

တၢ်လၢ်ဒုးဒိၣ်ထီၣ်ဖိသၢ်လၢအပူၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးတၢ်သ့ၣ်ဖုံသးညီ
လံာ်န့ၣ်ကျဲလၢမိၢ်ဟံၤဒီးပုၤလၢအလၢ်ဒုးဒိၣ်ထီၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသၢ်ဆံးတဖၣ်အဂီၢ်

International Organization for Migration
ဒီးမတနွဲယၢ်တၢ်ကူစါယါၤသျှါကဟုကယၢ်သးတၢ်ဆါဝဲၤကျိၤ



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



ပဲတဖန် လာအ မှီမိပါဒီးပု လာအ လှိုဒုးဒိင်ထီင်က ဟုကယာ်အံးထွဲကွာ်ထွဲဖိဆံးတဖန် နှင်မုာ်ပု သုင်တဖန် လာအ ကါဒိင်က တာ် လာဖိ သင်အ တာ်အိင်မုပု လီၤ.

လီၤဆီဒ်တံာ်တံာ်ဆါက တီကီခဲဒ်အ မှီကိဝံး-၁၉ တံာ်ဆါ သံတြိုင်ရၤ လီၤသးအ ကတီၢ်, တံာ်ဒုးတံာ်ယါ တံာ်တၢ်ထီင်တံာ် လီၤအ ကတီၢ်ဒီး နှ်ဆါတံာ်မၤအ သးအၤ သီအ ဆါကတီၢ် နှ်လီၤ. ဒ်ပုဒိင်တုင်ဒိင် ပုၤတဖန်အ သီးဖိ သင်တဖန်စ့ကီး လီၤဆီဒ်တံာ် လာတံာ်ကီခဲလံးစ့တံာ် လီၤသးဘဉ်တံာ်တံာ်အ ဆါ ကတီၢ် နှ်တုာ်ဘဉ်တံာ် သးဘဉ်တံာ်တံာ် သုစ့ကီး လီၤ. လာတံာ် နှ်အဃိလာဖိ သင်တဖန်ကဒိင်ထီင် ပုၤဒီး တာ်အိင်ဆုင်အိင်ချု တာ်သုင်ဖုံ သးညီအဂီၢ်အ ကါဒိင် လာပက ဟုင်အီၤ တံာ်သးစ့ၤ, တံာ်ကဟုက ယာ်, တံာ်အံးထွဲကွာ်ထွဲ လီၤတံာ်လီၤ ဆဲးဒီး တံာ်အိင်တံာ်ကွဲအ လာအပုၤ လီၤ.



ဖိ သင်တဖန်မုာ်ဘဉ်ကွာ်ဆါခဲဒ်ဒီးတံာ်သးဘဉ်တံာ်တံာ်သးသဘဉ် ဘုင်တံာ်မံၤဒီးကမၤအ သးဒ်အံၤလီၤ.

- မံၤတန့ၢ်
- တသးစၢ်ဆါလာတံာ်နီတမံၤဘဉ်
- လုၤလံာ်တန့ၢ်ဘဉ်
- တဲာ်လာအခိင်ဆါ, အဟၢဖါပအုးခဲအံၤခဲအံၤ
- သးဖုဒ်ဒီးသးဒိင်ထီင်ညီ
- တရု လိာ်အသးဒီးတံာ်ဖိသ ကိးဖိအိင်ဒီးအိင်ထဲတဂၤ
- မၤအသးဒ်ဖိသ နံးဆံးဖိ လာတကၤကီာ်ဒီးအသးအ နံာ်အ လါဘဉ်
- ပျံၤတံာ်, ဘဉ်ယိာ်ဘဉ်ဘီတံာ်ဆုင်
- အိင်ဒီးဃုး လီၤစၢ်အိင်ခဲဘုးထီအသးဒီးမိပါဒ်မုတမုာ်ပု လာအံးထွဲကွာ်ထွဲအီၤ
- ဟီင်ဆုင်
- ဆံာ်ဆါဘၤလီၤအသး လာလီၤမံခိင်

မိသားစုသည် တစ်ဖန် မှန်ကန်စွာ ဆက်သွယ်နိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သားသမီးတို့သည် အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

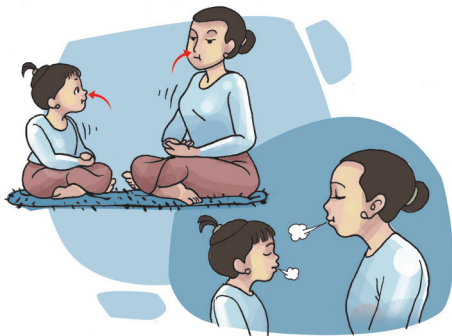
လူတိုင်းသည် အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သားသမီးတို့သည် အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

တစ်ယောက်တည်း သာမက အခြားသူများနှင့် အတူတူ အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

- (၁) ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။
- (၂) ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။
- (၃) သားသမီးတို့သည် အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။
- (၄) မိသားစုတစ်ခုလုံး၏ အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။



ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။



ဒီသမီးသည် အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဟိုကလေးက အားပေးမှုများကို လက်ခံနိုင်ရန် အားပေးပံ့ပိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။





ပ န်ပာ်ဒီးတုာ်လိာ်မိ သဉ် တဖဉ်အ သးတံတုာ်ဘဉ် သုဉ်လီၤ.

တံ သုဉ်ညါတုာ်ဘဉ်သးအ တံတုာ်ဘဉ်ဒိဉ်ဘဉ်တဖဉ် န့ဉ်မ့ဉ်တံ လၢအဂ့ၤတခါလီၤ န့ဉ်ပမၤစၢၤဒုးသုဉ်ညါ အဝဲ သုဉ် သုဉ်လီၤ. ဒိက န့ဉ်အဝဲ သုဉ်တဲနၤတဖဉ်, ဂုာ် ကျဲးစး န်ပာ်အဝဲ သုဉ်အဂ့ၤဒီးဒုးသုဉ်ညါအီၤ လၢန န်ပာ်အ သးအ တံတုာ်ဘဉ်ဒိဉ်ဘဉ်တဖဉ်ဒီးန့ဉ်အိဉ်က တဲာ်ကတီၤန သးလၢနကမၤစၢၤအိဉ်ထွဲအီၤလီၤ န့ဉ် တက့ၢ်.

ဃုသ ကိးတံးစံးဆၢနီၤဖျိ တံကတီၤ သ ကိးတံးဒီးမိ သဉ်စ့ၢ်ကိး သုဉ်လီၤ.

လၢတံကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်အပူၤတံ လၢမိ သဉ်မၤဂ့ၤ ထီဉ်ဉ် သုမ့ဉ်မ န့ၤအိဉ်လဲဉ်န့ဉ်သံ ကွၢ်အီၤတက့ၢ်. တကးဒီးဘဉ်မ့ဉ်အဝဲ သုဉ်လိာ်ဘဉ်မိာ်ပာ်အ တံ မၤစၢၤမၤမိပမၤစၢၤအီၤက သုဉ်လဲဉ်န့ဉ်သံ ကွၢ် သံဒီးနဲတက့ၢ်. မိ သဉ်မ့ဉ်မၤဂ့ၤတံတမံၤမံၤဒီးစံး ပတြၢၤအီၤတက့ၢ်. ဒီဖျိ လၢအဝဲ သုဉ်အ တံမၤအယီတံာ် ကဲဘျူးကဲဖျိအိဉ်လဲဉ်န့ဉ်စံးကတီၤဒုး န်ပာ်အီၤဒီးပမၤစၢၤအီၤ ထွဲမိ သဉ်ဒ် သိးအ တံ သုတံဘဉ်လၢတံ လဲၤဒီဖျိ ကွၢ်ဆၢဉ်မဲာ်တံကိ တံးစံးတဖဉ်ကအါထီဉ်စ့ၢ်ကိး သုဉ်လီၤ.



တံ သိဉ်တံဘျူး လၢအ ကါဒိဉ်တဖဉ်စ့ၢ်ကိးပဒုး သုဉ်ညါ န်ပာ်မိ သဉ် ဖျိဖျိဖျါဖျါ သုဉ်လီၤ.

ဒုး သုဉ်ညါ န်ပာ်မိ သဉ်လၢတံ သိဉ်တံဘျူးတဖဉ်လၢအ ကါဒိဉ်လၢနီၢ်တဂၤအ တံဘဉ်တံဘျူးအဂီၢ် မ့ဉ်ဂ့ၤပုၤအါဂၤအ တံဘဉ်တံဘျူးအဂီၢ်မ့ဉ်ဂ့ၤတက့ၢ်. ပာ်လီၤတံ သိဉ်တံဘျူးတဖဉ်န့ဉ်လၢန ဟံဉ်န့ဉ်စ့ၢ် ကိးဒီးတဲာ်န်ပာ်မိ သဉ်လၢတံ သိဉ်တံဘျူးတဖဉ်အံၤအ ကါဒိဉ်အဂီၢ်န့ဉ်တက့ၢ်.

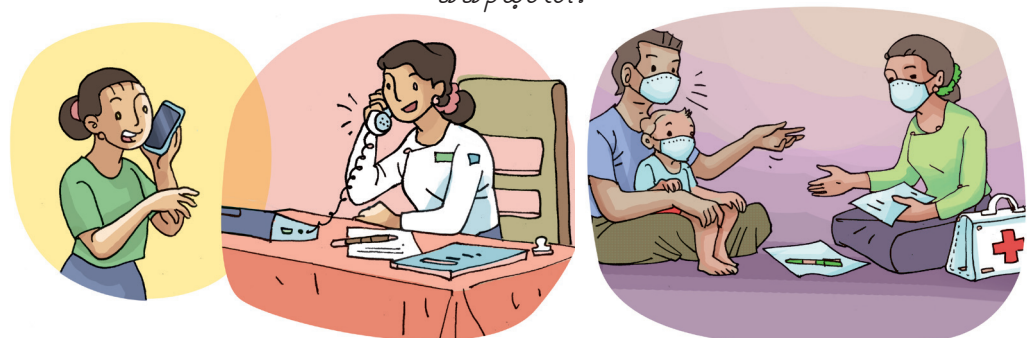


ပမာစာမီ သင်သုခီဖျိပပင်လီ၊ နှိအိတ်ဆာကတီအပတီဖိတဖင် လာကလဲကုမ်းမကိးမုနီအဂီနုင်လီ။

ခိင်ယာ လာအဂါအကျါဒီးမုင်ပာ နုင်ဖိ သင်အိင်ဆိးဒိင်ထီင်ပမုင်လီ။ ခီဖျိ ကိင်ဝံး-၁၉ တ်ဆါ သံ သ
တြိအယိမုင်ဂု၊ ပု၊ စကဝဲဖိတဖင်အတံ သံဘံဘုင်အယိမုင်ဂု၊ နု ဆာင်တံမါအ သးကိခဲအယိမုင်ဂု၊
တံအိင်အ သးကိခဲတဖင်နုင်မါဘင်ဒိဖိ သင်တဖင်ကိးနု၊ တံအိင်မုဒီးအတံဟူးတံဂါအတံလဲ
တရံးအ သးနုင်လီ။ လာတံမါအ သးဒ် သိးအံအဖိခိင်နုင်ဒ် သိးဖိ သင်တဖင်အ သးကဘင်မုင်ဝဲ
ကအိင်ဆုင်အိင်ချ လာနီခိ လာနီ သးအဂီပမာစာမီခီဖျိ တံပင်လီ၊ နှိအိတ်ဆာကတီအပတီဖိ
တဖင်ဒ်အမုင်အိင်အ ဆာကတီ၊ ဖဲအဆာကတီ၊ ဂါ လိင်ကွဲအဆာကတီ၊ မါ လိလံင်ကတီ၊ မါ စာမီပံ
ကတီ



ဖိ သင်တဖင်နုင်လိင်ဘင်ဝဲပ တံမါစာမီအါနှိဒ်းပ ဆိကမိင်ပ နုင်အါစုအါဘျီမါအ သးသုလီ။
ပမုင်တန်ပဂီဖိ သင်အတံအိင်အ သးဂု၊ ဘင်ဒီးပယုတံမါစာ လာပု၊ ကုင်ဘင်ကုင်သုတဖင်
အအိင်သုဝဲလီ။



လာတာ လှမ်းဒိုင်ထိုင်ဖိ သင်ဒ် သီးကပွဲဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချူ တၢ်သုၣ်ဖုံ သးညီအဂီၢ်
အကါဒိုင်လၢပကဘၣ်အံးကွၢ်ဖွဲပနီၣ်ကစၢ်ဒၣ်ဂ့ၤဂ့ၤစ့ၢ်ကီးလီၤ.

ယၤယၤယၤယၤ



ယၤ ဒီးယနီၣ်ကစၢ် - သုၣ်နီၣ်ကွၢ်လီၤနနီၣ်ကစၢ်တက့ၢ်.

- (၁) အိၣ်ဘျံးအိၣ်သါတက့ၢ်.
- (၂) မံလၢမံလၢမံတက့ၢ်.
- (၃) အိၣ်တၢ်လၢအဆၢကတီၢ်ဘၣ်တက့ၢ်.
- (၄) အီထံအါအါတက့ၢ်.
- (၅) မၤနဲနီၣ်ဒိတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတက့ၢ်.
- (၆) မၤကဆွဲကဆွဲနသးတက့ၢ်.



ယၤ ဒီးယတၢ်မၤနၤ - ဂံၢ်ထီၣ်ခွဲးထီၣ်နတၢ်ဒီးနတၢ်မၤနၤတဖၣ်တက့ၢ်.
တနံၤအံၤတၢ်လၢနမၤဝံၤဝံၤဂ့ၤဂ့ၤတဖၣ်န့ၣ်မ့ၢ်နတၢ်မၤနၤလီၤ.



ယၢ ဒီးပုၤလၢယအဲၣ်- ဟံးန့ၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢနကအိၣ်ဒီးပုၤလၢနအဲၣ်တဖၣ်တက့ၢ်.
လၢတၢ်ကီၢ်ခဲအကတီၢ်န့ၣ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘၢလိာ်သကိးနသးတက့ၢ်.



ယၢ ဒီးတၢ်လၢဘၣ်ယသးတဖၣ်-တၢ်တမံၤမံၤလၢအဘၣ်နသးဒီးနသးဖုံမၤအီၤန့ၣ်မၤအီၤ.
တက့ၢ်.ပုၤတဂၤဒီးတဂၤအတၢ်သးစတလီၤပလိာ်လိာ်အသးဘၣ်.
တၢ်လိာ်ခိၣ်လိာ်ကွဲ,တၢ်မံၤလိာ်ကွဲ,တၢ်တုၤတၢ်ဂီၤ,တၢ်သ့ၣ်တုၤဘၢယှၢ,
တၢ်သ့ၣ်တၢ်ဖျး,တၢ်ဖီအီၤတုၤအိၣ်,တၢ်သ့ၣ်ဝံၣ်သးဆၢ,တၢ်ကတိၤ
သကိးတၢ်ဒီးတၢ်သကိးဟံၣ်ဖီဖီဖိတဖၣ်ကအိၣ်ဝဲအမ့ၢ်လီၤ.



လၢတၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတၢ်သ ဘံၣ်ဘုၣ်အကတီၢ်ကီၢ်ဂီၢ်အခါန့ၣ်မိၢ်ပၢ်တဖၣ်,
ပဝဲလၢအံးထွဲကွၢ်ကွၢ်ကဟုကယၢ်ဖိသၣ်တဖၣ်ပကဘၣ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ
လီၤပသးပနီၢ်ကစၢ်ဂၤဂၤဒီးပကဘၣ်ပၣ်ဖျါထီၣ်

တၢ်ဝံသးစ့ၤ,
တၢ်ကဟုကယၢ်,
တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလၢအဂ့ၢ်,
တၢ်အဲၣ်တၢ်ကွံ

လၢဖိသၣ်သုၣ်တဖၣ်အလီၤဒ်သီးအဝဲသုၣ်ကပွဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်
ချ့တၢ်သုၣ်ဖုံသးညီသုၣ်ခုသးခုအဂီၢ်လီၤ.မ့ၢ်လၢတၢ်ပၣ်ပသးနီၣ်နီၣ်
လၢပကအံးထွဲကွၢ်ထွဲလီၤပသးဂၤဂၤဒီးကဟုကယၢ်ဖိသၣ်တဖၣ်လၢ
ကပွဲၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်သုၣ်ဖုံသးညီအဃိပလဲၤဒီဖျါသကိးဝဲ
တၢ်ကီၢ်တၢ်ခဲတၢ်သ ဘံၣ်ဘုၣ်အဆၢကတီၢ်တဖၣ်ၤကတၢ်ဒီးတၢ်ရူလိာ်
မုၢ်လိာ်သကိးသကိးစ့ၤကိးကဂၢ်ကျၢၤဝဲတကးဒံးဘၣ်ဒီဖျါဟံၣ်ခုၣ်
ဃီထၢလၢအသုၣ်ဖုံသးညီအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဃိပသုၣ်ထီၣ်ဝဲပခုသဝီ
လီၢ်ကစီၤလၢအဘၣ်ဘၢဒီးမုၢ်ဝဲခုၣ်ဝဲသ့ဝဲလီၤ.

