

တၢ်လၢအလိၣ်ဒီးတၢ်လၢတၢ်ထံၣ်စိအိၤတသ့တဖၣ်

1½ - 3½ YEARS - KAREN

၁၅ - ၃၅ နံၣ်



တၢ်သ့တၢ်ဘၣ်လၢနဖိမၤလိၣ်န့ၣ်တဖၣ်

နဖိမၤအဲၤအဲၤသ့ၣ်ပီၤသးဝဲဒီးဟးယုသ့ၣ်ညါအဲၤသ့ၣ်အခိၣ်အယၢၤန့ၣ်လီၤ. အဲၤသ့ၣ်အဲၤမတၢ်ခဲလၢကတၢၢ်ဒီးမိၢ်ပၢ်အတၢ်မၤတၢ်လီၤ. နဖိမၤကစးထီၣ်ယုဒီးစံၣ်လၢကတၢၢ်ဒီးတၢ်ပျံတၢ်ကစိထီ မ့တမ့ၢ် တၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်န့ၣ်တၢ်န့ၣ်, တၢ်အရီၢ်ဒီးတၢ်အကူၣ်အကူတဖၣ်န့ၣ်ကကဲထီၣ်တၢ်လၢအထူးန့ၣ်အသ့ၣ်အသးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်လၢကဒုးအိၣ်တၢ်

- ထီၣ်တၢ်ဖျၢၣ်တၢ်ကိးအပျံအိၣ် ၅ ဘိလၢ လီၤဆူၣ်န့ၣ် ဝဲဒီးထီၣ်အပူၤန့ၣ်တက့ၢ်.
- ထီၣ်တၢ်ဆဲးထွဲကူၢ်ထွဲနဖိမၤအိၣ်တၢ်အခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- တဘၣ်ပျံနဖိမၤအိၣ်တၢ်ခဲအဟးလိၣ်ကူ မ့တမ့ၢ် ယုၢ်ဂုၤဖိအခါတက့ၢ်.
- ကဒိကဲတၢ်လၢ တၢ်အိၣ်တၢ်အိၣ် အကြးအဘၣ်လၢနဖိမၤအိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်လုၢ်ထံၣ်လုၢ်နီတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်

- ဟံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်လၢတၢ်လုၢ်ထံၣ်ဒးအရူၤ မ့တမ့ၢ် ဘၣ်လၢနအဲၤထွဲကူၢ်ထွဲအိၣ်အယိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- တဘၣ်ဟံၣ်တၢ်နဖိမၤတၢ်လုၢ်ထံၣ်လီၤအပူၤလၢကတၢၢ်ဒီးတၢ်ဆဲးထွဲကူၢ်ထွဲတက့ၢ်.
- ဖဲမၤပျံထံၣ်လၢတၢ်လုၢ်ထံၣ်လီၤအပူၤအခါ, ထၢန့ၣ်လီၤထံၣ်ခုၣ်လၢအဆိ, ဝဲဒီးထံၣ်ကီၢ်, ဝဲဒီးထံၣ်ခုၣ်ဒီးကျိၣ်ကျိၣ်ယုၢ်အိၣ်ဂုၤလၢဒ်သးထံၣ်ကုၣ်အဂီၢ်ဒီးထံၣ်အကီၢ်အခုၣ်ကတၢၢ်ဒီးဖဲအဘၣ်ဒးန့ၣ်တက့ၢ်.
- ဟံၣ်လီၤအပိးအလိၣ်တဖၣ် ယံၤယံၤလၢတၢ်သ့ၣ်မိၣ်တတုၤဘၣ်အလီၤန့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်မံတၢ်ဂဲၤတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်တဖၣ်

- ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် နဖိမၤကစးထီၣ် စံၣ်ဟးထီၣ်ကူၢ် လၢမိသ့ၣ်လီၤမံၣ်ဒးန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤအဆိပညိၤလၢဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကမ့ၢ် တၢ်အကတီၢ် လၢနကဘၣ်ဆိတလဲၣ်ဒုးမံၣ်အိၣ်လၢလီၤမံၣ်အပူၤ မ့တမ့ၢ် ချီၣ်အလိၣ်ဖဲဟံၣ်ခါအမိၣ်ခိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- လီၤမံၣ်စိ/လီၤမံၣ်ကထၢတဖၣ်န့ၣ်တၢ်အုၣ်ကတီၢ်အိၣ်လၢပုၤမိသ့ၣ် ၉ နံၣ်အုၣ်အမိၣ်လၢတဖၣ်အဂီၢ်ဘၣ်.
- ထီၣ်ထီၣ်မ့ၣ်အုၣ်လၢမ့ၢ်နဖိမၤတဖၣ် လၢကပျံနဖိမၤကူၢ်ယုတၢ်ဟးလီၤလၢတၢ်န့ၣ်လီၤသးအပူၤန့ၣ်တက့ၢ်.
- ဟံၣ်ယုၢ်ဘျးသးဒီးတၢ်န့ၣ်တဖၣ်လၢမိသ့ၣ်မိၣ်တတုၤဘၣ်အလီၤဒီးတၢ်ပူၤဖျးပိးလိတဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအကဲထီၣ်ညိၣ်န့ၣ်တဖၣ်

- ဝဲစိၣ်တၢ်ဆူၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဒ်ပုၤလၢတၢ်ဖိတဖၣ်အသိး, ပုၤလၢအခိၣ်ဒီးလၢယုၢ်ခိသိလုၣ်ကူၢ်တၢ်မၤသးအသးတဖၣ်.
- လီၤအုးထံ, လီၤဆိခဲတၢ်ဖဲကရၢလီၤခံ ကမါ/တၢ်ပီၤထံလီၤတဖၣ်အပူၤ.
- ကီၢ်ယုၢ်ဒီးလီၤကတၢၢ်ဒီးကီၢ်ယုၢ်ဒီးကတၢၢ်ဒီးတၢ်ပိးတၢ်လိဆံးဖိတဖၣ်ဒီးယုၢ်ဘျးသးဒီးတၢ်န့ၣ်အပူၤတဖၣ်.
- အိၣ်ဘၣ်တၢ်စုၣ်တၢ်ပျံဒီးကသံၣ်ကသိတဖၣ်.
- လီၤထံၣ်လၢတၢ်ဂဲၤလိၣ်ကူၢ်တၢ်ပိးတၢ်လိအမိၣ်ခိၣ်, ပိးလီၤလၢအိၣ်ဒီးပုၤရဲးတဖၣ်ဒိအမ့ၢ်လုၣ်ယီၤဒီးသိလုၣ်ယီၤမိဒီးဟံၣ်ယံၤပိးလိတဖၣ်အလီၤန့ၣ်လီၤ.
- ဘၣ်တၢ်ဖျးဒီးတၢ်ပိးတၢ်လိလၢအကူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်န့ၣ်ထံးလၢအခိၣ်စူကန့ၣ်အုၣ်န့ၣ်လီၤ.
- လီၤဘျးလၢတၢ်အိၣ်ကီၢ်, တၢ်ထံကီၢ် မ့တမ့ၢ် မိထီၣ်စူအပိးအလိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်ကီၢ်လီၤဘျးလၢတၢ်ထံးဘၣ်တၢ်ပိးတၢ်လိလၢအကီၢ်တဖၣ်ဒိအမ့ၢ် ဖၣ်ကူၢ်, မ့ၣ်အုၣ်အလီၤ, ကလံးကီၢ်ဒၢ, ထးကီၢ်ဒီးထံၣ်ချီၣ်ကီၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဘၣ်ကူးဘၣ်ဆဲးဒီးဒိတဖၣ်, ထးရဲးတဖၣ်, မဲၣ်ထံကလၢဒီးတၢ်ပိးတၢ်လိအဂၤလၢအခိၣ်စူကန့ၣ်အုၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢဟံၣ်ပူၤ

- ယုၣ်ထၢတၢ်လိၣ်ကူၢ်မိ/တၢ်ဂီၢ်ဖိလၢအကြးဒီးနဖိမၤအသးန့ၣ်တက့ၢ်.
- မၤလီၤတၢ်လၢ နကဟံၣ်တၢ်စုၣ်တၢ်ပျံတဖၣ်ယုၢ်ဒီးတၢ်မၤကဆိတၢ်ပုၤနံၣ်ပိးလိတဖၣ်, ကသံၣ်မၤသံတၢ်ဖိလံးဖိယၢ်ဒီးကသံၣ်ကသိတဖၣ်လၢ လၢမိသ့ၣ်မိၣ်ကတုၤ, ဒီးအဂၤကတၢၢ်ထၢန့ၣ်ယၢ်အိၣ်လၢဖိအိၣ်ထီၣ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်သးတၢ်လၢအိၣ်ဒီးတၢ်တြီၤမိသ့ၣ်လၢကစိထီၣ်ဆူၣ်တၢ်ခါခိၣ်အမိၣ်ခိၣ် ၁.၅ မံထၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- စူးကါမိၣ်ထံကလၢလၢအပူၤဖျး မ့တမ့ၢ် တၢ်ကူးဒီးသးတၢ်သ့ၣ်ဖဲတဖၣ်လၢပဲတြီၤမိဒီးပဲတြီၤအမိၣ်လၢတကၤတက့ၢ်. ဒီးကးတၢ်တၢ်ဖဲအလှဲၤလၢအကပိးတဖၣ်ပုၤမိသ့ၣ်အနီၢ်ထီၣ်အလီၤဖဲမဲၣ်ထံကလၢဘၣ်ဘၣ်မ့တမ့ၢ် ပဲတြီၤသးထီၣ်သးလီၤသးတခါလၢလၢအမိၣ်ခိၣ်လၢကထံၣ်ဖဲအဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- ကူးတံၢ်ဟံၣ်ယံၤပိးလိအသးန့ၣ်ထံးလၢအခိၣ်စူဒီးကန့ၣ်အုၣ်တဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.



တၢ်လၢအလိၣ်ဒီးတၢ်လၢတၢ်ထံၣ်စိအိၣ်တသ့တဖၣ် ၁၅ - ၃၅ နံၣ်

ဖဲတၢ်ဂၤလိၣ်ကွဲအလီၤ

- ပူၤထဲၣ် မုတမ့ၢ် ဘျီန့ၢ်ထဲၣ်တၢ်ဂၤလိၣ်ကွဲတၢ်ပိးတၢ်လိလၢအတုထီၣ်ဒီးပုၤအိၣ်စၢၣ်လၢယၢအတီၤပတီၢ်တဖၣ်ဒီးကြးဝဲလၢန့ၢ်အသးနံၣ်, အဒိၣ်အဆးဒီးတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အပတီၢ်အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- ဆီလီၤတၢ်လိၣ်ကွဲပျီတၢ်ပိးတၢ်လိ မုတမ့ၢ် တၢ်ပတီၢ်ဖိတၢ်လၢအဆးဆဲးဖိလၢအိၣ်ယၢဒီးတၢ်လိၣ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ် ဒ်အမ့ၢ်ကွဲအကျၢတဖၣ်, ကရၢၢ်ကန့ၢ်ထဲၣ်ဒီးတၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ဆီလီၤဒီးတၢ်လၢအကပုၣ်တဖၣ် (အဒိ, ယီၤသ့ၣ်ယုကမ့ၢ်) လၢလိၣ်တၢ်သ့တဘျီဒ်ဆါကဲၣ်ဆိးအဂီၢ်လၢတၢ်ပိးတၢ်လိအဖိလိၣ်ဒီးအကပုၣ်ဝဲလၢအကစီၤထီၣ်အစ့ၤကတၢ်အိၣ်ဝဲ ၃၀ ဝဲထံမံထၢၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- တၢ်လိၣ်ဘၣ်အထီၣ်လၢတၢ်ဂၤလိၣ်ကွဲတၢ်ပိးတၢ်လိကြးစ့ၤန့ၢ် ၁၅ မံထၢၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဆဲးထွဲကွဲထွဲန့ၢ်တဖၣ်ဖဲအဆဲးသ့ၣ်လိၣ်ကွဲဒီးဖိးဟ့ၢ်ဖိးယၢလိၣ်အသးဒီးဆၢၣ်ဖိကီၢ်ဖိတဖၣ်အခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- တၢ်ပူၤဖျဲးတၢ်ဒိတၢ်ယၢတဖၣ်န့ၣ်တၢ်လိၣ်ဘၣ်အိၣ်လၢထံကမါ/တၢ်ပိးထံလိၣ်ခဲလၢဒီး တၢ်စုၣ်လိၣ်သးစပၣ်လၢအယိၣ်န့ၢ်ဒီး ၃၀ ဝဲထံမံထၢၣ်ခဲလၢန့ၣ်လီၤ. သမံသမိးထီၣ်ဒီးဆဲးထွဲကွဲထွဲန့ၢ်ထံကမါ/တၢ်ပိးထံလိၣ်တၢ်ဒိတၢ်ယၢတဖၣ်ဒီးကရၢၢ်လၢကမၤလိၣ်တၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်အိၣ်ဘၣ်ဘျီဒ်တၢ်ဒိတၢ်ဖဲဒ်တၢ်မဲးတၢ်မၤတၢ်ရဲၣ်လိၣ်အပူၤအသးန့ၣ်တက့ၢ်.
- ငးကုးသးန့ၢ်ဒီးဆိကံစုထီၣ်တဖၣ်ဒီးငးကုၣ်ဒိၣ်သလုးဒီးစူးကၢတၢ်ဒိသမ့ၢ်တၢ်ပျီလိၣ်တဖၣ်လၢအဘၣ်လိၣ်လၢဖိသ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- မၤလိၣ်တၢ်လၢန့ၢ်ဖိကိၣ်ဒိၣ်သလုးကွဲယံးယံးဒီးဘၣ်ဘျီဒ်တၢ်ဒိတၢ်ဒိၣ်လၢဒီးလုၢ်ယီၤဒိၣ်သးစ, သိလုၢ်ယီၤ, လုၢ်ယီၤ, ဒိၣ်ဖဲးစကုးတဖၣ်, စကုးဘျီဒ်ဘၣ် မုတမ့ၢ် ပိးလိၣ်အိၣ်ဒီးပၣ်ရံးအကတမၤလိၣ်လၢအခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- မၤလိၣ်တၢ်လၢန့ၢ်ဖိကိၣ်ကွဲဖဲ တၢ်နီၣ်ထီၣ်နီၣ်လိၣ်သိလုၢ်အက့ၢ်, ဒိၣ်က့ၢ်, က့ၢ်မ့ၢ် မုတမ့ၢ် ဖဲသိလုၢ်ပတုၣ်အလီၤတဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

လၢတၢ်ချ့ဒီးကပိၣ်ကပၤ

- စူးကၢဖိသ့ၣ်လိၣ်ဆုၣ်နီၣ်လၢသိလုၢ်အပူၤ လၢအဆဲးကွဲကဒါက့ၢ်ဆုၣ်အလီၤခဲ မုတမ့ၢ် ဆုၣ်အဆဲးညါလၢအဒိၣ်ထီၣ်တုၤလၢန့ၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒီးတဘျီဒ်အဆဲးသ့ၣ်အလီၤဆုၣ်နီၣ်လၢတၢ်ပတီၢ်ပနီၣ်အိၣ်တစုၤလၢဘၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- တဘျီပတီၢ်န့ၢ်ဖိထဲတကမၤလိၣ်လၢသိလုၢ်အပူၤလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်က့ၢ်ထွဲန့ၣ်တက့ၢ်. ထီၣ်ဘီလၢဖိၣ်ယုၣ်န့ၢ်ဖိတဖၣ်ထီၣ်ဘီ, ဝဲန့ၢ်မၤတၢ်မၤစုထဲဒီးဒိၣ်ထံးတဖၣ်အဂီၢ်အခါဒၣ်လိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- က့ၢ်ထံတၢ်လိၣ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်အဂီၢ် - တၢ်တမံလၢလၢလၢထံအိၣ်လၢအပူၤ ဝဲထံမံထၢၣ်စ့ၤစ့ၤဖိဒၣ်လိၣ်န့ၣ် မၤလိၣ်အုးတၢ်သ့စ့ၢ်ကိး, ယုၣ်ဒီးထံဖိက့ၢ်တဖၣ်, တမ့ၢ်, တၢ်ပိးထံကမါတဖၣ်, ထံထီၣ်ပၤတဖၣ်, ညုၣ်ကမါတဖၣ်, ထံဖဲတဖၣ်, ဆၢၣ်ဖိကီၢ်ဖိဘျီဒ်က့ၢ်ကိသလၢတဖၣ်ဒီးတယၣ်ဒါလၢအိၣ်ဒီးပၣ်ရံးတဖၣ်န့ၣ်လီၤ. ထီၣ်ဘီက့ၢ်န့ၢ်ဖိထဲအဆဲးသ့ၣ်လိၣ်ကွဲဘုးဒီးထံအခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- ထီၣ်ဘီတၢ်ယၢန့ၢ်ဖိအစုၣ်ဘုးဒီးက့ၢ်မ့ၢ်ဒီးစးထီၣ်သိၣ်လိၣ်အဆဲးသ့ၣ်ဒီးတၢ်ဟးလၢအိၣ်တၢ်ဒိသ့ၣ်ပတီၢ်သးလၢအပူၤဖျဲးတဖၣ်ဒ်အမ့ၢ် “ပတုၣ်, က့ၢ်, ဒိကန့ၣ်, ဒီးဆိကမိၣ်တၢ်” န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်ဟ့ၣ်ဖးထီၣ်ရီၤလၢတၢ်ပူၤဖျဲးအဂီၢ်

၁. မၤလိၣ်တၢ်လၢန့ၢ်ဒီး CPR/ ဂုၢ်ဂီၢ်အုတၢ်ကုၤယါဘျီဆိတၢ်သ့တဘျီတဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
၂. ထာန့ၣ်ယၢဂုၢ်ဂီၢ်အုတၢ်မၤစၢၤလိၣ်တဲခီၣ်နီၣ်ဂံၢ်တဖၣ်လၢန့ၢ်လိၣ်တဲခီၣ်စိၣ်စုအပူၤဝဲဂုၢ်ဂီၢ်အုမ့ၢ်မၤအသးအခါန့ၣ်တက့ၢ်.
၃. မၤန့ၢ်တၢ်လိၣ်လၢအပူၤဖျဲးလၢန့ၢ်ဖိအဂီၢ်လၢအဆိၣ်ကဒုဒီးတၢ်လိၣ်ဖျီလၢတအိၣ်ဒီးတၢ်လိၣ်ဘၣ်ယိၣ်တမံလၢလၢအိၣ်အမ့ၢ်သိလုၢ်က့ၢ် မုတမ့ၢ် ထံဘၣ်စိၣ်အလီၤတဖၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
၄. ထီၣ်ဘီက့ၢ်ထွဲန့ၢ်တဖၣ်ဖဲဆၢၣ်ဖိကီၢ်ဖိအကပိၣ်ကပၤန့ၣ်တက့ၢ်.
၅. ပူၤတၢ်လိၣ်ကွဲဖိ/တၢ်ဂီၤဖိတဖၣ်လၢအကြးဒီးန့ၢ်ဖိဟးလိၣ်အသးန့ၣ်ဒီးအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်တဖၣ်ဖဲန့ၣ်တက့ၢ်.
၆. ကဲထီၣ်တၢ်ဒိဂုၤတၢ်ဘၣ်လၢအဂ့ၢ်န့ၣ်တက့ၢ်. မၤဖိၣ်ထွဲသိလုၢ်တၢ်လဲၤတၢ်က့ၢ်တၢ်ပနီၣ်တဖၣ်ဒီးတဲဘၣ်ယးန့ၢ်အတၢ်လၢန့ၢ်ကိၣ်က့ၢ်မ့ၢ်အခါဖဲလဲၣ်ဒီးတၢ်လိၣ်ဖဲလဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
၇. မၤဘၣ်လိၣ်တၢ်သိၣ်ဟ့ၣ်ပလီၤမ့ၢ်အုလုၢ်တဖၣ်ဖဲလိၣ်မဲးအချၢလိၣ်ကပိၣ်ကပၤ, မၤက့ၢ်တၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်တလၢတဘျီဒိဖျိၣ်က့ၢ်တၢ်မၤက့ၢ်အနီၣ်ထီၣ်ဒီးထာန့ၣ်ဘဲးတြိၣ်လိၣ်ဆီ တန့ၣ်တဘျီတက့ၢ်. ထဲဒ်တၢ်သိၣ်ဟ့ၣ်ပလီၤမ့ၢ်အုလုၢ်လၢအမၤတၢ်မိၣ်ကမၤပူၤဖျဲးသးသမ့တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.



လၢန့ၢ်မၤန့ၢ်အါထီၣ်တၢ်ဂုၢ်က့ၢ်လိၣ်တၢ်လိၣ်ဆဲးလၢတၢ်ဂုၢ်ခိၣ်တဲတခါလၢလၢအဂီၢ်လၢအပူၤပုၣ်လၢတၢ်ဂုၢ်က့ၢ်အလိၣ်ကုအပူၤအဂီၢ်. ယုၣ်ဒီးတၢ်တြိၣ်လၢဖိသ့ၣ်လိၣ်ဆုၣ်နီၣ်လၢသိလုၢ်အပူၤဒီးတၢ်သိၣ်တၢ်သိတၢ်ဘျီလၢတၢ်ပိးထံကမါဒီးတၢ်စုၣ်လိၣ်စပၣ်တၢ်ဒိတၢ်ယၢတဖၣ်အဂီၢ်. ဝဲသးစူးလဲက့ၢ်ဖဲ
www.kidsafevic.com.au

လၢတၢ်ဂုၢ်တၢ်က့ၢ်အါထီၣ်အဂီၢ်

Kidsafe Victoria	၉၀၃၆ ၂၃၀၆	တၢ်ဆဲးထွဲကွဲထွဲန့ၢ်ပူၤဖျဲးလိၣ်တဲခီၣ်တၢ်ပူၤတၢ်ဂုၢ်က့ၢ်က့ၢ်ဖဲထံၣ်	၁၃ ၁၁ ၂၆
ဖိးဒီးဖိတၢ်အိၣ်ဆုၣ်နီၣ်လၢလိၣ် ၂၄ နံၣ်ရဲၣ်	၁၃ ၂၂ ၂၉	သိလုၢ်တဲပူၤအါလၢဂုၢ်ဂီၢ်အုတၢ်ကုၤယါဘျီဆိအကတီၢ်တဖၣ်အဂီၢ်	၁၃၀၀ ၃၆၀ ၄၅၅
VicRoads လၢတၢ်ဟ့ၣ်က့ၢ်ဟ့ၣ်ဖးလၢတၢ်ယုထာဒီးစူးကၢဖ	၁၃၀၀ ၃၆၀ ၇၄၅	Raising Children Network	
သ့ၣ်လိၣ်ဆုၣ်နီၣ်လၢသိလုၢ်အပူၤအဂီၢ်ပူၤစူးကၢတၢ်ဖိတဲးထီၣ်ရယၢၣ်	၁၃၀၀ ၃၆၄ ၈၉၄	www.raisingchildren.net.au	
(Consumer Affairs Victoria)		ဘဲးထီၣ်ရယၢၣ်တၢ်သ့ကဲမိၢ်ပလီၤတဲဂုၢ်ဂီၢ်အုလိၣ်တဲခီၣ် (Parenting Hotline Vic)	၁၃၂-၂၈၉

ဘၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအိၣ်လၢ-



Education and Training

