီၢ်တဖၣ်, ပုၤဃုာ်အဝဲသ့ၣ်အဖိ, လၢတၢ်ကဒိသဒါဖိသၢ်ခဲလၢအတၢ်သဒိၣ်သဒါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အဝဲအံၤမ့ၢ်စရိဖိၣ်အချ့တခါလၢအိၣ်ဒီးတၢ်သံကွၢ်လၢနကသံကွၢ်န့ၣ်လီၤ-

- ✓ မ့ၢ်ယဖိအဂီၤန့ၣ်တၢ်ဒိန့ၢ်အံၤဒ်လဲၣ်?
- ✓ တချုးနဒိအဝဲသ့ၣ်အဂီၤအခါမ့ၢ်နကဃုထီၣ်ယဖိအတၢ်ပျဲခါ?
- ✓ ယဖိအဂီၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဟ်ဃာ်အံၤဖဲလဲၣ်, မ့ၢ်မတၢ်မၤန့ၢ်သ့အံၤသ့လဲၣ်?
- ✓ တၢ်ဂီၤတဖၣ်အံၤမဲတၢ်သုတဟ်ဃာ်အံၤလၢနီၢ်တဂၤအလီၢ်တဲစိအပူၤတဂ့ၢ်အဂီၢ်နမၤလီၤတၢ်သ့ဒ်လဲၣ်?
- ✓ Apps အဲး(ဖ)ဒီးပျီစီလၢနသ့အံၤလၢတၢ်ကဟ့ၣ်လီၤ တၢ်ဂီၤဒီးတၢ်ဂီၤလၢခံကတၢ်တဖၣ်မ့ၢ်မန့ၣ်လဲၣ်?
- ✓ မ့ၢ်မတၢ်ထံၣ်ယဖိအတၢ်ဂီၤတဖၣ်လၢပျီစီတခါအံၤသ့လဲၣ်?

မိၢ်ပၢ်အလံာ်ဟ်ဖျါတဖၣ်

“ဖဲပုၤတဂၤမ့ၢ်ကအဲၣ်ဒီးဒိန့ၢ်နီၤန့ၣ်အဝဲသ့ၣ်ကဘၣ်သံကွၢ်န့ၣ်လၢညါလီၤ. နတဲအံၤသ့ အသ့မ့ၢ်တမ့ၢ်တသ့ဘၣ်န့ၣ်သ့လီၤ. နနီၢ်ခိန့ၣ်ဘၣ်ထွဲဒီးနဒီးနတၢ်ဂီၤဒီးတၢ်ဂီၤမူတဖၣ်လၢအမ့ၢ်န့ၣ်ဘၣ်ထွဲဒီးန့ၣ်လီၤ.”



ဖိသၢ်သ့ၣ်ထံအတၢ်မၤတရီၢ်တပါအပိးအလီၤလၢပုၤယဲၤအဖိခိၣ်

တဘျီတခိၣ်ပုၤတဂၤကဒိမ့ၢ်နီၤဟ့ၣ်လီၤတၢ်ဂီၤမ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ဂီၤမူတဖၣ်လၢအမ့ၢ်ဖိသၢ်န့ၣ်ကဲသ့ၣ်ထံၣ်ဂီၢ်မၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထဲးတၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မၤကမၣ်သဲစးအဒိၣ်အမ့ၢ်တခါလီၤ. တၢ်အံၤတၢ်ကိးအမံၤလၢသ့ၣ်ထံတၢ်မၤတရီၢ်တပါအပိးအလီၤ, မ့ၢ်တမ့ၢ် CSAM န့ၣ်လီၤ. ဖဲပုၤတဂၤကျဲးစးမၤန့ၢ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဆၢတၢ်ဂီၤလၢအမ့ၢ်ဖိသၢ်တဖၣ်လၢလီၤပုၤယဲၤအဖိခိၣ်န့ၣ်, တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်စ့ၢ်ကိးသဲးစးကွၢ်မ့ၢ်တခါစ့ၢ်ကိးလီၤ. တၢ်န့ၣ်တၢ်ကိးအံၤလၢဖိသၢ်အသ့ၣ်ထံတၢ်မၤကဘျးကဘျၢအပိးအလီၤ, မ့ၢ်တမ့ၢ် CSEM န့ၣ်လီၤ. ဖဲနမ့ၢ်ဘၣ်ယိၣ်တၢ်လၢတၢ်တမံမဲဒ်သိးတၢ်အံၤမ့ၢ်ကဲထီၣ်တၢ်အသးဒီးနဖိ, မ့ၢ်တမ့ၢ်ပုၤတဂၤကျဲးစးမၤတၢ်အံၤန့ၣ်,နမၤန့ၢ်တၢ်မၤစၢၤလၢ eSafety Commissioner (လီၤပုၤယဲၤအဖိခိၣ်တၢ်ပူၤဖျးအခိၣ်မဲးရှၢၣ်န့ၣ်) ဖဲ [esafety.gov.au](https://www.esafety.gov.au), မ့ၢ်တမ့ၢ်ဆဲးကျိးပၤကီၢ်သ့လီၤ.

သရုပ်သိပ်လိတ်တဖန်

ဖိသပ်တဖန်အပူပျိုးကတော်ဖဲပုသိပ်လိတ်ခဲလက်လူဟ်မထွဲတော်လကဘဉ်မအသးတဖန်လၢအအိဉ်ဆဲးဒီးပွဲတော်ဟ်ကဲန့ဉ်လီၤ. မိၤပၤတနီၤဘဉ်ယိဉ်ဘဉ်ဃးဟ်ခါသရုပ်သိပ်လိတ်တဖန်န့ဉ်လီၤ. တၢ်ပူၤပျိုးန့ဉ်ဒီးသန့ထီဉ်အသးလၢတၢ်လၢပုသးပုၤတဖန်မၤဝဲဒဉ်မ့ၢ်မနုၤလဲဉ်န့ဉ်လီၤ, တမ့ၢ်တၢ်ကဲမုဉ်ကဲခါဘဉ်. တၢ်နီၤဖးတခါအံၤ ဒုးန့ဉ်ဝဲဒဉ်လၢတၢ်သကံာ်ပဝးလၢအပူၤပျိုးန့ဉ်မ့ၢ်တၢ်ဒ်လဲဉ်ဒီးတၢ်လၢမိၤပၤတဖန်ကွၢ်အီၤသ့န့ဉ်လီၤ.



တၢ်မအကျါအကွၢ်တၢ်ကွၢ်ဟ့ၣ်အီၤသ့တဖန်



1. တၢ်သကံာ်ပဝးလၢအမုဉ်ခုဉ်ဒီးပွဲတော်ဟ်ကဲ

- ပုသိပ်လိတ်ကတိၤတၢ်လၢအကလုာ်ခုဉ်ခုဉ်မုဉ်လီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်ရဲပွဲဒီးဖိသပ်လၢ တၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်မၤအဂ့ၢ်န့ဉ်လီၤ.
- ဖိသပ်တဖန်အိဉ်ဖျါလၢအသးမုဉ်ဒီးတပျါတၢ်ဘဉ်န့ဉ်လီၤ.



2. တၢ်အခုဉ်အဆၢဒီးတၢ်ဟံးစုန့ဉ်ကျဲလၢအရဲ

- ပုသိပ်လိတ်အိဉ်လၢ ပုသးပုၤအဂၤထီဉ်အီၤသ့အလီၢ်န့ဉ်လီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်တလဲၤကိးဖိသပ်ဆူတၢ်လီၢ်ခူသ့ၣ်မ့တမ့ၢ် တၢ်ကးတံၢ်ဃာ်အသးအလီၢ်ဘဉ်.
- အဝဲသ့ၣ်ဖိဉ်ဘူးဖိသပ်ဖဲတၢ်လိဉ်ဘဉ်လၢ တၢ်အိးထွဲကွၢ်ထွဲတၢ် မ့တမ့ၢ်လၢတၢ်ပူၤပျိုးအဂီၢ်,မ့တမ့ၢ်ဖဲဖိသပ်မၤအဖိးဟ့ၣ်အီၤအခါလီၤ.
- အဝဲသ့ၣ်တသ့အနီၢ်ကစၢ်အပိးအလီတဖန် ဖဲဖိသပ် အကပိၤကပၤဘဉ်.
- အဝဲသ့ၣ်မၤဖိသပ်လၢကဖိးမၤတၢ်တမံၤမၤလၢ အဖိးမိဒီးဖိသပ်အသးန့ဉ်န့ဉ်လီၤ.



3. တၢ်ဆိဉ်ထွဲဖိသပ်အတၢ်ဃုထၢ

- ပုသိပ်လိတ် အမၤစၢၤဖိသပ်လၢကမၤတၢ်လၢအနီၢ်ကစၢ်လီၤ.
- အသံကွၢ်မ့တမ့ၢ်တဲဘဉ်ဖိသပ်လၢ တချုးမၤစၢၤတၢ်န့ဉ်လီၤ.
- အဃုန့ၢ်တၢ်ပျဲတချုးဒိဖိသပ်အဂီၢ်န့ဉ်လီၤ.
- အကန့ဉ်ဖိသပ်ဖဲဖိသပ်စံးအီၤ “တဘဉ်မၤဘဉ်” မ့တမ့ၢ်ဖိသပ်မုဉ်န့ဉ်ဖျါတၢ်တမုဉ်ဘဉ်အသးအခါန့ဉ်လီၤ.

တၢ်မၤအသးအကွၢ်အဂီၢ်တဖန်

တၢ်သကံာ်ပဝးလၢအဖိးမိ

- အဝဲဒဉ်တဲဝဲ ‘မိပကသ့နစုတဖန်အခဲအံၤ’ ဒီးဆၢထၢၣ်လၢဖိသပ်အကပၤလီၤ. ဖိသပ်အဂၤဒီးပုၤမၤတၢ်ဖိအဂၤတဖန်အိဉ်ဘူးဒီးအဝဲသ့ၣ်လီၤ. ဖိသပ်အၢၣ်လီၤဟ်အခဲဒီးအိဉ်ဖျါဂၢၢ်ဂၢၢ်လီၤ.
- ဖိသပ်တဂၤအသးအုးဖဲတၢ်လဲၤဟ်လီၤတၢ်အီၤအခါလီၤ. ပုသိပ်လိတ်တီၤလီၤအိဉ်လၢဖိသပ်အနီၢ်အထီအသးဒီးစံးအီၤလၢအသးအုးန့ဉ်အဘဉ်လီၤန့ဉ်လီၤ. မိမိကဟဲကွၢ်လၢခဲန့ဉ်လီၤ.’ အဟ့ၣ်ဖိသပ်တၢ်ဃုထၢဘဉ်ထွဲဒီးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤန့ဉ်လီၤ. ဖိသပ်ဆိလီၤအသးန့ၢ်ကယီၤကယီၤလီၤ.

တၢ်သကံာ်ပဝးလၢ ကဒုးအိဉ်ထီဉ်တၢ်သံကွၢ်တၢ် -

- ပုသိပ်လိတ်တၢ်တီၢ်ထီဉ်ဖိသပ်တဂၤဒီးလဲၤဆူတၢ်လီၢ်အဂၤတခါလၢ တအိဉ်ဒီးတၢ်ရဲပွဲတၢ်ဂ့ၢ်ဘဉ်န့ဉ်လီၤ. ဖိသပ်အိဉ်ဖျါအသးအုးဒီးကျဲးစးစံဉ်လီၤဝဲန့ဉ်လီၤ.
- ပုသိပ်လိတ် အဟ့ၣ်တၢ်သးစၢ်ဆၢလီၤဆီလၢဖိသပ်ထဲတဂၤန့ဉ်လီၤ. ညီန့ၢ်အလဲၤကိးဖိသပ်တဂၤအံၤဆူ တၢ်ဘျီတၢ်ဘျီအလီၢ်လၢအယံၤဒီးပုၤအဂၤတဖန်, ဟံစီၢ်န့ၢ် တၢ်လီၢ်ကွၢ်လၢဟံဉ်ဒီး ဖိးဟ့ၣ်ဖိသပ်ခဲအံၤခဲအံၤဖဲဖိသပ်အံၤ အတၢ်မၤအါလၢအလီၢ်ကွၢ်ဒီးတံၤသကိးအဂၤအခါဒဉ်လၢ န့ဉ်လီၤ. နထီဉ်တၢ်အံၤဒီးတူၢ်ဘဉ်တၢ်သးကဒိကဒါလီၤ.

တၢ်သကံာ်ပဝးလၢအတပူၤပျိုးလၢတၢ်ကဘဉ်ကွၢ်ဟ့ၣ်တဖန်



တဘျီတခိဉ်ပုသးပုၤတဖန်ကကျဲးစးသ့ၣ်ထီဉ်တၢ်ရ့ၤလီၢ်မုဉ်လီၢ် ‘လီၤဆီ’ ဒီးဖိသပ်တဖန်လီၤ. တၢ်အံၤတပူၤပျိုးဘဉ်.

မိၤပၤတဖန်ကွၢ်ဟ့ၣ်သ့ဝဲ တၢ်-

- မၤဖိသပ်ဟ်ဃာ်တၢ်ခူသ့ၣ်တခါလီၤ.
- ဟ့ၣ်ဖိသပ်တဂၤတၢ်ဟ့ၣ်လီၤဆီတဖန်မ့တမ့ၢ် တၢ်ကန့ဉ်ဃုာ်အါန့ၢ်ဖိသပ်အဂၤတဖန်လီၤ.
- စီၢ်ဖိသပ်လၢအယံၤဒီး ပုသးပုၤဒီးဖိသပ်အဂၤတဖန်န့ဉ်လီၤ.
- တလူၤဟ်တၢ်ဘျီမ့တမ့ၢ်တၢ်ဖိးတၢ်မၤကျါကျဲလၢအညီန့ၢ်တဖန် လၢဖိသပ်အဂီၢ်ဘဉ်.
- ဃုမၤန့ၢ်ဖိသပ်အတၢ်သးကအိဉ်အီၤ, တၢ်ကအိဉ်အီၤအဂီၢ်.
- ဒိန့ၢ်ဖိသပ်တဖန်အဂီၢ်အါအါကလံာ်မ့တမ့ၢ်လၢအတကြးတဘဉ်တဖန်.
- တကန့ဉ်ပုသးပုၤအဂၤအတၢ်ဘဉ်ယိဉ်ဘဉ်ဃး အသကံာ်ပဝးအဂ့ၢ်.

မိၤပၤအဂီၢ်လီၢ်ကွဲးဃာ်သး

ဖဲတၢ်တမံၤမၤမ့ၢ်ဒုးတူၢ်ဘဉ်န့ၢ်လၢအတဘဉ်န့ဉ်,နသံကွၢ်တၢ်သံကွၢ်ဒီးမၤန့ၢ်တၢ်ဆိဉ်ထွဲသ့လီၤ.

“ယအဲၣ်ဒီးန့ၢ်ပၢ်မ့ၢ်ပုသိပ်လိတ်ခဲလက်ကွၢ်ထွဲဖိသပ်ဒ်လဲဉ်န့ဉ်လီၤ. မ့ၢ်နတဲဘဉ်ယၢနတၢ်ဘျီတဖန်လၢအဘဉ်ထွဲဒီးတၢ်ဖိဉ်ဒီးတၢ်ဟံးစုန့ဉ်ကျဲဒ်လဲဉ်န့ဉ်သ့ဧါ?”

“ယထီဉ်ဘဉ်တၢ်တမံၤတနီၤအံၤလၢယတူၢ်ဘဉ်လၢအတဘဉ်ဘဉ်န့ဉ်လီၤ. မ့ၢ်နမၤစၢၤဒုးန့ၢ်ပၢ်ယၢမ့ၢ်တၢ်မနုၤကထီဉ်အသးလဲဉ်န့ဉ်သ့ဧါ?”

အဆင့် 3

ကတိထိပ်တံ

ဖိသပ်တဖန်အပူပေးကတိထိပ်တံသုံးပုံတဖန်ကတိထိပ်တံနှင့်လီ။ တံသံကွပ်တံသံကွပ်တဖန်မှ တမ္ပတံဟံဖျါထိပ်တံဘဉ်ယိပ်နှင့်မုတ်တူတံဘဉ်လီအတမ္ပဘဉ်နှင့်သုလီ။ ဘဉ်တဘဉ်နက ဘဉ်ယိပ်တံဘဉ်ဃးတံမကတိထိပ်တံသဘဉ်သဘဉ်လီ။ ကတိထိပ်တံနှင့်မုတ်နွဲဃးလီ။ အဟံနု၊ နဖိဒီးဖိသပ်အဂလတံပူပေးအပူသုလီ။

ခိဉ်ခါလွှဲခါလတံကဟံဖျါထိပ် တံဘဉ်ယိပ်

- 1. ကွပ်နီဉ်ဃာတံမံတံတမံ မံအိဉ်ဖျါမုတ်မုတ်တူတံဘဉ် မုတ်တဘဉ် အခါတကွပ်.
- 2. ကတိတံဒီးပုသိဉ်လိ တံဘဉ်ဃးတံလီနကွပ် နီဉ်တုတ်အဂု.
- 3. သံကွပ်တံသံကွပ်တဖန် ဒီးကနုဉ်ဘဉ်အတံစီး ဆာတကွပ်.
- 4. နမုတ်တူတံဘဉ်ဒီးတံတလီ တံလီဆဲးနုဉ်, ကတိ တံဒီး ပုနုဉ်တံတကွပ်.



မၤ

- ဟံနုသးဂံဂံဒီး ဟံကဲလိသးတကွပ်.
- တဲထိပ်တံလီနထိပ်မုတ်မုတ်နုဉ်ဟူအံတကွပ်
- ဃုထာတံဆာကတိအဘဉ်ဘဉ်လီကကတိတံအဂီတကွပ်.
- ဃုထာတံလိတခါလဖိသပ်တအိဉ်အလိတကွပ်
- တံလိဉ်မုတ်အိဉ်နု တံဖျါတံဂုအံဆူပုနုဉ်တံအအိဉ်တကွပ်.



တမၤ

- တဘဉ်ဆိုးတံကမုတ်လီအလီမုတ်မုတ်ဟံဒုဉ်ဟံကမုတ်အံတဂု
- တဘဉ်ကီးဃါ(မံဆူထိဉ်)နကလုတဂု
- တဘဉ်ကွပ်ကဟံကွပ်နတံဘဉ်ယိပ်တဂု
- တဘဉ်သံပုနီဉ်လီ ဖိသပ်အတံပူပေးနုဉ်ဟံလီလီ
- တဘဉ်ဆိကမိဉ်လီပုအဂတံကတံဖျါထိပ်တံအဂီတဂု



မိပ်အဂီလံကွဲဃးသး

ကတိတံဒီးပုသိဉ်လိတံတဂု

“ယကွပ်နီဉ်တံတခါတနီဉ်အံဒီးယတူတံဘဉ်လီအတ ဘဉ်ဝဲဒဉ်ဘဉ်. မုတ်နမံယလီလီတံကနုဉ်ပံတံတံလီ အကထိဉ်အသးနုဉ်သုဇါ?”

ကတိတံပုနုဉ်တံတဂု

“ယကတိတံဒီးပုသိဉ်လိတံတဂုဘဉ်ဃးယတံဘဉ် ယိဉ်လီအအိဉ်ဒီးယ, သနုဉ်ကယတူတံဘဉ်တံလီတံ လီဆဲးဒီးဘဉ်. မုတ်ပကတိသကီးဘဉ်ဃးတံတခါအံတ ပူဃီသုဇါ.”

ဖဲနမုတ်အိဉ်ဒီးနုဉ်ဖျါထိဉ်နသးနုဉ်နဟံဖျါထိဉ်တံဘဉ်ယိဉ်လီအတအိဉ်ဒီးတံဒုးသုဉ်ညါနမံခီဖျါ email (လိပရ) မုတ်မုတ်လိတံစိဒီးဃုထိဉ်လီတံတဟံဖျါနမံဘဉ်နုဉ်တကွပ်

“ဟံလိဉ်, ယအိဉ်ဒီးဒုးသုဉ်ညါတံဘဉ်ယိဉ်တမံလီလီအ တံဘဉ်ဃးဒီးမုတ်ယဖိနုဉ်တံမံထွဲအံဒီးလဲဉ်အဂုလီ. ယတအိဉ်ဒီးဟံဖျါယမံဘဉ်သနုဉ်ကယအိဉ်ဒီးလီနကွပ်မံ နုဉ်ဝဲဒဉ်တံဂုတခါအံလီ.”

“ယကီးလီတံကနီဉ်ဟ့ဉ်တံဘဉ်ယိဉ်တခါလီ. ယတအိဉ်ဒီးဟ့ဉ်ထိဉ်ယမံဘဉ်.”

ဖဲမိပ်အဂါမုတ်အိဉ်ဒီးတံဘဉ်ယိဉ်တမံဃီအခါ

“ပဝဲစ့ဂကွပ်နီဉ်ပလံာ်ဘဉ်တံတမံမံဒီးပသးဒုဒိဝဲ ဒဉ်လီ.တံအံညီနုဉ်တံဟံးထိဉ်ဖိဉ်ထိဉ်အံဒီးလဲဉ်အ ဂုနုဉ် မုတ်နုဉ်ပုးကသုဇါ?”

“မိပ်တနီဉ်ထိဉ်ဘဉ်ဖိသပ်တဖန်ဘဉ်တံလဲကီးအံ ဆူတံလိတခါထဲတဂုလီ. မုတ်နုဉ်ဘဉ်ပု နတံဘဉ်လီ တံအံအဂီမုတ်မုတ်လဲဉ်နုဉ်တကွပ်.”

အဆင့် 4

ညီနုဉ်တံဘဉ်တဖန်လီအံးစတြလယါ ဖိသပ်ဆဲးအကတိတံကွပ်ဘဉ်ကွပ်သုဒီး တံကွပ်ထွဲဂုဝီအပူ

ဖိသပ်တဖန်အပူပေးကတိမိပ်တဖန်သုဉ်ညါတံလီတံပျဲအံဒီးတံလီတံတပျဲအံလီဖိသပ် ဆဲးအကတိတံကွပ်ဘဉ်ကွပ်သုဒီးတံကွပ်ထွဲအပူလဲဉ်နုဉ်လီ. အံးစတြလယါအိဉ်ဒီးတံဘဉ် လီအဆူတဖန်လီတံကဟံဖိသပ်တဖန်ပူပေးပူပေးနုဉ်လီ. တံဘဉ်သုဉ်တဖန်အံဘဉ်တဘဉ် ကလီဆဲးဒီးထံကီလီအဂတဖန်နုဉ်လီ.

တံလွဲမံလီမိပ်ကြီးသုဉ်ညါ

- 1

ဖိသပ်တဖန်တံကဘဉ်ဟံးစုနုဉ်ကျဲအံထီဘိ တဘဉ်ယုဉ်ဃီလီ
- 2

ပုသိဉ်လိတံတဖန်ကဘဉ်လူဟံတံပတီ အိဉ်ဆုဆုတဖန်လီမုတ်အဝဲသုဉ်ကဘဉ်ကွပ်ထွဲ ဖိသပ်တဖန်ဒီးလဲဉ်နုဉ်လီ
- 3

မိပ်တဖန်အိဉ်ဒီးခွဲဃးလီတံကသံကွပ် တံသံကွပ် တဖန်ဒီးမံနုဉ်တံစီးဆာလီအဆူနုဉ်လီ
- 4

ဖိသပ်အတံဂီတဖန်ဒီးတံသုဉ်သုဒီးနုဉ် ကဘဉ်တံဒီးသုဒီးအံထီဘိလီ

နီဉ်ခိတံအံကဟံကဟံလီ တံကွပ်ထွဲဖိသပ်အလီ

မၤ

- ဖဲဖိသပ်တဂုလိဉ်ဘဉ်အခါ တံကွပ်ထွဲကဟံ ကယီ ဒီးအမုတ်မံမံလီနုဉ်တံ, တံနုဉ်နုဉ်ကျဲမုတ် တမုတ် တံဖိဟုလီမံမုတ်ပုအသးနုဉ် မုတ်တံအ ဂု(တူလီသု)လီ.
- ပုသိဉ်လိတံတဖန်ကြီးသံကွပ်မုတ်မုတ်သမံသမံး ကွပ်ဖိသပ်လီ တံဖိဉ်ဘုးတံအံမုတ်တံလီအမုတ် ဘဉ်အံစုဉ်အဂီနုဉ်လီ.
- ဖိသပ်လီအကွပ်(ဖါစု)တဖန်နုဉ်ကလိဉ်ဘဉ် အါထိဉ် တံဆိဉ်ထွဲအဂုနုဉ်လီ. အဝဲသုဉ်အိဉ် စုဉ်ကီးခွဲဃးလီနုဉ်ကစုဉ်ဒဉ်ဝဲတံပတံဆာတံ လီသးဒီး တံဖိဉ်ဘုးလီ အပူပေး, အိဉ်ဒီးတံ ဟံကဲအဂီနုဉ်လီ.

တမၤ

- တံနုဉ်မုတ်သပ်တဂုမုတ်တံဖိဉ်ဘုးအံလီအ တဘဉ်သုဉ်ဘဉ်သး နုဉ်အတဘဉ်ဘဉ်.

တံသိဉ်သီဖိသပ်လီ တံကွပ်ထွဲဖိသပ်အလီ

မၤ

- ပုသိဉ်လိတံသုတံကတိအမုတ်အခုဉ်, တံနုဉ် ကျဲဒီးကျဲကျဲလီအပူပေးလီတံကဆိဉ်ထွဲ သကံပဝးအဂီနုဉ်လီ.

တမၤ

- လီအံးစတြလယါအပူ, တံတံမုတ်မုတ်နီဉ်ခိအ တံစံဉ် ညီနုဉ်တံတပျဲအံနီတဘျီလီဖိသပ် ဆဲးကတိ တံကွပ်ဘဉ်ကွပ်သုဒီးတံကွပ်ထွဲအ လီဘဉ်.
- နမုတ်ထိဉ်မုတ်မုတ်ဟူဘဉ်ဃးတံတံမုတ်မုတ် နီဉ်ခိတံ စံဉ်ညီနုဉ်, နကတိတံလီပုနုဉ် တံသုဒီးမံအဝဲသုဉ်ပု ပုးတံဂုသုဝဲဒဉ်လီ. တံလိဉ်ဘဉ်မုတ်အိဉ်နုဉ် နဆူထီဉ်နတံ ဘဉ်ယိဉ် ဆူညါသုလီ.



တံသံကွပ်လီမိပ်သံကွပ်ဝဲဒဉ်သုသုဉ်တဖန်

- မုတ်နုဉ်ပုးနတံဘဉ်တဖန်ဘဉ်ဃးတံဖိဉ်ဘုးဖိသပ်အဂီ ကသုဇါ?
- ဖိသပ်အသကံပဝးလီတပူပေးအဂီ နပုဆုာရဲဉ်ကျဲအံဒီးလဲဉ် အဂုနုဉ် နုဉ်ပုးကသုဇါ?
- မုတ်နုဉ်ပုးနတံဘဉ်ဘဉ်ဃးတံဒီးနီဉ်ဟ့ဉ်တံဂီအဂီ ကသုဇါ?



ပသ့ၣ်ညါဟီပနီၣ်လၢတၢ်မၤလံာ်အိၣ်ကီၢ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအကဲထီၣ်အသးဆူညါ, ဒိန့ၣ်အသိး First Nations ဖိအတၢ်ဂံၢ်ဆူဒီးအတၢ်သ့တူၢ်ကျိၢ်ဆၢၣ်ဟံာ်, ဒီးအတၢ်ဟူၣ်ထီၣ်တၢ်မၤသးကိးဃုာ်တၢ်ဒီးတၢ်ဂံၢ်လီာ်လၢဟီၣ်ဒိၣ်အခွဲးအဟံာ်တဖၣ်. တၢ်စီၣ်ညိၣ်ပၤဆူလီၤသး, တၢ်စီတၢ်ကမၤပုၤတုၢ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါဟီပနီၣ်တၢ်တတိတၢ်တြၢ်လၢအကဲထီၣ်အသးလၢအပူၤကိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.