

# ဟံၣ်ပူၤဃီပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ် လၢတက့ၤတၢ်တတူၢ်လိာ်အိၣ်လၢအိးစတြလယါ အပူၤဘၣ်

## မ့ၢ် နမါဝၤ မ့တမ့ၢ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိတကၤဂၤ-

- မၤပျံၤန့ၣ်မ့တမ့ၢ်နဖိတဖၣ်ခါ.
- တီၢ်မ့တမ့ၢ်မၤဆူးမၤဆါန့ၣ်မ့တမ့ၢ်နဖိတဖၣ်ခါ.
- အဲၣ်ဒီးလၢနကအိၣ်ဃုာ်အိၣ်ဖဲနမ့ၢ်တအဲၣ်ဒီးအခါ ဒၣ်လဲၣ်ခါ.
- ကိးဃါ,ကွံာ်မ့တမ့ၢ်မၤသ့ၣ်ဖးတၢ်ဖိတၢ်လံၤ တဖၣ်ခါ.
- မၤမံာ်ဆူးန့ၣ်မ့တမ့ၢ်ဒူးတူၢ်ဘၣ်န့ၣ်ဒီးသိးန့တမ့ၢ် ပုၤအကါဒိၣ်ဘၣ်ခါ.
- တြီန့ၣ်လၢနကအိၣ်ဒီးနကစၢ်အစ့ဒၣ်န့ဝဲခါ.
- တြီန့ၣ်လၢတၢ်ကလဲၤဆူအံၤဆူန့ၣ်မ့တမ့ၢ်ထံၣ် လိာ်သးဒီးပုၤအဂၤခါ.



**ဖဲနမ့ၢ်စံးဆါ"မ့ၢ်"လၢတၢ်လၢထးတမံၤမံၤအဂီၢ်အခါ, ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကအိၣ် ဆိးဃုာ်ဒီးဟံၣ်ပူၤဃီပူၤဒီးဟံၣ် ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်လီၤ.**

**နအိၣ်ဒီးခွဲးယာ်တဖၣ်လီၤ.** ဟံၣ်ပူၤဃီပူၤဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ် တဖိးသဲးစးဘၣ်. တၢ်သိၣ်တၢ်သီဒီသဒါပုၤကိးဂၤဒဲး, ဟံၣ်ဃုာ်ပုၤသးလိာ်သးကျဲအသီတဖၣ်ဒီးပုၤဖိၣ်ဃုာ်ဘၣ် စၣ်တစီၢ်တလီၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

**တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤတဖၣ်အိၣ်ဒဲးလီၤ.** ကတိၤတၢ်ဒီး ကသံၣ်သရၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အပုၤမၤ တၢ်ဖိတက့ၢ်. ပကဆိၣ်ထွဲန့ၣ်ဖဲနမ့ၢ်ကဃုထၢလၢ မ့ၢ်နကအိၣ်ဒီးနမါဝၤဟံၣ်ဖိဃီဖိဆူညါမ့တမ့ၢ်ဟံၣ်တ့ၢ် ကွံာ်အိၣ်ခါန့ၣ်လီၤ.

**ဝံသးစူၤကတိၤတၢ်ဒီးပုၤလၢတၢ်မၤန့ၢ်ဖဲန့ၢ်ပုၤကတိၤ ကျိးထံတၢ်တဂၤလၢတၢ်ကဆိၣ်ထွဲန့ၣ်လၢနကျိၣ်ဒၣ် န့ဝဲအဂီၢ်တက့ၢ်.**

<b>လိာ်ကဝီၤတၢ်ဆဲးကျိး (Local contact)</b>
<b>တၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤ(Service)-</b>
<b>လီၤတဲစိ(Phone)-</b>

လၢတၢ်ဆိၣ်ထွဲဆူညါအဂီၢ်, 24-န့ၣ်ရံၣ်တၢ်မၤစၢၤအလီကျိၤအိၣ်ဝဲဒၣ်ဖဲ-

- 1800RESPECT (၁၈၀၀ရဲးစပဲး(တ)) 1800 737 732
- NSW Domestic Violence Helpline (NSW ဟံၣ်ပူၤဃီပူၤတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးအတၢ်မၤစၢၤအလီကျိၤ) 1800 65 64 63
- Lifeline Australia (တၢ်အိၣ်မူအလီကျိၤအိးစတြလယါ) 13 11 14

လၢတၢ်ဆိၣ်ထွဲလၢနကျိၣ်အဂီၢ်,ကိးဘၣ်တၢ်ကျိးထံဒီးတၢ်က တိၤကျိးထံအတၢ်မၤစၢၤ (TIS) လၢ 131 450 ဒီးဃုာ်တၢ်မၤစၢၤတက့ၢ်.

လၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူၤအိၣ်သးမ့တမ့ၢ်တၢ်အိၣ်သးလၢအကဲသးသမူအတၢ် လီၤပျံၤတခါအဂီၢ်,ကိးဘၣ် 000 တက့ၢ်.

