

တၢ်က့ၤကဒါဆူဟံၣ်ဖဲထံဒိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ဃးဒီးကဘၣ်အိၣ်ပူၤဖျဲးဖျဲးဖဲထံဒိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်

Karen S'gaw | ကညီကျိၣ်

OFFICIAL

ဖဲန့ၣ်က့ၤကဒါဆူဟံၣ်ဖဲထံဒိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံန့ၣ်, ဖးဘၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတခါ အံၤလၢတၢ်ကဒါဒါဒါန့ၣ်ဒီးန့ၣ်ဟံၣ်ဖဲထံဒိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.

ကဘၣ်က့ၤကဒါဆူဟံၣ်ပူၤပူၤဖျဲးဖျဲးဒ်လဲၣ်

- တဘၣ်ဟးလၢခိၣ်,ပီၤထံ,မ့ၢ်တမ့ၢ်နီၣ်သိလ့ၣ်ဒိတဲာ်ထံဒိၣ်လီၤတဖၣ်, ဖဲထံဒိၣ်အိၣ်ဒိၣ်ဒိၣ်ဖဲအခါဒ်လဲၣ်န့ၣ်တဂ့ၢ်. ဟံၣ်ဖဲထံဒိၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
- ဖဲဘၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. ဖဲဘၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. ဖဲဘၣ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
- သိးဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. သိးဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
- ကးဘၣ်တၢ်ဘၣ်က့ၤမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. ကးဘၣ်တၢ်ဘၣ်က့ၤမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
- ကွၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ်တၢ်လၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. ကွၢ်ဟ့ၣ်ဘၣ်တၢ်လၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
 - ✓ ထံဒိၣ်လီၤဒုးကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်အဘၣ်သီန့ၣ်လီၤဆူဟံၣ်အပူၤသ့လီၤ
 - ✓ ကံသံမ့ၢ်တမ့ၢ်လီၤမ့ၢ်အူတၢ်သ့တၢ်စွဲဘၣ်တဘၣ်ကဟးဂီၤသ့သ့သ့
 - ✓ န့ၣ်ဟံၣ်အက့ၢ်အဂီၤဘၣ်သ့သ့ကဟးဂီၤဝဲ
 - ✓ ရှၢ်ဒီးဆၢဖဲကီၢ်ဖိလၢအဂၤဘၣ်သ့သ့ကန့ၣ်လီၤအိၣ်ကဒါဒါန့ၣ်ဟံၣ်,တၢ်ဟံၣ်တၢ်အလီၢ်ခံဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်
 - ✓ ဂၢ်ကွၢ်ထံလၢအအိၣ်ဂၢ်ဝဲလၢတၢ်ဒါအပူၤတဖၣ်လၢအအိၣ်လၢန့ၣ်ဟံၣ်အလီၢ်ခံဒ်လဲၣ်အဂ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်
 - ✓ န့ၣ်ဟံၣ်ပူၤမ့ၢ်ထီၣ်ဘၣ်န့ၣ်န့ၣ်ကဘၣ်မၤကဆူကွၢ်အိၣ်တချုးန့ၣ်လီၤအိၣ်လၢအပူၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖဲန့ၣ်အူဖၣ်ဆါမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. ဖဲန့ၣ်အူဖၣ်ဆါမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
- တဘၣ်သ့မ့ၢ်အူဖၣ်ဆါမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်. တဘၣ်သ့မ့ၢ်အူဖၣ်ဆါမ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.
- ထံဒိၣ်လီၤန့ၣ်မၤဘၣ်အဘၣ်သီန့ၣ်လီၤအိၣ်တဖၣ်သ့လီၤ. သံသမိးသံကွၢ်ဘၣ်န့ၣ်ဟ့ၣ်ထံအကရၢခၢၣ်စးလၢမ့ၢ်န့ၣ်ထံလၢပဲးဘိအပူၤန့ၣ်တၢ်ကအီၤအီၤအဂီၢ်ပူၤဖျဲးဒါတက့ၢ်. ဖဲန့ၣ်တမ့ၢ်န့ၣ်ထံလၢပဲးဘိအပူၤန့ၣ်တၢ်ကအီၤအီၤအဂီၢ်ပူၤဖျဲးဒါတက့ၢ်.
- တဘၣ်ပီၤထံလၢထံယွၤလီၤအကျိၤတဖၣ်,ပီၣ်လဲၣ်န့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအကဲထီၣ်သ့န့ၣ်တက့ၢ်.

- ထံဒိန်အံ့ဆိတလဲဒီးသူးဝဲဒိန်တၢ်လၢအဘၣ်ထွဲဒီးနဟံၣ်ဒ်သီးပဲးဘိတဖၣ်, အီကတဲာ်အဘၣ်မ့တမ့ၢ်ဟီၣ်ကဘူးအဘၣ်အလီၢ်တဖၣ်သ့လီၤ.
- ဖဲနမ့ၢ်ထံၣ်ဝဲဒိန်ကဲအဲးစဘဲးထီး(စ)န့ၣ်တဘၣ်လဲၤဖိၣ်အီတဂ့ၤဒီးဆဲးကျိးဘၣ်နလီၢ်ကဝီၤကီၣ်ကးကရၢတက့ၢ်.
- ဖဲနထံဘၣ်အဘၣ်သီအကျိၤအကျဲတဖၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးန့ၣ်, မၤစုၤလီၤနတၢ်သ့ထံးဒီးဆဲးကျိးပုၤစဲၣ်နီၤမၤတၢ်ဒီးထံကျိၤတဖၣ်တက့ၢ်.

ကွၢ်ထွဲလီၤနကစၢ်သးတက့ၢ်

- တၢ်တူၢ်ဘၣ်သးတၢ်မိၣ်တၢ်မးအါမံၤန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်လၢအညီၣ်နကဲထီၣ်အသး, ဟံးန့ၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢနကကွၢ်ထွဲလီၤနသးဒီးမၤန့ၣ်တၢ်မၤစုၤလီၤလၢပုၤလၢနအဲၣ်ဘၣ်တဖၣ်အအိၣ်တက့ၢ်.
- ဖဲနမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်လၢနသးဘၣ်တၢ်လုၢ်ဘၢနၤအခါ, နကိးဝဲဒိန် Mental Health and Wellbeing Hubs လၢတၢ်ဆိၣ်ထွဲကလီၤလၢလီၤတဲစီၣ်နီၢ် ၁၃၀၀ ၃၇၅ ၃၃၀ န့ၣ်သ့လီၤ.
- ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဘၣ်သးဒီးနတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့န့ၣ်, ထံၣ်လိာ်သးဒီးန GP တက့ၢ်. ကိးဘၣ် ၀၀၀ ဖဲမ့ၢ်အိၣ်လၢဂ့ၢ်ဂီၤအူတၢ်အိၣ်သးတခါအပူၤတက့ၢ်. ဖဲနကိးလီၤတဲစီၣ်မ့ၢ်တသ့အခါ, နကြးလဲၤဆူတၢ်ဆါဟံၣ်တဖျၢၣ်လၢအအိၣ်ဘူးဒီးနန့ၣ်လီၤ.
- ဖဲနမ့ၢ်မ့ၢ်ပုၤတဂၤလၢလၢနသ့ၣ်ညါမ့ၢ်အိၣ်လၢတၢ်သံးတၢ်စုၤအပူၤန့ၣ်, ကိးဘၣ် Lifeline လၢ ၁၃ ၁၁ ၁၄ မ့တမ့ၢ် Beyond Blue လၢ ၁၃၀၀ ၂၂၄ ၆၃၆ တက့ၢ်.

မၤန့ၢ်ကျိၣ်စ့တၢ်မၤစုၤတက့ၢ်.

- ဖဲနဟံၣ်နယီၤမ့ၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးဒီးထံဒိန်န့ၣ်, ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကကြးဘၣ်ဝဲဒိန်လၢဂ့ၢ်ဂီၤအူတၢ်ဟ့ၣ်စ့တဘျီအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါအဂီၢ်လဲၤကွၢ်ဘၣ်ဖဲ <https://emergencypayments.dffh.vic.gov.au> တက့ၢ်.
- တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်က့ၤသးအတၢ်မၤစုၤန့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကအိၣ်ဝဲဒိန်ဖဲနအိၣ်ဆိးလၢနဟံၣ်တသ့ဘၣ်မ့ၢ်လၢဟံၣ်ဟးဂီၤမ့တမ့ၢ်နက့ၤဆူနဟံၣ်တသ့ဘၣ်အိၣ်အါန့ၣ်ဒီးဂ့ၤသီအခါန့ၣ်လီၤ. လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါအဂီၢ်လဲၤကွၢ်ဘၣ်ဖဲ <https://services.dffh.vic.gov.au/personal-hardship-assistance-program>
- တၢ်မၤဂ့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤတၢ်လၢတၢ်တတးတနါအစ့ဆိၣ်ထွဲမၤစုၤန့ၣ်အိၣ်ဝဲဒိန်လၢပုၤမၤတၢ်ဖိတဖၣ်ဒီးပုၤကူၣ်လဲၤမၤကၤတၢ်ဖိတဖၣ်လၢအစ့တၢ်ဟဲန့ၣ်တအိၣ်လၢဘၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်တတးတနါအဒိၣ်အမ့ၢ်တခါအယိတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်တတးတနါကဲထီၣ်ဝံၤအလီၢ်ခဲန့ၣ်နမၤန့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်စ့တဖၣ်လၢအထီၣ်ဘးတၢ်ဆၢကတီၢ် ၁၃ နံ့အဂီၢ်သ့လီၤ. လဲၤကွၢ်ဘၣ်ဖဲ <https://www.servicesaustralia.gov.au/natural-disaster-events?context=60042> လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါအဂီၢ်တက့ၢ်.
- ဖဲနမ့ၢ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးအဒိၣ်အမ့ၢ်တခါမ့တမ့ၢ်နဟံၣ်ဟးဂီၤဒိၣ်ဒိၣ်မ့ၢ်မ့ၢ်လၢထံဒိၣ်အယိန့ၣ်ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်နကကြးဘၣ်ဝဲဒိန်လၢအိးစတြဲလယါပဒိၣ်တၢ်တတးတနါအတၢ်မၤဂ့ၤထီၣ်က့ၤတၢ်အတၢ်ဟ့ၣ်စ့(Australian Government Disaster Recovery Payment) အဂီၢ်လီၤ. သးပုၤတဖၣ်မၤန့ၢ်စ့ \$1,000 ဒီးဖိသၣ်တဖၣ်မၤန့ၢ်စ့ \$400 သ့လီၤ. လဲၤကွၢ်ဘၣ်ဖဲ <https://www.servicesaustralia.gov.au/victorian-floods-october-2022-australian-government-disaster-recovery-payment> လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါအဂီၢ်တက့ၢ်.
- ကိးဘၣ်တၢ်ဂ့ၤထီၣ်ကဒါက့ၤလၢထံဒိၣ်အယိအလီၢ်ကျိၤ (Flood Recovery Hotline) လၢ ၁၈၀၀ ၅၆၀ ၇၆၀ လၢတၢ်မၤစုၤအဂီၢ်ဟ့ၣ်ဒီးတစိၣ်တလီၢ်တၢ်အိၣ်ကဒုဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲအဂၤအဂီၢ်တက့ၢ်.
- ဖဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစုၤလုာ်ဒီးတၢ်အုၣ်ကီၤအတၢ်ဂ့ၢ်တဖၣ်အခါန့ၣ်, ကိးဘၣ်တၢ်အုၣ်ကီၤအကီၣ်ကးကရၢအိးစတြဲလယါတၢ်တတးတနါအလီၢ်ကျိၤလၢ ၁၈၀၀ ၇၃၄ ၆၂၁ တက့ၢ်. 1800 734 621.

လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်တၢ်ထုးထီၣ်ရၤလီၤတခါအံၤလၢအက့ၢ်အဂီၢ်လၢန့ၣ်အီၤသ့အဂီၢ်န့ၣ်,ဆၢအံၤမ့(လ)ဆူ
pph.communications@health.vic.gov.au တက့ၢ်.

