

# တၢ်တူၢ်လိာ်မုၢ်န့ၤဆူပုၤလၢနယၢၤလၢအပူၤဖျဲးဒီး တၢ်သဘံၣ်ဘျုးလိာ်န့ၣ်ကျဲ

တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢဘၣ်ဃးဟံၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဒီးကမ္မၢ်တၢ်(ဟံၣ်ဒွဲ)  
နီၢ်တၢ်အတၢ်ပူၤဖျဲးအစီၢ်တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ

**9-1-1**

တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်အတၢ်သိၣ်တၢ်တြီ(sirens)  
ဖိသၣ်အတၢ်ပူၤဖျဲးစီၢ်တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ  
လ့ၣ်ယီၢ်အတၢ်ပူၤဖျဲးစီၢ်တၢ်ဘံၣ်တၢ်ဘၢ  
လီၤတဲစိနီၣ်တၢ်လၢအရွဲဒိၣ်တဖၣ်



MINNESOTA COUNCIL OF CHURCHES  
refugee services

+ D6

## တၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢဘၣ်ဃးဟံၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ဒီးကမ္ပၢၢ်တၢ်(ဟံၣ်ဒွဲ)

### သီးခွဲးဒီးသီးအတဖၣ်

- နတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်မဲနံၣ်ကျၢၣ်ကဘၣ်ဟးယၢ်ဝဲဝဲတြီသီးခွဲးခဲလၢၣ်လီၤ
- နကျဲန့ၣ်လီၤဝဲတြီန့ၣ်ကဘၣ်မၤတၢ်မၤစ့ၤစ့ၤဒီးသီးတၢ်ယၢ်အသးဘၣ်ဘျီးဘၣ်ဒါလီၤ
- တဘၣ်ဟ့ၣ်သ့နသီးခွဲးဆူပုၤလၢအတအိၣ်ဒီးနတပူၤယိတစ့ၤ
- နကဘၣ်သီးတၢ်ယၢ်နဝဲတြီဖဲလၢနဟးမ့ၢ်စ့ၤဖဲလၢနအိၣ်လၢအးပူၤအခါမ့ၢ်စ့ၤန့ၣ်လီၤ
- မဲၣ်ကလၢဝဲတြီလၢတၢ်သးဝံၣ်ဝံၣ်န့ၣ်ကဘၣ်တၢ်ဟံၣ်တံၢ်ယၢ်ဒီးသ့ၣ်ကုၣ်ဒ်သီးတၢ်အိးထီၣ်မ့ၢ်စ့ၤတၢ်သးထီၣ်အိးမ့ၢ်စ့ၤသုတန့ၢ်တစ့ၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ
- ကျဲဟဲန့ၣ်ဝဲတြီန့ၣ်အသီးအကဘၣ်မၤတၢ်မၤလီၤမ့ၢ်ဟးစိးဒီးထဲကျၢဟံၣ်ကစၢ်တဘျီယိတက့ၢ်
- တၢ်လီၤကိးတီၤဒဲး,တၢ်ပူၤ,တၢ်ချၢတၢ်ရၣ်ဖဲဒီးမ့ၢ်စ့ၤမ့ၢ်အူကဘၣ်ကပီၤစ့ၤလီၤ
- နလံာ်ပရၢအကဘၣ်သီးတၢ်သးစ့ၤစ့ၤဘၣ်ဘၣ်လီၤ
- တဘၣ်ဟံၣ်သ့ၣ်နသီးခွဲးလၢနတသ့အိၣ်(အဘျဲၣ်)တဘိလၢဝဲတြီချၢနိတဘျီတစ့ၤ



### လၢနဟံၣ်ဒွဲ(ဟံၣ်ဒီးလဲ)ပုၤ

- ဒီးသ့ၣ်ဒီးသးဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢတၢ်အိၣ်ဝးတရံးနၤမၤနီၣ်မၤယၢ်ပုၤလၢအဟဲန့ၣ်ဟးထီၣ်. ပုၤလၢအအိၣ် ဖဲ အံၤပုၤလၢအတအိၣ်ဖဲအံၤ(ဘၣ်ဃးဒီးတၢ်လီၤအံၤတဘၣ်ဃးဒီးတၢ်လီၤအံၤတက့ၢ်)
- မၤလီၤတၢ်ကျဲဟဲန့ၣ်,ကါကရး(ကြး)ဟီၣ်ခိၣ်လိသၣ်လၢပူၤကျဲပူၤမ့ၢ်အူကဘၣ်ကပီၤစ့ၤလီၤ
- ဖၢန့ၣ်လီၤတၢ်ကမ့ၢ်တၢ်တယၢ်လၢအပူၤတက့ၢ်တဘၣ်ဟံၣ်လၢသၣ်လၢပူၤ,ကျဲစၢ်ပူၤဒီးတၢ်ချၢတစ့ၤ
- ထၢထီၣ်ကွံာ်တၢ်လၢနမၤလီၤတဲာ်,ဟံၣ်တၢ်လီၤတဖၣ်ကဆဲးကဆိဒ်အညီၣ်န့ၣ်အသိးတက့ၢ်
- ဖိသၣ်တဖၣ်ကဘၣ်တၢ်ကွၢ်ထွဲအိးလၢပုၤဒိၣ်တၢ်ခိၣ်ပျဲဖဲလၢအလီၤကွဲလၢတၢ်ချၢမ့ၢ်စ့ၤလၢနတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်အကပီၤပူၤမ့ၢ်စ့ၤ,သိၣ်လိအိးလၢသုတလီၤကွဲလၢကျဲပူၤတစ့ၤ
- ထီၣ်န့ၣ်သီးတၢ်ယၢ်နဝဲတြီဖဲနမၤတၢ်လၢကရၢပူၤမ့ၢ်စ့ၤဟးလီၤကွဲလၢကရၢပူၤမ့ၢ်စ့ၤနမ့ၢ်စ့ၤအိၣ်ဒီး တၢ်ပိး တၢ် လီလၢကဒိသအနု(မ့)လီၤတဲာ်န့ၣ်စိာ်ယၢ်အိးထီၣ်တက့ၢ်
- တဘၣ်ဟံၣ်နဝဲတြီဟံၣ်တလိပျီကတိကျိကျိဖိတစ့ၤ(အခိပညီနတသီးတၢ်ယၢ်ဘၣ်)တဘၣ်မၤဒ်န့ၣ်တစ့ၤ



## လၢနဟံၣ်နွဲပူ

- မၤသ့ၣ်ညါနသးလၢပူလၢနခိၣ်နယၢမၤလိသ့နသးဖဲနလိၣ်တၢ်မၤစၢအခါနကိးပူလၢအကမၤစၢနသ့.
- နမ့ၢ်ပျဲန့ၢ်ဘၣ်ပူတၢ်စၢလၢနအးပူဒီးနတၢ်ဆိကမိၣ်မ့အိၣ်ထီၣ်တခါခါလံန့ၣ်ဒီး,နီဟးထီၣ်ကွၢ်အိၣ်တဲအိၣ် လၢကဟးထီၣ်မ့တမ့ၢ်နဟးထီၣ်တက့ၢ်.ဟ်မၤနသးဒ်နတအိၣ်တၢ်စၢဘၣ်လဲၤတဲဘၣ်နတံၤသကိး(မ့)နန့ၣ်ဖိထၢဖိလၢအမံဘူးဒီး နၢအအး, သိၣ်လိဖိသၣ် ဒီး ပူကွၢ်ဖိသၣ်ဆံးတဖၣ် သုတတဲဟူထီၣ်သါလီၤ ဘၣ်ဃးမတၢ်ဟဲန့ၢ်လၢအးပူဟးထီၣ်ကွၢ်ဆူဟံၣ်ပူဆံးယံၣ်လဲၣ်န့ၣ်မၤတဲသိၣ်တဲသဲတစ့.
- ဟ်မ့ၢ်နွဲဒီးလၢဖိသၣ်ဖိၣ်တတုၤအလီၢ်တက့ၢ်.
- နမ့ၢ်ထံၣ်လၢပူဘၣ်တူၢ်ဖျိနဟံၣ်လံန့ၣ်တဘၣ်က့ၤနတစ့လဲၤဆူတၢ်တဖၢအလီၢ်ဒီးကိး(၉၁၁)တက့ၢ်.
- ပလီၢ်နသးဖဲနသ့ခိၣ်ဖျူထၢၣ်(အုၣ်ထၢၣ်နဲၣ်)မ့တမ့ၢ်လီၤကျိၤကျဲၤသန့.ဖဲနတဲလီၤနကစၢ်အစ့ၢ်အကျိၤန့ၣ်ပလီၢ်နသးတက့ၢ်.
- နကဘၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်နၢယိတၢ်ကိးပသုလၢအမၤတၢ်မၤ,မ့တမၤတၢ်မၤဒီးတဲဘၣ်နဟံၣ်ကစၢ်တက့ၢ်.မၤကွၢ်အိၣ်တလါတဘျီတက့ၢ်.တဘၣ်ထုးကွၢ်အလီၤအုၣ်မ့တမ့ၢ်ဝဲကွၢ်အိၣ်လၢနတၢ်န့ၣ်အချၢတစ့.



- သူ(လိ/ဂ်)မ့ၢ်အုၣ်ဖိၣ်ထဲလၢနဖိအိၣ်တၢ်အစီၢ်တက့ၢ်.တဘၣ်သူအိၣ်လၢနကဆူးမ့ၢ်အုၣ်ဒီးမၤကလၢထီၣ်နဟံၣ်ပူအစီၢ်တစ့,ဒီးတဘၣ်ဖၢန့ၢ်စ့ၢ်ကိးတၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢနတသ့အိၣ်တဖၣ်လၢအပူတစ့.
- တၢ်ပိးတၢ်လီၤလၢအမ့ၢ်တၢ်ဖိမ့တၢ်က့ၢ်ကိၣ်ဘၣ်ဃးဒီးလီၤမ့ၢ်အုၣ်ဖိၣ်ဆါထုးကွၢ်မ့ၢ်အုၣ်ပျဲဖဲနသ့အိၣ်တံၤကိးဘျီဒီးတက့ၢ်.
- မ့ၢ်အုၣ်မ့အိၣ်တၢ်ဘၣ်ဖုးလၢနဟံၣ်နွဲပူနမ့အိၣ်ဘၣ်ဖုးဒီးလီၤဒီးသဘျီ (ဂိတ်လျှေကဝး)တဘၣ်သူတစ့သုယိယိတက့ၢ်.



## နိတရအတတ်ပုထိုးတတ်ဘုံတတ်ဘာ

- နကလဲဆူလဲနကဟဲကွဆဲးယံလဲန့ထိဘိဒုးသ့ညါပုတရတက့.
- ဟးအိၣ်လၢပုအါကွါန့ဖျါအလီၢ်, ကျဲလၢတၢ်ကပိတုၤစ့ၤစ့ၤအလီၢ်, ပဒုၣ်ဟးဆဲးတပျီၣ်ကျါ, တၢ်လီၤကဒုအလီၢ်, ဒီး တၢ်လီၢ်လၢအလီၤသဒါ, ကျဲစၢ်လီၤ ဖူးလီၤ (ဖြတ်လမ်း) ကျဲဖိကျဲဆၣ်, တၢ်လီၤဖျၢၣ်လီၤဟံအလီၢ် ဖဲအသ့ ဟးဆဲးတက့. မ့ၢ်ဆါခိၣ်လဲၣ်ဟးနါစိတရတရ.



- ဖဲနဟးလီၢ်ကွဲအခါကွါန့ခိၣ်နယၢဒီးပလီၢ်ပဒီနသးလၢတၢ်အိၣ်ဝးတရံးန့ၤ, မၤဒ်သိးကကဲထီၣ်တၢ်ကိတၢ်ခဲလၢပုလၢကက့ၣ်ဖိၣ်န့တဖၣ်အစီၢ်တက့. ဟးဒ်အညီၣ်န့အသိးလၢတၢ်ထၢၣ်သ့ၣ်ထၢၣ်သးအပူထီဘိ.
- နမ့ၢ်သ့ပဒီၣ်အတၢ်လဲၣ်တၢ်ကွါန့ဆၣ်နီၤဘူးဒီးပုၤနီၣ်သိလ့ၣ်တက့.
- နမ့ၢ်သ့သိလ့ၣ်ဒီးလဲန့ၣ်မၤပုၤနီၣ်သိလ့ၣ်ကွါဟ့ၣ်န့တုၤလၢနလဲတုၤလၢတၢ်ကိပူတက့.
- ပလီၢ်နသးတဘၣ်မၤဖျါထီၣ်န့ၣ်န့တမ့ၢ်န့တဖၣ်အခး (ခြံးဒီးခး) တရ.
- နမ့ၢ်ထၢၣ်ဘူးဆုဒီးဖိၣ်ယံးယံးပံးပံးတၢ်တၢ်ဒီးနမိၢ်ပုၢ်ပံးလၢနမဲၣ်ညါဒ်သိးတၢ်ဘျၢၣ်/တမ့ၢ်စုၣ်န့ၣ်သ့တန့ၣ်ဒီးသုတကဲထီၣ်တၢ်ဘၣ်ဒ်ဘၣ်ထံး (မ့) မၤလီၤယံၢ်န့တရၢအစီၢ်တရၢ လီၤ. နမ့ၢ်ထၢၣ်ပဲချၢဒီးပံးတၢ်ဖိတၢ် လံၤ ဘူးဒီးနကစၢ်ဖဲနစုအိၣ်ကလိအခါတက့. စိၣ်တၢ်စ့ၤဖိလၢနစုလီၤတက့.
- တဘၣ်ဖျီၣ်/ထၢန့ၣ်ယံၢ်တၢ်ကန့ၣ်အလၢနန့ၣ်လီၤတရၢ, ပုၤမ့ၢ်ဟဲတဖျီန့ဒီးနတန့ၣ်ဟ့ဘၣ်.
- နလၢပုၤကွါဟ့ၣ်ကွါစုၣ်န့အိၣ်တက့, တဘၣ်မဲၣ်ဆုးလၢနကသုးယံၢ်ကွဲနသးလၢတၢ်အိၣ်သးဒ်န့ၣ်အဖိခိၣ်တရၢ.
- ဒ်တၢ်စ့ၢ်လၢထးအသိး, ပလီၢ်ပဒီနသးဒီးပံးသ့ၣ်ပံးသးဘၣ်ယးဒီးတၢ်အိၣ်ဝးတရံးန့တက့. နမ့ၢ်သ့ၣ်ညါလံတၢ်ပုထိုးတတ်ဘုံတတ်ဘာတအိၣ်လၢနစီၢ်ဘၣ်န့ၣ်ကိးပၤကီၢ်တက့.





၉-၁-၁ မူဒါမ့ၢ်ဝဲစ့ၢ်စီၤအူဝဲကျိၤလီၤနီၣ်ခံၢ်အံၤတလိၣ်နဟ့ၣ်အပျီၣ်ဘၣ်နကိးလၢလီၤတဲစိတဖျၢၣ်စ့ၤတဖျၢၣ်စ့ၤန့ၢ်ဝဲလီၤဝဲစ့ၢ်စီၤအူမ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်တမံၤမံၤန့ၣ်နကတိၤအဲကလံးကျိၣ်မ့တဘၣ်သန့က့နကိးသ့လီၤနကတိၤအဲကလံးကျိၣ်မ့တဘၣ်သန့က့(၉-၁-၁)ကယုန့ၢ်နပျၢကျိၣ်ထံတၢ်လၢလီၤတဲစိအပူၤလီၤ

၉၁၁ဘၣ်ကိးအိၣ်အခါဖဲလဲၣ်

- တၢ်စ့ၢ်လၢအလီၢ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢပၤကီၢ်ကဘၣ်ဟဲက့ၢ်ဒ်အမ့ၢ်ဝဲပျၢမၤဒၣ်လိၣ်သး(မ့)ပျၢတမ့ၢ်ပျၢတစၤ
- တၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ဆါဟံၣ်သိလ့ၣ်တၢ်မၤစၤလၢစ့ၢ်စီၤအူတၢ်ဆါအစီၢ်
- မ့ၢ်အူအိၣ်တၢ်
- ပျၢမၤကမၢ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီသဲစးတၢ်ဘျၢ
- တၢ်လၢတညီန့ၢ်မၤအသး(မ့)ပျၢမၤထီဒါတၢ်သိၣ်တၢ်သီ (အဒိ.တၢ်ကလုၢ်သိၣ်ပလီၢ်,ပျၢခးကျိ,ပျၢကိးပသူယုတၢ်မၤစၤ,မဲၣ်ကလၢသ့ၣ်ဖးသိၣ်လီၤဆီ,ပျၢစိၣ်ဟ့ၣ်တၢ်ဖိတၢ်လံၤလၢပျၢဟံၣ်ပူၤ

ကဘၣ်ကိး၉-၁-၁ဒ်လဲၣ်

- 1.) တူလီၤ၉-၁-၁
- 2.) နကတိၤအဲကလံးကျိၣ်မ့တဘၣ်သန့က့န့ၣ်တဲဘၣ်ပျၢဘၣ်မူဘၣ်ဒါန့ၣ်ကျိၣ်လၢနကတိၤတက့ၢ်
- 3.) တဲဘၣ်ပျၢဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢနအိၣ်တၢ်လီၢ်ဟ်ယုၣ်ဒီးဝဲလၢနအိၣ်လၢအပူၤတက့ၢ်
- 4.) ကိးမၤစၤ(ဟဲလ်ဖုး)(HELP)



## တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တၢ်ကလုာ်အသိၣ်

တၢ်ချၢတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တၢ်ကလုာ်အသိၣ်, ပှၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါလၢ မူခိၣ် နကလံၤသိၣ်စီၤတဖၣ် ငးထီၣ်စဲၤ ထၢၣ်ပလီၢ်ပှၤလၢစ့ၢ်စီၤအူကဲထီၣ်လၢသးလၢတၢ်ချၢလၢတၢ်လီၢ်အၤန့ၣ်လီၤ.နမ့ၢ်န့ၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တၢ်ကလုာ်သိၣ်လံၤ က့ၤန့ၣ်ဆူနဒးပူၤ အိၣ်ထီၣ်လီၢ်တၢ်စီၤမူ(TV) (မ့)ကလံၤဒၤ မ့ၢ်တၢ် မနုၤလီၤပျံၤကဲ ထီၣ်သးလဲၣ်ဒီးနကဒိသဒးနသးဒ်လဲၣ်.



လၢန့ၣ်လဲၤတရံးအတီၢ်ပူၤရမစံၤကီၢ်ရၣ်လီၢ်ကဝီၤမၤကွၢ်ဝဲတၢ်ချၢတၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တၢ်ကလုာ်အသိၣ်ဖဲမ့ၢ်ပျံၤအခိၣ်ထံးတနံၤဖဲဟါခိတန့ၣ်ရံၣ်လၢလါတလါအပူၤန့ၣ်လီၤ.

### ကလံၤမ့ၢ်တဝံးကဲထီၣ်လံ

ကလံၤမ့ၢ်တဝံးမ့ၢ်ကဲထီၣ်လံန့ၣ်တၢ်ဟ့ၣ်ပလီၢ်တၢ်ကလုာ်ကသိၣ်ထီၣ်ဝဲလီၤ.ကလံၤမ့ၢ်တဝံးန့ၣ်မၤသဘံးမၤဟးစီၤတၢ်သ့ဒိၣ်မးလီၤ.နမ့ၢ်အိၣ်လၢတၢ်ချၢန့ၣ်ယုၢ်န့ၣ်ဆူဟံၣ်ပူၤဟီၣ်ခိၣ်လၢတကထၢတက့ၢ်(မ့)ယုၢ်အိၣ်ကျးနသးတၢ် သ့ၣ် ထီၣ်လၢ အၤကၢၤလၢ လၢ အအိၣ်ဘူး,ဟံၣ်ဟီၣ်ခိၣ်လၢတကထၢန့ၣ်စ့ၤကတၢ်လီၤ.ဒၤပူၤလၢပဲတြီဖိတအိၣ် ကျဲဖျိထီၣ်လၢနစီၢ်မ့တအိၣ်နီတပူၤဘၣ်န့ၣ်ယုထၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်ပူၤပူၤလၢလီၤကျဲ(ဘျီၣ်ခိၣ်ပူၤကျဲ),တၢ်လုာ်ထံလီၢ်(မ့)တၢ်ဟံၣ်ကူကၢလီၢ်လၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်အဖုၣ်ကတၢ်တပတီၢ်တကထၢတက့ၢ်.



- **နဖိအိၣ်ဖဲလဲၣ်န့ၣ်နကဘၣ်သ့ၣ်ညါ.**မၤနဖိတဲဘၣ်နၤ (မ့)မၤယုအခွဲး တချုးလၢအဟးထီၣ်လၢဟံၣ်ပုၤဒီးဟ့ၣ်အိၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢနကဆဲးကျိးအိၣ်(မ့)ကဘၣ်ဟဲက့ၤတုၤဆူဟံၣ်အဆၢကတီၢ်.ဖဲအသ့မၤအဟ့ၣ်နၤလိတဲစိနီၣ်ခိၣ်လၢတၢ်လီၢ်လၢအကလဲၤဝဲ.
- **မၤစၢဖိသၣ်လၢကမၤလိန့ၣ်လိတဲစိနီၣ်ခိၣ်လၢအဂ့ၢ်တဖၣ်.** မၤလိနဖိလၢနဟံၣ်လိတဲစိနီၣ်ခိၣ် န အိၣ်တၢ်လီၢ်, န တၢ် မၤ လီၢ်.စုစိၣ်လိတဲစိနီၣ်ခိၣ်. တၢ်ဝဲမ့တန့ၢ်ဘၣ်န့ၣ်ကွဲး ဟံၣ်ယၢ်န့ၢ်အိၣ်လၢခးဖိလိမၤအဟးစိၣ်ယုၣ် ဒီး အိၣ်ထီၣ်တၢ်.တဲဘၣ်နဖိလၢနကလဲၤဖဲလဲၣ်ဒီးဆဲးကျိးနၤန့ၢ်စ့ၤစ့ၤဘၣ်ဘၣ်အလီၢ်တက့ၢ်.
- **ဟံၣ်ပနီၣ်ယၢ်တၢ်လီၢ်လၢနဖိလဲၤန့ၢ်သ့အလီၢ်လၢပုၤလၢနခိၣ်နယၢ်အကျိတက့ၢ်.**တဘၣ်အိၣ်အခိ လုၢ်လိၤကျဲလၢသိလ့ၣ်ဟးအိၣ်အလီၢ်ဘၣ်.တဘၣ်စၢလီၢ်ကွဲလၢတၢ်နၢၣ်တၢ်စ့(မ့)တၢ်သ့ၣ်ထီၣ်လၢပုၤတ လဲၤတ က့ၤ . တၢ်လီၢ်လိၤဖျဲၣ်လိၤဟံၣ်လၢပုၤလၢနခိၣ်နယၢ်တအဲၣ်ဒီးနဖိကလဲၤဘၣ်န့ၣ်ပျဲလဲၤနဖိတစ့ၤ.
- **မၤသ့ၣ်ညါနသးဒီးနဖိအသကိး.**ထံၣ်လိၢ်သးဒီးအခိၣ်အဟံၣ်တချုးလၢနပျဲလဲၤနဖိလၢအဟံၣ်ဒီးဘၣ်.နထံၣ်လိၢ်သးမ့တချုးမၤနီၣ်ယၢ်အလိတဲစိနီၣ်ခိၣ်.ကိးအဝဲသ့ၣ်သံကွၢ်အဝဲသ့ၣ်နဖိလဲၤလၢအဟံၣ်မၤတၢ်မနုၤ လဲၣ်.မ့ၢ်ပုၤကကွၢ်ထွဲအဝဲသ့ၣ်စ့ၢ်ခါ.
- **ယုထၢဟံၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တၢ်ဘၢလၢပုၤလၢအအိၣ်ဘူးဒီးနၤတက့ၢ်.** ယုထၢပုၤလၢအအိၣ်ဘူးဒီးနၤအဟံၣ်ဖဲနဖိမ့ၢ်လိၣ်တၢ်မၤစၢလဲၤဝဲကသ့န့ၣ်တက့ၢ်. ငးန့ၣ်စ့ၢ်ကိးတၢ်လီၢ်အစၢလၢအဝဲၣ်သ့ၣ်မ့ၢ်လိၣ်တၢ် မၤ စၢန့ၣ်လဲၤဝဲသ့ၣ်အမ့ၢ်ကျးအး.လံာ်ရိအး.ပၤကီၢ်ဝဲၤအး
- **သိၣ်လိနဖိလၢကသ့တဲဆၢတၢ်တက့ၢ်သ့တမၤဆၢတၢ်လၢတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးတစ့ၤ.**ငးသ့ၣ်နီၣ်အိၣ်လၢတၢ်ဆဲးခွဲးပုၤတဲကလိၢ်ပုၤကတိၤကလိၢ်ကလိၢ်ပုၤန့ၣ်ကဲထီၣ်တၢ်မၤဆါပုၤဒီးကဲၣ်တဲၤဒါသ့လီၤ.
- **မၤသကိးတၢ်ဒီးပုၤလၢအအိၣ်ဆိးဘူးဒီးနၤတဖၣ်တက့ၢ်.**ကွၢ်တၢ်လၢအလိၤသးဒီးဒီးအဝဲသ့ၣ်တၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢတညီၣ်နၤမၤအသးလၢပုၤလၢအအိၣ်ဘူးဒီးနၤတဖၣ်တက့ၢ် မၤသ့ၣ်ညါလိၢ်နသးဒီးပုၤလၢအအိၣ်ဘူး ဒီးနၤဒ်သိးတစၢဒီးတစၢသ့ကွၢ်ထွဲလိၣ်သ့သးကသ့အဂီၢ်.
- **စ့ၣ်ဖိလ်အတၢ်တၢ်သိၣ်တၢ်သိၣ်အိၣ်ဝဲစ့ၤထံၣ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.**တၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်အိၣ်ဝဲ,ပုၤဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပျဲမ့တဟံၣ်န့ၣ် ဖိသၣ်ဟးထီၣ်လၢတၢ်ချၢ တန့ၢ်ဘၣ် . စးထီၣ်ဟါခိ ၁၀ နၣ်ရံၣ်တုၤစီခိ ၅ နၣ်ရံၣ် ဖိသၣ်၁၆န့ၣ်ဆူအဖိလ် ပုၤဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပျဲမ့တဟံၣ်ဟး : ထီၣ်လၢတၢ်ချၢတန့ၢ်ဘၣ်. ဖိသၣ်၁၆န့ၣ်တုၤ၁၇န့ၣ် ပုၤဒိၣ်တုၣ်ခိၣ်ပျဲမ့တဟံၣ်စီခိ ၁၂:၀၀တုၤစီခိ ၅:၀၀နၣ်ရံၣ်ဟးထီၣ်လၢတၢ်ချၢတန့ၢ်ဘၣ်.

# လှည့်ယှိတ် တာပူဖျားတာဘိတ်တာဘာ



## တာလဲကွဲတာပနီခိတ်

- အါဒေတာတကွဲန့ဒ်လှည့်ယှိတ်န့ဒ်ကဘိတ်လဲကွဲဒ်သိးလိတ်သးဒီးသိလှည့်လဲကွဲလီ.တာကဘိတ်လဲကွဲလဲအထွဲ စီစုဒီးတာကနူ ၃ ခိတ်ယှိတ်န့ဒ် မှာဒ်သိးတာခိတ်စူကန့ဒ်အုတ်တာလဲအဘိတ်ဒ်ဘိတ်ထံးတာသုတဖုတ်သုတဘိတ်န့ဒ်တရဲအစီလီ.ဖဲန့ဒ်ပိတ်ကွဲ ဖဲပုပတ်ပတုတ်သိလှည့်အလီန့ဒ် ဟ့တ်တာလီတာပနီ ညးယံတ်ထီတ်နသးလဲအစီစုကတာန့ဒ်တကွဲ ပုပုအိးထီတ်ပဲတြီန့ဒ်သုတဘိတ်ဒ်န့ဒ်တရဲအစီလီ.ထီဘိတ်န့ဒ်လဲကပတ်အီလဲစုစုတ်တကပတကွဲ.
- န့မှာဒီးလှည့်ယှိတ်လဲခိတ်ကွဲန့ဒ်စံတ်လီဒီးခိတ်န့ဒ်လှည့်ယှိတ်တကွဲန့မှာဒီးဘိတ်ဖုးဒီးယှိတ်ကယိယိလဲတာပလီပဒီအပူဒီးဒုးသ့ညါပုပုလဲန့ဟဲယိတကွဲ.ပလီနသးလီခိတ်တာဖဲန့ကန့ဒ်လီဆူကွဲဖိပူဒီးကွဲမှာပူတကွဲ..
- တာခိတ်လှည့်မ့ဒ်အူကွဲ.တာဘိတ်အဲအပူခိတ်ပုး.ဒီးတာအနာတ်.တာတရဲ.တယာ်လီနသးလဲလှည့်ယှိတ်လီခိတ်သိးလှည့်ယှိတ်ခိတ်ပတ်မ့ကတတ်န့သုတဘိတ်ဒ်ဘိတ်တဲတ်ကုတဲတ်တရဲအစီလီ.ခိတ်လှည့်မ့ဒ်အူကွဲထဲလဲတာဟ့တ်ခိတ်အလီတကွဲ.တချုးန့ခိတ်လှည့်မ့ဒ်အူကွဲကွဲတာကိးကပဖဲးကိးဘျီဒီး.ထီဘိတ် ကွဲဒီးဒီးကန့ဒ်တချုးလဲ န့ခိတ်ကွဲတကွဲ.

## တာပူဖျားဘိတ်ပးဘးစံအခိတ်အပာ

- တချုးလဲန့လဲတလဲဘးစံမ့တမှာန့ဆိတ်လဲကွဲဘိတ်န့ဒ်မဲလီတာ်ဒ်သိးပုနီညါသိလှည့်ကထံတ်န့ ဒုးန့တ် တာ ပနီန့မ့တထံတ်ဘးစံအမဲထံကလဲဘိတ်န့ဒ်ပုနီညါသိလှည့်တထံတ်န့ဘိတ်.
- တဘိတ်လဲခိတ်ဘးစံအထွဲတကပနီတဘျီတရဲလဲလဲအစုတ်တကပတကွဲမှာလဲ ဘးစံကအိတ်ပတုတ်အခါဖဲလဲန့တသ့ညါဘိတ်.
- တဘိတ်တရဲဘးစံအမဲညါတရဲ.ခိးတုလဲအပးထီတ်ကွဲတစုမးလဲတကွဲ.

## တာယတ်တရဲအတာပနီ

တချုးလဲန့လဲတရဲန့ခိတ်မ့တမှာန့ဆိတ်လဲကွဲန့ဒ်ဒုးန့တ်တာပနီတကွဲ.ကွဲးစးကတီဆိနသးလဲစုမံးနံးအတီ ပူတကွဲ. ဒုးန့တ်ဆိတာပနီတချုးလဲ၁၀၀ခိတ်ယှိတ်ဖဲလဲန့တချုးဆိတ်လဲကွဲ မ့တမှာန့တချုးတရဲဒီးန့ခိတ်ဒီးဘိတ်တကွဲ.

## တာအိတ်ဖျါလဲလီခိတ်တကပ



ယတရဲဆူအစုတ်

ယအိတ်ပတုတ်(မ့)ကဘာလီ

ယတရဲဆူအထွဲ



# လီတဲစီနီဉ်ဂံာ်လာအရူဒိဉ်



စ့ာ်စီအူ: 9-1-1

တမ့ာ်စ့ာ်စီအူဘဉ်: 651-767-0640

တာ်အိဉ်ဘဉ်,အီဘဉ်ဖိဉ်ဘဉ်လီလူဘဉ်တာ်စုဉ်တာ်ပျာ်အစီာ်စ့ာ်စီအူ U.S. လီတဲစီ 1-800-222-1222

ဟ်ဖျါထီဉ်တာ်စ့ာ်ကီဆူစ့ာ်ပူပုဘဉ်မူဘဉ်ဒါ: (651) 266-8989