

ခိပ်ရိနုနုဘဲရူးစီနီသးအတၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤ၊အတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤ၊ အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ တၢ်ဆိၣ်ထွဲဝဲဒၣ်နုနီၤသးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဖဲတၢ် ဟံကတီၢ်ကးတံၢ်တၢ်အဆၢကတီၢ်

ဖဲအတၢ်ယံၣ်ဒီးဘၣ်တၢ်ဆိတလဲမၤအသးအါမံၤဒီးအိၣ် ဘၣ်ကဒီးလၢတၢ်ဟံကတီၢ်ကးတံၢ်တၢ်အသီတဘျီအံၤ အယိဘၣ်
တဘၣ်နကအိၣ်ထီၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢနသး လီၤဘျးလီၤဘျီမ့တမ့ၢ် နစုတတုၤလီၤခိၣ်တတုၤလၢဘၣ်အသးန့ၣ်လီၤ.
ဖဲနမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢနတသ့ၣ်ညါလီၤတၢ်ဘၣ်ဃးမ့ၢ်တၢ် ကလဲၤခိဖျိအိၣ်လဲၣ်တခါ၊ မ့တမ့ၢ် မ့ၢ်ဘၣ်လဲၤဆူမတၢ်
အအိၣ်လဲၣ်န့ၣ် ပအိၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲအံၤလၢတၢ်ကမၤစၢၤဆိၣ်ထွဲနုနီၤသးအတၢ် အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်လီၤ.

📞 ကတိဘၣ်တၢ်ဒီးပုၤလၢနတၢ်ဂ့ၢ်တက့ၢ်
ပပုၤတၢ်ပီၣ်တဲမုၢ်ထီၣ်ပုၤသးလၢအန့ၢ်ဘၣ်တၢ်သိၣ်
လိ တဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲအံၤလၢတၢ်ကဆိၣ်ထွဲနုနီၤဖျိလီၤတဲ
စိ အပူၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်န့ၣ်အပူၤတအိၣ်ဘၣ်ဒီးအိၣ်ဝဲဒၣ်တသီ
၂၄န့ၣ်ရံၣ်ကိးသီဒီးန့ၣ်လီၤ. **1800 512 348**

🧠 တၢ်ဆိၣ်ထွဲလၢပုၤလၢတကတိအဲးကလံးကျိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်
ပအိၣ်ဒီးတၢ်ဃုထၢတဘျးမံၤလၢပုၤလၢအဲးကလံးကျိၣ် တမ့ၢ်
အဝဲသ့ၣ်အကျိၣ်အခိၣ်ထံးတဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.
ပုၤလၢတသူအဲးကလံးအကျိၣ်ဒ်အဝဲသ့ၣ်အကျိၣ်အခိၣ် ထံး
တကျိၣ်အသိးတဖၣ်မၤန့ၢ်တၢ်ကျိးထံတၢ်အတၢ် ဆိၣ်ထွဲလၢ
Translating and Interpreting Service (တၢ်ကျိးထံ
ဒီးတၢ်ကတိကျိးထံတၢ်အတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤ)

📍 ပုၤယဲၤအဖီခိၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ
ပုၤယဲၤဘျးစဲဟ့ၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဂ့ၢ်လၢခံကတၢ်တဖၣ်,တၢ် ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်
ဖးဒီးတၢ်မၤအကျဲခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်ကမၤစၢၤ နၤလၢနကရဲၣ်
ကျဲၤပၤဆူၣ်တၢ်အိၣ်မုၢ်ဆိးပၤ ဒီးနီၤသးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဖဲက
တီၢ်အံၤတဖၣ်ခဲအံၤ ခဲအံၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤယဲၤဘျးစဲအံၤဟ့ၣ်စ့ၢ်ကိးဝဲဒၣ်
webchat လၢပုၤယဲၤဘျးစဲအဖီခိၣ်တၢ်တဲသကိး ဃုာ်ဒီးပပုၤတၢ်
ပီၣ်တဲမုၢ်ထီၣ်ပုၤသးလၢအန့ၢ်ဘၣ်တၢ်သိၣ်လိ တဖၣ်လၢ၂၄န့ၣ်ရံၣ်
ကိးသီဒီးန့ၣ်လီၤ.
coronavirus.beyondblue.org.au

www.tisnational.gov.au
နမၤန့ၢ်လီၤတဲစိအတၢ်ကတိကျိးထံတၢ်အတၢ် မၤစၢၤလၢအကဲ
ထီၣ်တဘျီဃီမ့တမ့ၢ်ဟံးန့ၢ်ဆိမံၤ တၢ်မၤစၢၤတၢ်ဆၢကတီၢ်ခိဖျိ
TIS Nationalန့ၣ်သ့လီၤ.
For immediate services please phone
131 450.

📞 တၢ်မၤသံလီၤသးဒီးတၢ်သဘံၣ်သဘုၣ်အတၢ်ဆိၣ်ထွဲ
လၢတၢ်မၤစၢၤတဘျီဃီအဂီၢ်,ကိးဘၣ် Lifeline
13 11 14 တက့ၢ်.
ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်လၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိၣ်သးတခါအပူၤမ့တမ့ၢ် အိၣ်လၢ
တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢနကမၤဘၣ်ဒ်ဘၣ်ထံးနသး မ့တမ့ၢ်ပုၤအ
ဂၤတဖၣ်လၢကတီၢ်အံၤတခါ,ဝံသးစူၤကိးဘၣ် **000** တက့ၢ်.



📍 coronavirus.beyondblue.org.au
📞 1800 512 348