

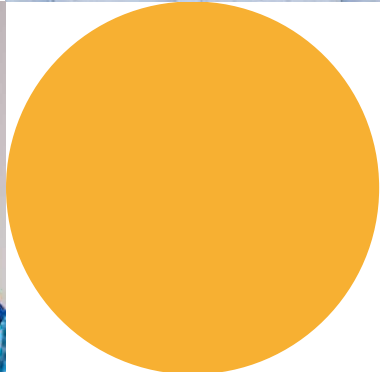
Karen

ipc

# တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢနဂီၢ်



ipcHealth



# လံာ်ဟ့ၣ်တၢ်ကစီၣ်အံၤ ဘၣ်ဃးဒီး-

- နတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ်ဒီးမူဒါတဖၣ်
- နီၣ်တဂၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်အိၣ်သဒံၣ်အိၣ်သဒါ ဒီး နီၣ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ
- မ့ၢ်ကဟ့ၣ်လီၤ တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ် မ့တမ့ၢ် ဆိုးထီၣ်တၢ်သးတမံၤ ဒ်လဲၣ်
- မ့ၢ်ကမၤန့ၢ်ပှၤတဂၤ လၢကမၤတၢ်လၢနဂီၢ် ဒီး လၢကဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၢ် ဒ်လဲၣ်

နအိၣ်ဒီး တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်တဖၣ်ဒီးမူဒါနတဖၣ် ဖဲနစူးကျိၤ ပတၢ်တိၣ်စၢၤမၤစၢၤတဖၣ်အခါန့ၢ်လီၤ.

ပဆၢမ့ၢ်လၢလၢ ပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်, ပှၤမ့ၢ်သးမၤကလီတၢ်တဖၣ် ဒီး ပှၤစူးကျိၤတၢ်ဖိတဖၣ် ဒီး အပှၤကဟ့ၣ်ကယၢ်ကွၢ်ထွဲတၢ်တဖၣ် ကဟ်ကဲလိာ်သးတဂၤဒီးတဂၤန့ၢ်လီၤ.

## နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤန့ၢ် တၢ်ဒီးသဒါဃာ်အီၤ ဂ့ၢ်ဂ့ၢ်လီၤ

ပအၢၣ်လီၤသးလၢ ကပၤဃာ် နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ ဘၣ်ဘၣ်ဘာဘာန့ၢ်လီၤ. နီၣ်တဂၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်အိၣ်သဒံၣ်အိၣ်သဒါန့ၢ် တၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်ဒီးသဒါစ့ၢ်ကီးအီၤလီၤ. ပဒီးသဒါဃာ် နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘာအပတီၢ်ထီတခါအဖီလၢလီၤ.

မ့ၢ်လိာ်ဘၣ်န့ၢ်, နကွၢ်နဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ သ့ဝဲန့ၢ်လီၤ. လၢကကွၢ်နဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်မၤနီၣ် ဒီး တၢ်ဂ့ၢ်အကမ့ၢ်မ့ၢ်အိၣ်န့ၢ်, လၢတၢ်ကမၤပှၤဘၣ်ဘၣ်က့ၤအီၤအဂီၢ် တၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်အိၣ်ဒီးန့ၢ်လီၤ.

## ဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီ တၢ်ဂီၤတဖၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ကလုာ် လၢတၢ်ဖိၣ်ဃာ်အီၤ

ဒ်တၢ်တမံၤလၢအအိၣ်လၢ နတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအပူၤအသိး, ဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီပှၤမၤတၢ်ဖိတနီၤနီၤ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ကလိာ်ဒီး တၢ်ဂီၤတဘျီ မ့တမ့ၢ် တၢ်ဂီၤတဖၣ်, မ့တမ့ၢ် ဖိၣ်ဃာ်နကလုာ်န့ၢ်လီၤ. တၢ်အံးမ့ၢ်ကြးဘၣ်လၢနဂီၢ်န့ၢ်, နကဆဲးလီၤနမံၤလၢ တၢ်အၢၣ်လီၤဟ့ၣ်ခွဲးလံာ်တကျိၣ်ဒီးအလီၤ လၢနဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ အတၢ်မၤနီၣ်အပူၤန့ၢ်လီၤ.



# ပထာဖိုင်နတ်ဂွံတက်ကျိုမနုတဖှ်လဲင်?

ပပာယာ် နမံဒီးတင်ဆဲးကျိးအဂွံအကျို လီတင်လီဆဲးတဖှ် လာနနီကစဲဆုင်ချတင်အံးထွဲကွံထွဲ တင်မနီင်အပူလီလီ.

တင်ဂွံတက်ကျိုလီတင်လီဆဲးတဖှ် ဘဉ်ဃးဒီး နတင်အိဉ်ဆုင် အိဉ်ချဟ်ဃုာ်ဒီး နတင်အိဉ်သးအတင်ဂွံတက်ကျို နတင်အံးထွဲကွံ ထွဲတင်တိာ်ကျို ဒီး နတင်ကူစါယါဘျါ တင်လဲထီဉ်လဲထီဉ်နုဉ် တင် ကွဲးဃာ်အီလါ နဆုင်ချဂုဉ်တင်မနီင်အပူ ဖဲနလဲဒီးပွဲးသး တဘျီလင်လင်အခါနုဉ်လီလီ.

တင်ထာဖိုင် တင်ဂွံတက်ကျိုနုဉ် မစါပုလါ ကပာယာ် နတင်လိဉ် ဘဉ်အဂွံအကျိုလီတင်လီဆဲးတဖှ်လီလီ. လာတင်နုဉ်အဃိ, ပအံးထွဲကွံထွဲနုဉ် တသ့ဖဲအသ့အဂွံကတင် ကသ့ဝဲနုဉ်လီလီ.

ပဟ်ဖျါထီဉ်စွဲကီး တင်ဂွံတက်ကျိုထီဉ်တနီနီ ခု ဆုင်ချဝဲ ကျိုအအိဉ် နုဉ်လီလီ.

တင်အံးကဲဘျါလါ တင်ကုဉ်ကျဲ ဒီး တင်မဂုဉ်ထီဉ် ပတင်တိစါ မစါတဖှ်အဂီၢ်နုဉ်လီလီ.

လာကယုထံဉ်နုဉ်အဂီၢ် တင်ဂွံတက်ကျိုလါ တင်စူးကါအီသ့ တမံ လင်လင်နုဉ် ပတဟ့ဉ်ဒီဟ့ဉ်နုဉ်အီဘဉ်.

ထဲပုမတင်ဖိတဖှ်လါ IPC Health လါအဟ်ဃုာ်လါ နတင်အံး ထွဲကွံထွဲအပူ ထံဉ်ဝဲနတင်ဂွံတက်ကျို ကသ့ဝဲနုဉ်လီလီ.

ထဲဒဉ်လါ နမုဉ်အာဉ်လီလါလိာ်အီ မုတမုဉ် သဲစးတင်သိဉ်တင်သီ မုဉ်မလိာ်ပုလါ ပကဘဉ်မအီအဃိ, ဒ်အမုဉ် ဂုဉ်ဂီၢ်အူကသိဉ် ကသီတင်ကူစါယါဘျါ, ပကဟ့ဉ်လီ တင်ဂွံတက်ကျို ဘဉ်ဃးဒီး နုဉ်နုဉ်လီလီ.

နအိဉ်ဒီးစိကမီးလါတင်ကစံးဝဲဒဉ်တင်မနုကဘဉ်ကဲထီဉ်အသးဒီး နတင်ဂွံတက်ကျိုလဲဉ်နုဉ်လီလီ.

မုတမုဉ်ဘဉ်လါတင်ဂွံလါလင်အဃိဘဉ်ဒီး, တမုဉ်ပကဟ့ဉ်ဒီဟ့ဉ် နီ နတင်ဂွံတက်ကျို ဆုပုနီတကဘဉ်-

- နဟ့ဉ်လီ တင်အာဉ်လီဟ့ဉ်ခွဲး (နတူလိာ်)
- နမပဟ့ဉ်လီ တင်ဂွံတက်ကျို လီတင်လီဆဲးတဖှ်အံး
- တင်လီဘဉ်ယိဉ်အိဉ်လါ နသးသမု, မုတမုဉ် ပုတကဂါ အသးသမုအဂီၢ်
- ပဆိကမိဉ်လါ တင်လီပျဲလီဖူး ဒိဉ်ဒိဉ်မုဉ်မုဉ် အိဉ်ဝဲဒဉ်လါ ဝဲ သဉ်တဖှ် မုတမုဉ် ဟံဉ်ဖိဃိဖိတဖှ် အတင်ပူဖျဲးဘဉ်ဘါ မုတမုဉ် တင်အိဉ်မုဉ်ဆိးပါအဂီၢ်
- တင်နုဉ်မုဉ်ဝဲ နတင်သးစဲအိဉ်ကတင်တဖှ်
- သဲစးတင်သိဉ်တင်သီ မလိာ်ပုလါပကဘဉ်မအီ, အဒိ တင် ဆါဘဉ်ကုဘဉ်ကံ ဒီး ခဲစါဉ်တင်ဆါ တနီနီ မုတမုဉ် ကျိ ဘျီဉ် ဒိကနုဉ်ဝဲ တင်မူးတင်ဂုဉ်တမံတမုဉ်

တင်ခွဲးတင်ယာ်အိဉ်ဒီးနုဉ် လါသုတဟ့ဉ်ဒီဟ့ဉ်နုဉ် နတင်ဂွံတက်ကျို တနီနီ မုတမုဉ် လါကတြီဃာ် ပုလါအထံဉ်ဘဉ် နဆုင်ချတင် အံးထွဲကွံထွဲ အတင်မနီင် နုဉ်လီလီ.

သနက, တင်အံးမအါထီဉ်တင်ကီတင်ခဲလါပဂီၢ် ဒ်သိးကဟ့ဉ်လီ နုဉ် တင်တိစါမစါအဂုဉ်ကတင်တဖှ် သ့ဝဲနုဉ်လီလီ.

နမုဉ်အိဉ်ဒီး ဆိတလဲ မုတမုဉ် မလားဂါကွံ နတင်အာဉ်လီဟ့ဉ်ခွဲး နုဉ် ဒုးသုဉ်ညါဘဉ်ပုတကဂုဉ်.

တင်ခွဲးတင်ယာ်အိဉ်ဒီးနုဉ် လါကတူလိာ် မုတမုဉ် ဂုဉ်လိာ်သမာ တင် ကူစါယါဘျါနုဉ်လီလီ.

ဖဲနဆုင်ချပုမတင်ဖိ တင်ပာ်နုဉ် နတင်အိဉ်သး(တဖှ်) ဒီး တင် ကူစါယါဘျါ လါပုမအီသုတဖှ် လါနတင်အိဉ်သး (တဖှ်)အံးအဂီၢ် ဝဲတကီၢ်ခါ နယုထာလါ ကဟ့ဉ်တင်ပျဲ မုတမုဉ် ဂုဉ်လိာ်သမာ တင်ကူစါယါဘျါ သ့ဝဲနုဉ်လီလီ.

နကဆဲးလီနမံလါ တင်အာဉ်လီဟ့ဉ်ခွဲး လိာ်တကီၢ်ဒိအံးအလီ လါနဆုင်ချဂုဉ်တင်မနီင်အပူ လါနတင်ဃုထာအကပုနုဉ်လီလီ- အဒိ, ဂုဉ်လိာ်သမာ မုတမုဉ် တူလိာ် တင်ကူစါယါဘျါ.



# နတ်ခွဲတော်ယာ်ဒီးမူဒါတဖၣ်

## တၢ်လၢနဆၢမ့ၢ်လၢအီၤလၢပအိၣ်သ့ တဖၣ်-

- တၢ်ကရူၤလိာ်မၤဘၣ်န့ၤ လၢတၢ်သ့ၣ်ဂ့ၤသးဝါ ဒီး တၢ်ယူးယီၣ်ဟံကဲ
- နကဒီးန့ၢ်ဘၣ် ပတီၢ်ထီၣ်-ကံၢ်စီဂ့ၤ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ
- တၢ်ကယူးယီၣ်ဟံကဲ နကလုာ်ခွၢ်, တၢ်ဆဲးတၢ်လၢ ဒီး တၢ်ဘျီတၢ်ဘါ လုာ်လၢတဖၣ် ဒီး တၢ်စ့ၢ်တၢ်န့ၢ် တဖၣ်
- နကဒီးန့ၢ်ဘၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢ နန့ၢ်ပၢၢ်အီၤသ့ ဒီး နဒီးန့ၢ် ပၤတၢ်ကျိးထံတၢ်တဂၤသ့ ဖဲနမ့ၢ်လိာ်ဘၣ်အီၤအခါ
- တၢ်ကဟ့ၣ်လီၤန့ၤ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢအကဲဘျုးလၢ နဂီၢ် ဒိသိးကမၤတၢ်ဃုထၢတဖၣ် ဘၣ်ဃးဒီး ကျိၤကျဲၤ လၢကမၤဂ့ၤထီၣ်နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့
- တၢ်ကဟံၣ်ထံသမံသမိးန့ၤ တီတီလီၤလီၤ လၢတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ လၢနလိာ်ဘၣ်အီၤတဖၣ်အဂီၢ်
- နကဟံၣ်ဃုာ်လၢ တၢ်ဆၢတံာ်တဖၣ်အပူၤ ဘၣ်ဃးဒီး နတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ
- တၢ်ကဟံၣ်ဘၣ်ဟံဘၢဒိသဒါ နနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ
- နယုထီၣ် နနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ အလံာ်ကွဲးဒိတခါ သ့
- နတၢ်ပျဲ (တၢ်အၢၣ်လီၤဟ့ၣ်ခွဲး) နနီၢ် တၢ်ကမၤန့ၢ်အီၤ တချုးဟ့ၣ်ဒီဟ့ၣ်နီၤ နနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ တခါဂ့ၤတခါဂ့ၤအခါ
- နယုထီၣ် တၢ်ဆိတလဲ ပၤမၤတၢ်ဖိသ့
- နဂ့ၢ်လိာ်သမၤ တၢ်ကူၤစါယါဘျါသ့
- တၢ်န့ၢ်မ့ၢ်တကြးတဘၣ်လၢနဂီၢ်အခဲအံၤဘၣ်ဒီး နဂ့ၢ်

လိာ်သမၤ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤအံၤသ့ ဒီး ဖဲနအိၣ်ကတံာ် တတီၤသးဝံၤန့ၢ် နဒူးသ့ၣ်ညါပုၤသ့

- ဖဲနတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်အခါ နဂ့ၢ်လိာ်သမၤ ပၤကူၤဖိ တဂၤ မ့တမ့ၢ် ပၤဃုထံတၢ်ဖိတဂၤ အတၢ်အိၣ်ဖဲဒါး အံၤအပူၤသ့
- နဟ့ၣ်လီၤ တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ် တီတီလီၤလီၤသ့ ဒီး တဆိတုာ်စူးကါ ပတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်သ့
- နမ့ၢ်လိာ်ဘၣ်အီၤန့ၢ် ပၤလၢကမၤတၢ်လၢနဂီၢ် ဒီး ပၤလၢကဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၤတဂၤ (ပၤတီၢ်စၢၤတံာ်တဂၤ) န့ၢ် နယုထၢအီၤသ့
- နထၢန့ၢ်လီၤ ပၤအကါဒိၣ်လၢအဂီၢ်လၢနတၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲအပူၤသ့

## တၢ်လၢနကဘၣ်သ့ၣ်ညါအီၤ-

- နမ့ၢ်စါခဲလၢ တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်တခါအဂီၢ်န့ၢ်, ပဟ့ၣ်လီၤန့ၤ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ လၢလၢပျဲပျဲ ဖဲတၢ်ဆၢကတီၢ်အံၤ တမ့ၢ်ကသ့ဘၣ်
- နဟဲဆူ တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်တဖၣ် မ့ၢ်တတုၤဝဲ တလီၢ်လီၢ် လၢတအိၣ်ဒီးတၢ်ဒူးသ့ၣ်ညါပုၤတၢ်ဂ့ၢ်အံၤ ဘၣ်န့ၢ်, ပဆဲးဟ့ၣ်လီၤန့ၤ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ် တမ့ၢ်ကသ့ဘၣ်
- လၢလၢတၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်အယိ ပဂ့ၢ်လိာ်သမၤ တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤသ့လီၤ-
  - နမူၤသံး မ့တမ့ၢ် မူၤလၢကသံၣ်မူၤဘျိး
  - နမၤနုၤသးရၢၢ်ရၢၢ်စၢၢ်စၢၢ် ဒီး မၤတရီၤတပါ ပၤမၤတၢ်ဖိ
  - နတဲပျဲတၢ်ဖုးတၢ် လၢကမၤဘၣ်ဒိဆါပုၤတဂၤဂၤ
  - နမၤအ့ၣ်န့ၣ်ပယု ပုၤတဂၤဂၤ ဘၣ်ဃးဒီး မ့ၢ်ခွါသ့ၣ်ထံးတၢ်ဘၣ်ထွဲ

## တၢ်လၢပဆၢမ့ၢ်လၢအီၤလၢနအိၣ်-

- တၢ်ဟဲတုၤဆူ နတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ်တဖၣ် ဘၣ်ဆၢဘၣ်ကတီၢ်
- နဟဲဆူနတၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတီၢ် မ့ၢ်တတုၤအယိၣ်ဘၣ်ဒီး, ဝံသးစူၤ ဒုးသ့ၣ်ညါဆိဘၣ်ပှၤ အစ့ၤကတၢၢ်တသီတက့ၢ်
- ဒုးန့ၣ်ဖျါထီၣ် တၢ်ယူးယိၣ်ဟံကဲ ဒီး ယူးယိၣ်ဟံကဲ ပှၤလၢနထီၣ်လိာ်သး တၢ်ဂၤလၢလၢ ဖဲနစူးကါပတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်အခါ
- နမ့ၢ်တနၢ်ပၢၢ်တၢ်, လီၤဆီဒၣ်တၢ် ဖဲအလီၢ်အိၣ်လၢ နကဘၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲ လၢ တၢ်ကူစါယါဘျါတမံၤတမ့ၢ်အဂီၢ်အခါ, ဃုးအါထီၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါ
- ပပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် မ့ၢ်လဲၤဆူနဟံၣ်အခါ, ဝံသးစူၤ မၤလီၤတၢ်လၢ အဝဲသ့ၣ် ကပူၤဖျဲးဒီး တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တက့ၢ်. တၢ်အံၤဟံၣ်ဃုးဒီး တၢ်ဟံၣ်ဆၢဖိကီၢ်ဖိဘၣ်ကွၢ်ကီတဖၣ်လၢတၢ်လီၢ်အယံၤ, ဒီး တၢ်တအိၣ်ဖိ ဖဲပပှၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ် အိၣ်ဒီးန့ၣ်အဆၢကတီၢ်

- လူၤဟိံမၤထွဲ တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး လၢနဆူၣ်ချူၣ်ဂီၢ်ပှၤမၤတၢ်ဖိ ဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်တဖၣ် ပၢၢ်တုၤလၢနမၤအီၤသ့အဂ့ၢ်ကတၢၢ်အပတီၢ်
- နမ့ၢ်တဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ပှၤ တၢ်လၢပကဘၣ်သ့ၣ်ညါအီၤတဖၣ် ဘၣ်ဃးဒီး နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူၣ်န့ၣ် ပမၤစၢၤန့ၣ်တသ့ဘၣ်
- မၤစၢၤပှၤ လၢကပၤဃာ် ပတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ် ဒ်သိးကမ့ၢ်တၢ်လီၢ်လၢအပူၤဖျဲးဒီးတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ် လၢပှၤကိးဂၤအဂီၢ်-
- ယူးယိၣ်ဟံကဲ ပှၤအဂၤတဖၣ် ဒီးအဝဲသ့ၣ် အနီၢ်တဂၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်အိၣ်သဒံၣ်အိၣ်သဒါ ကိးဆၢကိးကတီၢ်ဒီးတက့ၢ်
- ဖဲနနီၢ်ကစၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ် ဆိတလဲၤသးအခါ ဒုးသ့ၣ်ညါဘၣ်ပှၤတက့ၢ်
- ကွၢ်ထွဲ တၢ်ပီးတၢ်လီၤတဖၣ် လၢပဟ့ၣ်ဒီးသူန့ၣ် လၢတၢ်ကူစါယါဘျါ အတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်အဂီၢ် တက့ၢ်



# တၢ်ကတိၤခဲးန့ၢ်တၢ်

ပုၤကတိၤခဲးန့ၢ်တၢ်တၢ်ကတိၤန့ၢ်မ့ၢ်ဝဲ ပုၤတၢ်ကတိၤလၢ အမၤတၢ်လၢန့ၢ်ဂီၢ်ဒ် သိးကမၤစၢၤန့ၢ်လၢကတိၤန့ၢ်ဘၣ် တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤလၢန့ၢ်လိာ်ဘၣ် အီၤတဖၣ်န့ၢ်လီၤ.

အဝဲသ့ၣ်မၤစၢၤန့ၢ် လၢကတိၤန့ၢ်ပၢၢ်န့ၢ်တၢ်ကတိၤန့ၢ်တဖၣ်ဒီးမ့ၢ်ဒါတဖၣ် လၢအဘၣ်ထွဲဒီး နတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ သ့စ့ၢ်ကိးန့ၢ်လီၤ.

ပုၤကတိၤခဲးစၢၤတၢ်တၢ်ကတိၤ ကမ့ၢ်ဝဲ-

- တံၤသကိးတၢ်ကတိၤ
- ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်ကတိၤ
- ပုၤတၢ်ကတိၤလၢ ပုၤကတိၤခဲးစၢၤတၢ်အကရၢ

IPC Health အံၤအသးခူလၢန့ၢ်ကယုၤန့ၢ်ပုၤကတိၤခဲး န့ၢ်စၢၤတၢ် တၢ်ကတိၤလီၤ.

ပကမၤစၢၤန့ၢ် ဒ်သိးကမၤန့ၢ်ဘၣ် ပုၤကတိၤခဲးတၢ်တၢ်လၢအကြး ဝဲလၢန့ၢ်ဂီၢ် တၢ်ကတိၤန့ၢ်လီၤ.

န့ၢ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးလၢ ကဟဲကိး နတံၤသကိး မ့ၢ်တမ့ၢ် ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်ကတိၤ ဆူ တၢ်သ့ၣ်ဆၢဖးကတိၤတဖၣ် မ့ၢ်တမ့ၢ် န့ၢ်မ့ၢ်အိၣ်ဒီးလၢ အဝဲသ့ၣ် ကဟဲယုၤလၢ နတၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲအပူၤန့ၢ် ဝဲသးစူၤ တဲသကိးတၢ် ဒီး န IPC Health ပုၤမၤတၢ်ဖိတက့ၢ်.

နဆဲးကျိး တၢ်ကတိၤခဲးတၢ်ကရၢ ဒီး ဃုထီၣ်အဝဲသ့ၣ် လၢကမၤ တၢ်အံၤလၢန့ၢ်ဂီၢ် သ့စ့ၢ်ကိးန့ၢ်လီၤ.

# တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတၢ်တဖၣ်

ပုၤကမ့ၢ်ပုၤတိၤစၢၤမၤစၢၤတၢ်အဝဲဒၤ (Office of the Public Advocate) လီၤတဲမိ- 1300 309 377  
publicadvocate.vic.gov.au

ပုၤသးပုၤ တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲ တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတၢ် (Aged care advocacy) ဆဲးကျိးကလီ- 1800 200 422  
myagedcare.gov.au

ပုၤသးပုၤတၢ်ခွဲးတၢ်ယာ်တဖၣ် တၢ်တိၤစၢၤမၤစၢၤတၢ် (Elder Rights Advocacy) ဆဲးကျိးကလီ- 1800 700 600  
era.asn.au

တၢ်ဟံးဂ့ၢ်ဝီၤမၤတၢ်ဘၣ်ဃးသးနီၤခိတဆူၣ်တချ့တလၢတပုၤ ဃုာ်ဒီး ကလုာ်ဒူၣ်ပုၤတၢ်ဝဲတဖၣ် (Action on Disability with Ethnic Communities)ဆဲးကျိးကလီ- 1800 626 078  
adec.org.au

## လီၤတဲမိနီၣ်ဂံၢ်အကါဒိၣ်အဂၤတဖၣ်

ဆူၣ်ချ့ဂ့ၢ်ဝီၤ တၢ်ဆိးထီၣ်တၢ်သးတမံတဖၣ် ဒိၣ်မံးရှုန့ၢ် (Health Complaints Commissioner)လီၤတဲမိ- 1300 582 113  
hcc.vic.gov.au

အိးစတြလယါ တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ အဝဲဒၤဒီး ဒိၣ်မံးရှုန့ၢ် (Office of the Australian Information Commissioner) လီၤတဲမိ- 1300 363 922  
oaic.gov.au

ဟံၣ်ဖိဃီဖိ, တၢ်တက့ၢ်ဒိၣ်ဆဲးအါစ့ၢ်တၢ် ဒီး ဟံၣ်ဖိ အဝဲကျိၤ (Department of Families, Fairness and Housing)လီၤတဲမိ- 1300 475 170  
dffh.vic.gov.au

ဆူၣ်ချ့ဝဲကျိၤ လီၤတဲမိ- 1300 650 172  
health.vic.gov.au

The Victorian Ombudsman ဆဲးကျိးကလီ- 1800 806 314  
ombudsman.vic.gov.au

ဘံးထီၣ်ရံၤ တၢ်ခွဲးတၢ်ယာ် တုၤသိးပုၤသိး ဒီး ပုၤကူပုၤကညီ တၢ်ခွဲး တၢ်ယာ်တဖၣ် ဒိၣ်မံးရှုန့ၢ် (Victorian Equal Opportunity & Human Rights Commission)လီၤတဲမိ- 1300 292 153  
humanrightscommission.vic.gov.au

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူၣ်ညါအဂီၢ်, ဆဲးကျိးဘၣ် န IPC Health တၢ် သူၣ်ထီၣ် လၢအအိၣ်ဘူးကတၢၢ်ဒီးန့ၢ် လၢတၢ်ဟံၣ်ဖိဖျါအီၤလၢ လံာ် ဟ့ၣ်တၢ်ကစီၣ်တဘျီအံၤအချ့ၤ န့ၢ်တက့ၢ်.

# တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ်

ပအဲၣ်ဒီးသ့ၣ်ညါနတၢ်ဆိကမိၣ် ဘၣ်ဃးဒီး ပတၢ်တိစၢၤ မၤစၢၤတဖၣ် ဒီး တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်တဖၣ်လီၤ. ပဒီးသန့ပသးလၢ နတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ် အဖီခိၣ် ဒ် သိးကမၤဂ့ၤထီၣ် ပတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်လီၤ.

- နကွဲးလီၤ နတၢ်ထံၣ်တဖၣ် ဒီး ထၢန့ၣ်လီၤအိၤလၢ တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ် အတလၢအပူၤ ဖဲတၢ်အိၣ်ခိးတၢ်ဒီးအပူၤ သ့ဝဲလီၤ
- နတဲသကိးတၢ်ဒီး ပုၤမၤတၢ်ဖိတဂၤလၢလၢ လၢမံၣ်သကိးမံၣ် မ့တမ့ၢ် လၢလီၤတဲစိ သ့ဝဲလီၤ
- ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် ပကမၤနမၤပုၤ ပုၤစူးကၢၤဖိတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဆၢက့ၤတၢ် အတၢ်ဃိထံ (Client Feedback Survey) ဘၣ်ဃးဒီး ပတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်လီၤ.တၢ်ဃိထံအံၤ သံကွၢ်ဝဲ တၢ်သံကွၢ်တဖၣ် လၢကမၤစၢၤပုၤ ဒ်သိးကတိာ်ကျဲၤ ဒီး ကွၢ်ကဒါက့ၤ ပတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤတဖၣ်လီၤ

- နမ့ၢ်အဲၣ်ဒီး တၢ်ပီၣ်တဲသကိး တၢ်ဘၣ်ယိၣ်တမံၤလၢလၢ ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤအံၤန့ၣ် တၢ်တူၢ်လိာ်မ့ၢ်န့ၣ် လၢကယဲကိးပုၤလၢကမၤစၢၤန့ၣ်တဂၤလၢလၢ န့ၣ်လီၤ
- နမ့ၢ်တသးမံသးမ့ၢ် ပတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤ တမံၤတမ့ၢ်အဃိ, နဆိုးထီၣ်တၢ်သးတမံ သ့ဝဲန့ၣ်လီၤ.ဆဲးကျိး IPC Health တၢ်သ့ၣ်ထီၣ် လၢနလဲၤဒီးပုၤသး ဒီး ဃုကတိာ်တၢ်ဒီး တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ မ့ၢ်ဒါခိၣ် (program manager), ပုၤန့ၣ်တၢ် မ့တမ့ၢ် ပၤဆုၤ တၢ်ခိၣ်န့ၢ်ဒိၣ် (chief executive officer) တက့ၢ်
- နဆဲးကျိး ဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီ တၢ်ဆိုးထီၣ်တၢ်သးတမံတဖၣ် ခိၣ်မံးရှန့ၣ် (Health Complaints Commissioner) လၢ 1300 582 113 သ့စ့ၢ်ကိးလီၤ

# တၢ်သံကွၢ်အဂုၤအဂၤအိၣ်တမံမံၤဒါ?

တၢ်သံကွၢ်အဂုၤအဂၤမ့ၢ်အိၣ်ဒီးန့ၣ် တမံမံၤလၢဘၣ်ဃးဒီး မ့ၢ်တၢ်မန့ၣ်ကမၤအသးဒီး နတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ ဖဲန့ၣ်အိၣ်လၢ ပတၢ်အဲးထွဲကွၢ်ထွဲအပူၤအဆၢကတီၢ် မ့တမ့ၢ် နမ့ၢ်အဲၣ်ဒီးကွၢ် နဆူၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်ဝီတၢ်အဲးထွဲကွၢ်ထွဲ အတၢ်မၤနီၣ်န့ၣ် ဝံသးစူး တဲသကိးတၢ်ဒီး ပ IPC Health ပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်တက့ၢ်.

လၢကမၤန့ၢ် တၢ်ဟံၣ်ဘၣ်ဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအသန့ အလံာ်ကွဲးဒိ တမံအခီၢ်, လဲၤဆူ [humanservices.gov.au/customer/privac](https://humanservices.gov.au/customer/privac)



