

# ၁ နံနံ တဝင်- ၃ နံနံ တဝင် အနံနံတဖန်

# လာအသံကွက်တင်လာအံ့ဒီးသွာ ညှိဝဲအဂ္ဂုဒီး လာအဂံဆူာ်ဘါဆူာ်

နဖိအဲအံတခိဟးဃုထံာ်သွာ်ညှိဝဲအခိအာယါလာတင်ဆူာ်သးဂဲ၊ အပူၤန့ၣ်လီၤ. အဝဲသွာ်အံ့ဒီးမာတင်ကိးမံဒဲးလာတလိာ်ဘာ်မိာ်ပာ်တင်မာ ၈၁၁ဘာ်န့ၣ်လီၤ. အဝဲသွာ်အံ့ဒီးဃုသွာ်ညှိအါထီာ်တင်ဒီးထီာ်အိာ်လာတင် ဟးထီာ်ဟးလီၤအပူၤလီၤ. နဖိကစးထီာ်စံာ်ဒီးဖုဝဲလာတအိာ်ဒီးတင်ပျါတင် ဖုးတင်လီၤအထီမုတမုာ်တင်လီၤပျါအလီၤခိဖျါတင်အိာ်သးလာအခိအာယါ တဖန်လဲၣ်န့ၣ်အါအါထီာ်ဝဲအပိလီၤ.



## လာဟံာ်ပူၤဃီပူၤ

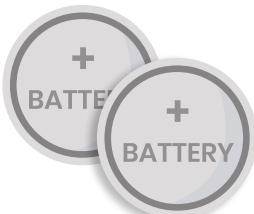
- ဒီသဒါတင်ကိာ်ယူၤကတင်ဒီးလီၤတံာ်ဖဲဒုးအိာ်တင်အိာ်အခါ**
- ထီာ်ဘိသုဘာ်ယီၤတကိးအပူၤလာအခိဒီးအခိထီာ်တင်ဘုးတင်ယါခိဖဲအိာ်လာခးဆူာ် နီထီအလီၤတက့ၢ်
  - တဘာ်ပျဲနဖိအိာ်တင်ဖဲအဟးမုတမုာ်သ့ၣ်ဝဲဒါအခါတက့ၢ်.
  - ထီာ်ကွာ်ဘာ်နဖိဖဲအဝဲသွာ်အိာ်တင်အခါတက့ၢ်.

- ပာ်ဘာ်နဖိလာတင်ပူၤဖျါအလီၤဖဲအမံအခါ**
- နဖိမုာ်စးထီာ်ထီာ်ဝဲထီာ်လီၤမံန့ၣ်. တင်အံၤအခိပညီမုာ်ဝဲမုာ်တင်ဆါကတိာ်ဘာ်လံလာ ကသုးအါဆူၤ လီၤမံလာအိာ်ဒီးလီၤခူထံာ်ဒါခိာ်န့ၣ်လီၤ.
  - လီၤမံအကကြာထီတဖန်တင်တဟ့ၣ်ကူာ်ဝဲလာဖဲသ့ၣ်လာအသးစံာ်န့ၣ် ၉ နံနံအဂီၢ်ဘာ်.
  - ထီထီာ်မုာ်နီမုာ်အူတဖန်ဒဲးသိးကပျဲနဖိဃုထံာ်န့ၣ်တင်ဟးလီၤဘာ်ဝဲဂ့ၤဂ့ၤဘာ်ဘာ် အဂီၢ်တက့ၢ်.
  - ပာ်ဘာ်ယာ်ဘျးသဒါဒီယာ်ဘျးအပူၤလာတင်ဖဲခိာ် ဒီးဖိာ်ဝဲတတုၤအလီၤလာအခိာ် ဒီးတင်ပူၤဖျါအလီၤန့ၣ်တက့ၢ်.
  - မာကွာ်မုာ်အူခုာ်အစဲးဟ့ၣ်ပလီၤကိးလါဒဲးတက့ၢ်.

- ပာ်လီၤနဟံာ်ပူၤဃီပူၤပူၤဖျါအလီၤဖျါတက့ၢ်.**
- သုဘာ်တင်ဖဲတင်လံလာအပူၤဖျါတဖန်ဒဲးသိးကမာၤစ့ၤလီၤတင်လီၤပျါ လာတင်ဘာ်ဒီ ဘာ်ထံးကဲထီာ်အသးသ့ၣ်လာနဟံာ်ပူၤ. ပာ်ဃုာ်တင်ဖဲခိာ်ကဲဃုာ်ဃီတင်ပိးတင်လီၤ. ကြဲၤလာအပူၤဖျါ. လီမုာ်အူ အပူၤဒီးဖုာ်ကပူၤတင်ခူာ်အလီၤတဖန်န့ၣ်တက့ၢ်.
  - ပာ်ဃုာ်လီၤအိာ်အပျါဒီးတင်ဖဲတင်လံလာအပုာ်ဃုာ်ဒီးအဝဲသွာ်န့ၣ်ဆူာ်တင်လီၤအ ထီလာဖဲသ့ၣ်တဖန်ဖိာ်ဝဲတတုၤဒီးမာလီၤတင်အါဒဲးသိးလီၤအိာ်အလီၤတဖန်တင်ကထီ ဃာ်အါကျါကျါအဂီၢ်တက့ၢ်. နမုာ်ဆိမိာ်လာဖဲသ့ၣ်တဂၤယူၤလီၤဘာ်လီၤအိာ်အ ပျါန့ၣ်. ကိးဘာ်၁၃ ၁၁ ၂၆ တံာ်စုာ်တင်ပျါတင်ဂ့ၢ်တင်ကျါအလီၤခါးသးဖဲ၁၃ ၁၁ ၂၆ တဘျီထီတက့ၢ်.

- ပာ်ဃုာ်တင်စုာ်တင်ပျါတဖန် (အဒိတင်မာကဆူာ်တင်ပိးတင်လီၤ. ကသံာ်မာသံတင်ဖဲဃာ်. ကသံာ်ကသီ. လီမိာ်ထူတင်ပိးတင်လီၤဒီးလီၤအတင်ထံတင်နီအဒါတဖန်)လာတင်စိာ်စု အပူၤလာတင်လီၤထီာ်ထီလာဖဲသ့ၣ်တဖန်ဖိာ်ဝဲတတုၤအလီၤတက့ၢ်. နမုာ်ဆိမိာ်လာဖဲ သ့ၣ်တဂၤယူၤလီၤဘာ်တင်စုာ်တင်ပျါန့ၣ် ကိးဘာ်တင်စုာ်တင်ပျါတင်ဂ့ၢ်တင်ကျါအလီၤ ခါးသးဖဲ ၁၃ ၁၁ ၂၆ တက့ၢ်.
- ထီာ်အိာ်ဒီးနဖိဖဲအလုာ်ထံအခါတက့ၢ်. တင်မာတံာ်တင်မုာ်အိာ်ထီာ်. ဒ်အမုာ်လီၤတံစိ မုတမုာ်ပဲကြီဒါလဲၣ်သီန့ၣ်. စိာ်ဃုာ်နဖိဒီးန့ၣ်တက့ၢ်.
- မာလီၤတင်ဘာ်ထံကိာ်လာအဟဲန့ၣ်ဆူာ်တင်လုာ်ထံအလီၤန့ၣ်အတင်ကိာ်တင်ခုာ်တင်က ပာ်အါဖဲ ၅၀ °စုာ်ဒိာ်ကရူး(တ) ဒီး မုာ်အူခုာ်စဲးဟ့ၣ်ပလီၤန့ၣ်တင်ထီထီာ်အါလောန ဟံာ်ဒီတဖျါအပူၤတက့ၢ်. မာလီၤတင်ဒဲးသိးနဖိဖဲဝဲသပၤ, ထံချီဒါမုတမုာ်တင်မာကိာ် ထီာ်မုာ်အူအဂီၢ်တဖန်ဒီးထံနီအဂီၢ်တဖန်သုတတုၤတဂ့ၤဒီးထံနီအဂီၢ်တဘာ် ဖန်ပာ်အါဒဲးသိးအဖိာ်ဝဲတတုၤအဂီၢ်တက့ၢ်.
- ထီာ်မာလီၤတင်ထံခုာ်ထံကိာ်တချုးဒုးလုာ်နဖိဆဲးအထံဒီးအခါတက့ၢ်. ထံန့ၣ်တဘာ် အါန့ၣ်ဒီ ၃၈°စုာ်ဒိာ်ကရူး(တ)ဘာ်န့ၣ်လီၤ. မာပုၤဆိတင်လုာ်ထံဒါဃုာ်ဒီးထံခုာ်, ဝဲတ စုထာန့ၣ်ဃုာ်ထံချီဒီးကျါကျါအါဂ့ၤဂ့ၤတက့ၢ်. ဝဲလီၤထံချီလာထံပဲးဘိအပူၤလာ လီၤခဲကတင်ဒဲးသိးထံပဲးဘိန့ၣ်သုတကိာ်တဂ့ၤအဂီၢ်တက့ၢ်.
- နဖိမုာ်ဘာ်ဒီးထံချီ/မုာ်အူအိာ်မုတမုာ်အဖဲမုာ်လီၤတလီၤန့ၣ်. ထုးကွံာ်အကူအကၤဒီး နံာ်ဖိာ်တဖန်လာအဘာ်ဒိအလီၤဒီးပျဲထံခုာ်ယွၤလီၤလာအဘာ်ဒိအလီၤလာ ၂၀ မံးနဲး အတီၢ်ပူၤတက့ၢ်. တဘာ်သုထံလီၤသကၤ. ထီဘးမုတမုာ်သိလာမုာ်အူအိာ်/ထံချီလူ အလီၤန့ၣ်တဂ့ၤ
- မာပုၤ CPR ဒီးတင်ကူစါဂ့ၢ်ဂီၤအူအတင်သိာ်လီၤ ဒီးမာသီထီာ်ကူတင်သုတင်ဘာ်တဖန် အါထီာ်တက့ၢ်. ကွာ်ဘာ် [kidsafevic.com.au](http://kidsafevic.com.au) လာ တင်ဂ့ၢ်တင်ကျါအါထီာ်ဘာ် ဃးဒီးတင်ကူစါဂ့ၢ်ဂီၤအူအဂီၢ်တက့ၢ်.

ပာ်ဃုာ်လီၤအိာ် အပျါာ် တဖန်လာတင်လီၤထီာ်ထီ လာဖဲသ့ၣ်ဖိာ်ဝဲတတုၤအ လီၤတက့ၢ်.





## ဖဲတင်လိာ်ကွဲအလိာ်

### မလီၤစ့ၤတင်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတင်လိာ်ပျဲၤအလိာ်လာတင်လိာ်ကွဲတဖန်ဒီး တင်လိာ်ကွဲအလိာ်တင်ပိးတင်လိာ်တဖန်

- သူဘၣ်တင်လိာ်ကွဲအတင်ပိးတင်လိာ်လာအတုၤထီၣ်ထီၣ်ဘးအိးစုၤလွၤယါအပတီၢ်ဒီး ကမုၢ်လာအကြါးဘၣ်ဒီးဖဲသၣ်အသးနံၣ်ဒီးအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အပတီၢ်တက့ၢ်.
- ထီၣ်ထီၣ်တင်လိာ်ကွဲအလိာ်ဖဲတင်လိာ်ယံးဒီးတင်လိာ်ပျဲၤအလိာ်ကျဲၤလာအကီၢ်ဒီးကရၢၢ် အထိးနါအသိးတက့ၢ်.
- မလီၤတင်ဒိသိးတင်အမဲၣ်ဖဲဒိၣ်လၢအကပုၣ်ဒ်အမ့ၢ်သ့ၣ်ဘၣ်တဖန်တင်ကပၣ်လီၤ အီၤလာတင်လိာ်အခိၣ်အယါဒီးအဖီလၢလၢအယိၣ်ကတၢၢ်ကမ့ၢ်ဝဲ ၃၀ စ့ၣ်ဒိၣ်မဲထၢၣ် တက့ၢ်,
- ပူၤထဲဒ်တင်လိာ်ကွဲတဖန်လၢအကြါးဒီးသးနံၣ် ဒီးနဖဲအတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်အသိးတက့ၢ်. ဟးဆူးတင်လိာ်ကွဲလၢအိၣ်ဒီးလီၤအ့ၣ်အဖျါၣ်မ့ၢ်မလီၤတင်အီၤဒိသိးလီၤအ့ၣ်တဖန် တင်ထူးထီၣ်အီၤသုတသုတဂ့ၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်.

### မလီၤစ့ၤတင်လိာ်ပျဲၤအလိာ်လာကလီၤအူးအဂီၢ်

- တင်ပူၤဖျဲၤအဂီၢ်တင်အဒုၣ်တဖန်တင်လိာ်ဘၣ်အီၤလာကယံၢ်ထံကမါဒီး စပါ (spcd) တဖန်ခဲလၢလၢအယိၣ်န့ၣ်ဒီး ၃၀ စ့ၣ်ဒိၣ်မဲထၢၣ်အပူၤ န့ၣ်လီၤ. ထီၣ်တဲမၤကွၢ်ဒီးကတီၤန တၢ်ဒုၣ်ဒီးတြဲၤတဖန်ဒိသိးကမလီၤတင်ဝဲမ့ၢ်အမၤတၢ်ဘၣ်လီၤဘၣ်စးအဂီၢ်တက့ၢ်.
- တင်တမံၤလၢလၢအဖီၣ်ယၢၣ်ထံန့ၢ်ဝဲစ့ၣ်ဝဲထံမဲထၢၣ်န့ၣ်မ့ၢ်တင်လိာ်အူးထံအတၢ်လီၤ ပျဲၤသ့အလီၤ, ပၣ်ယုၣ်တၢ်ပျဲၤထံကမါ, တမၢ်, ထံစဲၤဒီးဆၣ်ဖဲကီၢ်ဖဲအတၢ်လုၢ်ထံဒါတ ဖန်န့ၣ်လီၤ. ထီၣ်တဲပၣ်ဘၣ်နဖဲနဖဲအီၤတုၤအလိာ်ဖဲအအိၣ်ဖဲထံအကပၤအခါတက့ၢ်.

### ပၣ်ဘၣ်ဖဲသၣ်တဖန်လၢကပူၤဖျဲၤဝဲဖဲဆၣ်ဖဲကီၢ်ဖဲအကပၤ

- ကွၢ်ထွဲဘၣ်နဖဲဘူးဘူးတံၢ်တံၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်လိာ်ကွဲအခါဒီးအိၣ်ယုၣ်ဝဲဒီးဆၣ်ဖဲကီၢ်ဖဲ အခါတက့ၢ်. နကွၢ်ထွဲ မ့ၢ်တသ့န့ၣ်, မလီၤတင်ဘၣ်ဒိသိးကအိၣ်လီၤဆဲဝဲယုၣ်ဒီးတၢ်တြဲ ယံၢ်လာအကြါးအဘၣ်တက့ၢ်.



## ဟးထီၣ်လၢတၢ်ချါဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လၢအဘၣ်ထွဲ

### ပၣ်ဘၣ်ဖဲသၣ်တဖန်လၢကပူၤဖျဲၤလၢသိလ့ၣ်အပူၤ

- သူဘၣ်ဖဲသၣ်သိလ့ၣ်အလိာ်ဆူၣ်နီၤလာအမဲၣ်ကွၢ်တၢ်လာအလိာ်ခဲလာတၢ်ပၣ်ပနီၣ်အီၤ လၢတၢ်ထီၣ်ထီၣ်အီၤလာသိလ့ၣ်အပူၤဘၣ်ဘျးဘၣ်ဒါဝဲ ဒီးသိလ့ၣ်, ဒီးမၤဘၣ်လိာ်ဖိးဒုဝဲ ဂ့ၢ်ဂ့ၢ်အဂီၢ်တက့ၢ်.
- ဖဲသၣ်တဖန်ကဘၣ်ယၣ်ဒီးအမဲၣ်လာတၢ်လိာ်ခဲသိလ့ၣ်အလိာ်ဆူၣ်နီၤအလီၤတုၤအဝဲ သ့ၣ်ဆူၣ်နီၤက့ၢ်လာအသိလ့ၣ်လိာ်ဆူၣ်နီၤအလီၤဒ်တၢ်ပၣ်ပနီၣ်အီၤအသိးတဘၣ်လၢၤ အီၤတစုန့ၣ်လီၤ. ဖဲသၣ်သိလ့ၣ်လိာ်ဆူၣ်နီၤလာအအိၣ်ဒီးတၢ်ထီၣ်ပစိၣ်ထီၣ်အီၤဒီးအမဲၣ် ကွၢ်ယီၤတၢ်ပိးတၢ်လိာ်တဖန်(ယုၣ်အမဲၣ်ဆူၣ်အလိာ်ခဲတုၤအသးနံၣ် ၂-၃ နိပ်ယုၣ်ယုၣ်) န့ၣ်တၢ်ပူၤန့ၣ်အီၤ ဒီးသူအီၤသ့ဖဲအိးစုၤလွၤယါအပူၤန့ၣ်လီၤ.
- မၤပုၤသ့ပုၤဘၣ်လီၤဆီတဖန်ထီၣ်ထီၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်သမံးနဖဲအသိလ့ၣ်လိာ်ဆူၣ်နီၤန့ၣ်တ က့ၢ်. ပလီၤဆူၣ်နီၤလာအပူၤဖျဲၤ, ဖဲသၣ်လၢအပူၤဖျဲၤတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤသ့ဝဲပူၤထီၣ်ထီၣ်လိာ် ဆူၣ်နီၤလာအိၣ်ဒီးတၢ်လဲၤခီဖျိ, တၢ်သ့ၣ်ညါပၣ်ပနီၣ်အီၤတဖန်လၢကပူၤထီၣ်ဝဲတံၢ်ထီၣ် သိလ့ၣ်လိာ်ဆူၣ်နီၤဒီးမၤကွၢ်အီၤအမ့ၢ်န့ၣ်တဖန်ဖဲတံးထီၣ်ယါအပူၤဝဲဝဲလီၤ-ကွၢ် ဘၣ် [safeseatssafekids.com.au](http://safeseatssafekids.com.au) လၢကမၤန့ၣ်တၢ်သ့ၣ်န့ၣ်ဖဲသိအဂီၢ်တက့ၢ်.
- တဘၣ်ပၣ်ဖဲသၣ်လၢတၢ်တက့ၢ်ထွဲအီၤအပူၤနီၣ်တဘျီတဂ့ၢ်ဖဲအအိၣ်လၢသိလ့ၣ်အပူၤ အခါတက့ၢ်. တၢ်ကီၢ်တၢ်ခုၣ်လၢသိလ့ၣ်အပူၤန့ၣ်ကကီၢ်ဒိၣ်န့ၣ်ဒီးတၢ်ချါ ၂၀- ၃၀ စ့ၣ် ဒိၣ်ကရံးသ့န့ၣ်လီၤ.

### ပၣ်ဘၣ်န့ၣ်သိလ့ၣ်ကျဲၣ်န့ၣ်လီၤဟံၣ်န့ၣ်လၢကပူၤဖျဲၤလၢဖဲသၣ်အဂီၢ်

- မလီၤတင်ဘၣ်ဒိသိးနဖဲသုတလိာ်ကွဲလၢသိလ့ၣ်ကျဲၣ်န့ၣ်လီၤဆူၣ်ဟံၣ်ပူၤ, တၢ်ဟးကျဲၣ်ခိၣ်, ကျဲၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်တၢ်ပၣ်ပတုၣ်သိလ့ၣ်အလိာ်တဖန်တဂ့ၢ်.
- ထီၣ်ကွၢ်ဘၣ်ဖဲသၣ်တဖန်ဖဲသိလ့ၣ်အကပၤဒီးသိလ့ၣ်ကျဲၣ်န့ၣ်လီၤဟံၣ်ပူၤတက့ၢ်.
- ထီၣ်တဲဟးဆူၣ်ကျဲၣ်န့ၣ်သိလ့ၣ်အကပၤဒီးကွၢ်သမံးသမံးအီၤတချုးနဟးထီၣ်အခါတက့ၢ်.

### ပၣ်ဘၣ်ဖဲသၣ်တဖန်လၢကပူၤဖျဲၤလၢကျဲၣ်တဖန်အခိၣ် ဒီး သိလ့ၣ်ပၣ်တဖန်အ လိာ်န့ၣ်တက့ၢ်.

- ခိၣ်ဖျိၣ်ထးလၢအဘၣ်လီၤဖိးဒုဒီးတၢ်စၢအီၤကျဲၣ်တဖန်န့ၣ်တၢ်ကဘၣ်ဖျိၣ်အီၤထီၣ်ထီၣ် ဖဲဒီးဝဲလ့ၣ်ယီၤခိၣ်သၢအီၤ, စကူထၢၣ်, လ့ၣ်ယီၤမ့ၢ်တမ့ၢ်လ့ၣ်ယီၤအပိးလီၤအကတဖန်အ ခါလီၤ.
- ထူးထီၣ်ဘၣ်နဖဲလၢသိလ့ၣ်အပူၤဖဲကျဲၣ်အကပၤယံးဒီးသိလ့ၣ်တဖန်တက့ၢ်.
- ထီၣ်ထီၣ်ယၢၣ်နဖဲအစုဖဲဘူးဒီးကျဲၣ်ခိၣ်ဒီးသိလ့ၣ်လိာ်အဝဲသ့ၣ်လၢပုၤခီကျဲၣ်လၢအပူၤဖျဲၤအ တၢ်သကဲးပဝဲဒ်အမ့ၢ် ' ပတုၣ်, ကွၢ်, ကန့ၣ်ဒီးဆိကမိၣ်' တက့ၢ်..