



ပုၤကွၢ်ထွဲတၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကိးနၢတဂၤ ကယုစၢၤနၢ ဟံၣ်လၢနကအိၣ် အဂီၢ် ဖဲနဟဲတုၤလၢ အီးစံးထွဲလ်ယၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.



ဘၣ်တဘၣ် ကမ့ၢ်ဒၣ်ဟံၣ်လၢ နကအိၣ်အိၤ တစီၢ်တလီၢ် အဂီၢ် န့ၣ်လီၤ.



နကလိၣ်ဘၣ် ဟံၣ်လၢနကအိၣ်ဘၣ်ဖးယံာ် မ့တမ့ၢ် လီၤစီၤ – တၢ် လီၢ်လၢ နကအိၣ်ဘၣ်ဖးယံာ်.



တၢ်လၢနကဘၣ်မၤ ဖဲနဟဲတုၤသီလၢ အိစံးထွဲလ်ယၣ် ၆လီအတီၢ်ပူၤ တဖၣ်.



နယုတ်လီလ၊ နကအိတ်ဘတ် ဒီဖျိ-

- တၢ်ကွၢ်ထွဲဟံၣ်ဒိပနံၣ်/ကရၢ်ကရိ



- နပှၢလၢမၤစၢၤနၢ



- နပှၢလၢကိးနၢ



- နတံၤသကိးတဖၣ်

# ဟံၣ်ဃီအကလုာ်တဖၣ်



လၢအီးစၢ်တြၢလ်ယၣ်အပူၤ ဟံၣ်အိၣ်ဝဲအါကလုာ်န့ၣ်လီၤ.

လၢဝုၢ်ဒိၣ်အပူၤန့ၣ် ဘၣ်တဘၣ် ပှၤကအိၣ်လၢ-

- တၢးဖးထီအပူၤ

- ဟံၣ်ထီဟီး ဖးဒိၣ်တဖၣ်အပူၤ

မ့ၢ်ပှၤအိၣ်လၢ ဝုၢ်ချၢတဖၣ် ဘၣ်တဘၣ်အဝဲသ့ၣ်ကအိၣ်လၢ-

- ဟံၣ်ဆံးဆံးဖိ

- ဟံၣ်ဖးဒိၣ်

- ဟံၣ်ယူၢ်နံးလၢအအိၣ်ဘူးလိာ်သးတဖၣ်



ပျံအိပ်လခိတဖၣ် ဘၣ်တဘၣ်ကအိၣ်လၢ-

- စံၣ်အဟံၣ်



- ဟံၣ်ခိးထုး

ဟံၣ်လၢအိးစၢထွၣ်ယၣ်အပူၤတဖၣ်အါတက့ၢ်အိၣ်ဒီး-



- တၢ်ဖိမ့ၤလီၢ်



- တၢ်အိၣ်သကိးအလီၢ်



- တၢ်ဆူၣ်တၢ်အလီၢ်



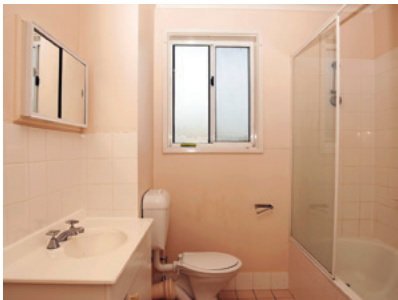
- လိပ်မံဒေးတနီ



- တၢ်လုၢ်ထံလီၢ်



တၢ်လုၢ်ထံဒေးတဖၣ် အါတက့ၢ်အိၣ်ဒီး တၢ်လုၢ်ထံအဘိန့ၣ်လီၤ. တၢ်လုၢ်ထံဒေးတနီၤ အိၣ်ဒီးတၢ်စုၣ်လီၤသးလီၢ်န့ၣ်လီၤ.



တၢ်ဟးလီၢ် အိၣ်လၢ-

- တၢ်လုၢ်ထံဒေးပူၤ



- ဒေးဖိတဖျၢၣ်လၢအအိၣ်ယံၤဒီးတၢ်လုၢ်ထံလီၢ်

## တၢ်အိၣ်ဒီးလဲဟံၣ်



တၢ်ဟ့ၣ် ဟံၣ်ကစၢ်စ့ လၢကအိၣ်ဘၣ်အဟံၣ်အဂီၢ်န့ၣ်ဘၣ်တၢ်ကိးအီၤ လၢ တၢ်ဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ်လဲန့ၣ်လီၤ.



လၢနကအိၣ်ဘၣ်လၢဟံၣ်တဖျါအပူၤအဂီၢ် နကဘၣ်ဒီးလဲအီၤန့ၣ်လီၤ.



နဟ့ၣ်ဟံၣ်လဲဒီဖျါ-

- နတၢ်ဟဲန့ၣ်-စ့လၢနဒီးန့ၣ်ဘၣ်လၢ နမၤတၢ်အယီ



- စ့လၢ ဘၣ်တဘၣ်နဒီးန့ၣ်ဘၣ်အီၤလၢ Centrelink



လၢအိးစံးတြုလ်ယၢ်အပူၤ ဟံၣ်အလဲတဖၣ် ဒိၣ်မးန့ၣ်လီၤ.

နကအိတ်ဘတ် ဟံဉ်ဒ်လဲဉ်ဒီးကဒိဉ်ထဲလဲဉ်န့ဉ် ကဒီးသန့အသးလၢ-



- ဝှ်လၢနအိတ်လၢအပူၤ



- နအိတ်ဖဲဝှ်ပူၤဖဲလဲဉ်တကပၤ



- နဟ့ဉ်ဟံဉ်လဲကန့ဉ်ထဲလဲဉ်



ဟံဉ်လဲဆဲး မ့အိတ်လၢ-

- ဝှ်ချၢ - တၢ်လီၢ်လၢဝှ်အချၢ
- ဝှ်ဖိလၢအယံၤတဖဉ်

ဟံဉ်တဖဉ်စ့ၢ်ကိးကဒိဉ်န့ဉ်လီၤ.

လၢကအိၣ်ဘၣ်ဟံၣ်အဂီၢ်နကဘၣ်-



- ဆဲးလီၤမံၤလၢ လၢကဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ်



- ဟ့ၣ်ဟံၣ်လဲၣ်ကီၤ



- လၢအထဲသီး ဟံၣ်လဲတလါအဂီၢ်

ဆဲးလီၤမံၤလၢကငါဟံၣ်



တၢ်ငါအိၣ်ဟံၣ်လံာ်န့ၣ် မ့ၣ်သဲးလံာ်တီလံာ်မိ မ့တမ့ၢ် လံာ်ပံးဃာ်လၢ-

- နၤ - ပှၤဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ်ဖိ
- တၢ်စုလီၢ်ခိၣ်ခိၣ်ကစၢ် - ဟံၣ်ကစၢ်အဘၢၣ်စၢၤ



လံာ်ပံာ်ဃာ်အဝဲအံၤ မ့ၢ်တၢ်ဒီတဒၢလၢ နၤဒီးဟံၣ်ကစၢ်န့ၣ်လီၤ.



ကွဲးပျဲထိပ်ဝဲလၢ

- နကဘဉ်ဟ့ၣ်ဟံၣ်လဲထဲလဲၣ်လၢ



- နကဘဉ်ဟ့ၣ် ဟံၣ်လဲအခါဖဲလဲၣ်



- နကအိၣ်ဆံးယံၣ်လဲၣ်



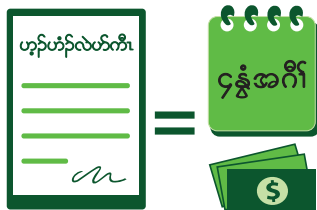
- မတၤကဟ့ၣ်တၢ်အလဲဒ်အမ့ၢ် –

- ☐ ထံ
- ☐ မ့ၣ်အူ
- ☐ ကံသဝံ
- ☐ လီၤတဲစိ

## ဟုန်ဟုန်လဲဟ်ကီု



ဖဲနဆးလီုလံာ်သံးဃာ်လၢ ကဒိးလဲအိၣ်ဟံၣ်န့ၣ် နကဘၣ်ဟုၣ်  
ယုၣ် ဟံၣ်လဲဟ်ကီုန့ၣ်လီု.



ဟံၣ်လဲဟ်ကီုန့ၣ် တၢ်ဟုၣ်အိၣ်ထတၢ်ခါဇးလီု.  
လီုလၢထဲသိး ဟံၣ်လဲ၄နွံအဂီၢ်လီု.



အကဟုၣ်န့ၣ်န့ၣ်တလၢာ် နမ့ၢ်-

- မၤဟးဂီၤတၢ်တမံမံၤ



- ဟးထီၣ်ကွၢ် တချုးနံၤသီဘၣ်

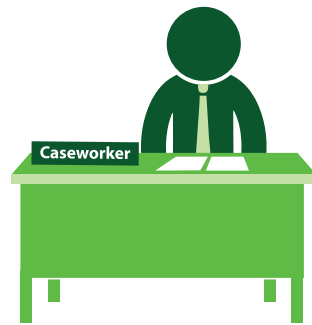


နကဒိးန့ၣ်ဘၣ်က့ၤဟံၣ်လဲဟ်ကီု-

- ဖဲနဟးထီၣ်ကွၢ်လၢ ဟံၣ်ပူၤအခါ တၢ်ခဲလၢာ်ဘၣ်လီၢ်ဘၣ်စး
- တမၤဟးဂီၤတၢ်လၢဟံၣ်ပူၤနီတမံၤ
- တမၤဟးဂီၤ တၢ်ဒိးလဲအိၣ်ဟံၣ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီ



ဘဉ်တဘဉ် နဒီးန့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလၢ ဟံၣ်လဲၣ်ပၢ်ကီၤအဂီၢ်သ့.



နယုတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢ -

- ပှၤကွၢ်ထွဲနၤ



- ဟံၣ်ယီၤတၢ်မၤစၢၤကရၢ



နဘဉ်ဟ့ၣ်ဟံၣ်လဲၣ်ဒီးတၢ်လၢ်အဂၤ လၢနဆိးကါအီၤအလဲ တဖၣ် ဘဉ်ဆၢဘဉ်ကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.



နမ့ၢ်တဟ့ၣ်ဟံၣ်လဲဘဉ်ဆၢဘဉ်ကတီၢ်ဘဉ်န့ၣ် ဘဉ်တဘဉ် န ကဘဉ်ဟးထီၣ် - တၢ်နီၤဟးထီၣ်ကွၢ်.



နမ့ၢ်တဟ့ၣ် တၢ်လၢနဆိးကါအီၤလၢ်တဖၣ်အလဲန့ၣ် ဘဉ်တ ဘဉ် တၢ်ကပတုၣ်ကွၢ်အီၤန့ၣ်လီၤ.

## အိပ်လာနဟံဉ်ပူ



ဟံဉ်ကစၢ် အိဉ်ဒီးတၢ်ခွဲးတၢ်ယၢ်လၢ အကဟဲဟးဒီးကွၢ်ဟံဉ် ဖဲ နဒီးလဲအိဉ်အီၤ အဆၢကတီၢ်န့ဉ်လီၤ.



တချုးအဟဲန့ဉ် ဟံဉ်ကစၢ်ကြးဒုးသ့ဉ်ညါ ဆိနၤန့ဉ်လီၤ.



ဟံဉ်ကစၢ်ကဟဲကွၢ်ဝဲ မ့ၢ်-

- နမၤကဆွဲကဆိဟံဉ် ဒီးဟံဉ်ကရၢၢ်တဖဉ်စ့ၢ်ခါ



- တၢ်ဟးဂီၤအိဉ်တမံၤမံၤခါန့ဉ်လီၤ



ဟံၣ်လၢနငါအိၣ်အီၤအံၤ နမ့ၢ်တမၤကဆဲးကဆိအီၤဘၣ်န့ၣ်-

- ပုၤလၢနဃၤကတၢၢ်ထီၣ်န့ၤ



- ဟံၣ်ကစၢ်နီၤဟးထီၣ်ကွံာ်န့ၤ သ့လီၤ

## ၆ နမူနာပူးဒီးလဲအိပ်ဟံဉ်ဖိတဂါ တၢ်လၢနကဘဉ်မၤတဖဉ်



ဟ့ဉ်ဟံဉ်လဲဘဉ်ဆါဘဉ်ကတီၢ်.



ကွၢ်ထွဲဟံဉ်.



တၢ်မ့ၢ်ဟးဂီၤတမံၤမံၤန့ဉ် ဖူးသ့ဉ်ညါဟံဉ်ကစၢ်.



နမူၢ်ဘဉ်သးဆီတလဲၤ တၢ်လၢဟံဉ်ပူၤတမံၤမံၤန့ဉ် နကဘဉ် ယုဆိအခွဲးလၢ ဟံဉ်ကစၢ်.

အဝဲသ့ဉ် မ့ၢ်ဟ့ဉ်နၢအခွဲးမး နမၤအီၤသ့.



နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်တိၣ်လၢ၊ နကသုးသးန့ၣ် နကဘၣ်ဒုးသ့ၣ်ညါ  
ဆိ ဟံၣ်ကစၢ်၄နွံတချုးနဟးထီၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ.



လၢတၢ်ဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ်လံာ်သံးယၢ်အပူၤ ကတဲဝဲလၢ ပှၤအိၣ်လၢ  
ဟံၣ် သ့ၣ်ၤဂၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တဘၣ်ဒီးဒီးလဲလီၤဒၢးဆူပှၤဂၤ မ့တမ့ၢ် တူၢ်လိာ်ပှၤတမ့ၢ်လၢ ကဟဲ  
အိၣ်လၢ နဟံၣ်ဖးယံာ်တဂ့ၤ.



ဆိကမိၣ်န့ၢ်တၢ်လၢ ပှၤလၢနခိၣ်ယၢၤအဂီၢ် ဒီးတၢ်လၢနမၤတဖၣ် က  
ဘၣ်ဒိအဝဲဒ်လဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



ဟံၣ်ကီၤယၢ်တၢ် - တၢ်ဟံၣ်တၢ်အလဲဒီးလံာ်တီၤလံာ်မီၤအဂၤ - လၢအ  
ဘၣ်ထွဲဒီးနတၢ်ဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ် ဒ်သိးတၢ်ဂ့ၢ်ကိမ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်တမံၤမံၤ န  
ဘ့ၣ်လီၤအိၣ်တဘျီယီၤကန့ၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်.



နမ့ၢ်ဟးထီၣ်ကွံာ် တၢ်ချုးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢာ်န့ၣ် ဟ့ၣ်တၢ်လၢနဆိး  
ကါတ့ၢ်တဖၣ်အလဲတက့ၢ်.

# တၢ်လၢဟံၣ်ကစၢ်ကဘၣ်မၤတဖၣ်

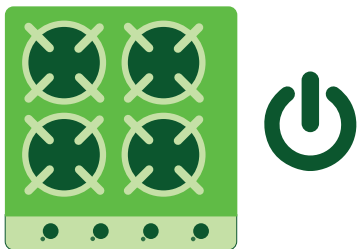


# တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၤ

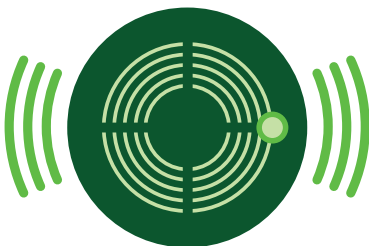


ထီၣ်တၢ်ကးတၢ်ဃာ် -

- တၢ်
- ဝဲတၢ်



နမ့ၢ်တဖၣ်အိၣ်တၢ်ဘၣ်န့ၣ် မၤသံကွံၣ်မ့ၣ်အူဖၣ်အိၣ်တၢ် ထီၣ်တၢ်ကး.

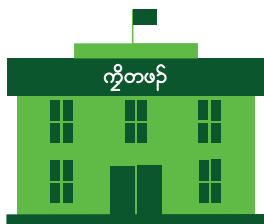


ဒ်သီးနစးမ့ၣ်အူလုၢ် ကမၤတၢ်ထီၣ်အဂီၢ် ကွၢ်အီၤတက့ၢ်.  
ထၢန့ၣ်လီၤ ဒးခဲအ့ၣ်အသီ - ဖဲလိတဘျီတက့ၢ်.

## တၢ်ဆဲးနီၣ်ဟံၣ်



ဒ်သိးနကအိၣ်ဒီး တၢ်ဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ် တၢ်လဲၤခီဖျိလၢ အဂ့ၤအဂီၢ် ဆိး ကါတၢ်ဆဲးနီၣ်အံၤတက့ၢ်.



မၤသ့ၣ်ညါသးလၢ လိၢ်ကဝီၤလၢနအိၣ်လၢအပူၤ ဒီးတၢ်လၢ အအိၣ် ဘူးဒီးနဟံၣ် ဒ်အမၤ-

- ကိုတဖၣ်



- တၢ်လဲၤတၢ်က့ၤ



- ကျးတဖၣ်



ဘၣ်သ့ၣ်ညါ တၢ်ဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ် လံာ်ဃံးဃာ်အံၤ ယံာ်ထဲလဲၣ် ဒီးက ဝံၤဝဲအခါဖဲလဲၣ်.



ဘဉ်သုဉ်ညါ တၢ်ဟ့ၣ်ဟံၣ်လဲၣ်ဂ့ၢ်ကျိၤခဲလၢၣ် ဖဲအမ့ၢ်-

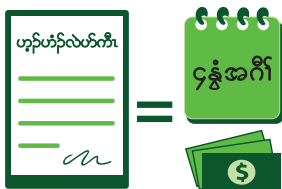
- ဘဉ်ဟ့ၣ်ထဲလဲၣ်



- ပဲၤဘျီလဲၣ်



- အခါဖဲလဲၣ်



ဘဉ်သုဉ်ညါ မ့ၢ်နကဘဉ်ဟ့ၣ် ဟံၣ်လဲၣ်ဟံၣ်ကီၤထဲလဲၣ်.

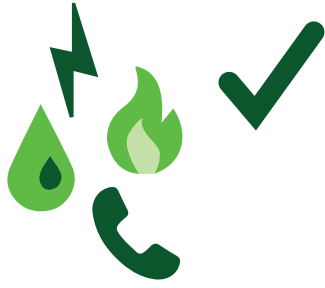
ဟံၣ်လဲၣ်ဟံၣ်ကီၤန့ၣ် အါတက့ၢ် လီၤလၢထဲသိးလၢ ဟံၣ်လဲၣ်၄နွံအဂီၢ်.



ဘဉ်သုဉ်ညါ နမ့ၢ်ဟးထီၣ်ကွံာ်ဟံၣ် တချုးအဆၢကတီၢ်ဘဉ်န့ၣ် န ကဘဉ်ဟ့ၣ်အါထီၣ်စ့.



နၢ်ပၢၢ် တၢ်လၢ ပုၤဒီးလဲအိၣ်ဟံၣ်ဒီးဟံၣ်ကစၢ် ကဘဉ်မၤတဖၣ်.



မာတၢ်ဟဲထီၣ်န့ၣ်န့ၣ် တၢ်လၢနလိာ်ဘၣ် ဒ်အမ့ၢ်-

- ထံ
- လီမ့ၣ်အူ
- ကံသဝံ
- လီတဲစိ



ကွၢ်ထွဲ တၢ်လၢနဖိတဖၣ် မၤအီၤတက့ၢ်.



နဆၣ်ဖိကီၢ်ဖိမ့ၢ်အိၣ်န့ၣ် ကွၢ်ထွဲအီၤတက့ၢ်.



မၤကဆိနဟံၣ်ဒီးကရၢၢ်တက့ၢ်.



ဒ်သိးအသုတကဲထီၣ် တၢ်ကီတၢ်ခဲလၢ ပှၤအိၣ်လၢနယၤအဂီၢ်တဂ့ၤအဂီၢ် မၤသိၣ်တၢ်အါအါတဂ့ၤ.



ဖၢနၣ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်လၢ တၢ်ကမ့ၢ်အဖၢပူၤတဖၣ်တက့ၢ်.

ဟံလီၤဆီ တၢ်တမ့ၢ်လၢတၢ်ဆူးကါက့ၤအီၤလၢခံသ့ ဒ်အမ့ၢ်-

- စးခိဒီးစးခိဒါ
- တၢ်လၢဘၣ်တၢ်ဘျီအီၤလၢမဲၣ်ကလၢ
- ဖျးစတုးတက့ၢ်

