

မၤန့ၢ်တၢ်ဆူး
တၢ်ဆါအတၢ်မၤစၢၤ
ဖဲမ့ၢ်ဘူၣ်နံၤ,
မ့ၢ်ဒီးနံၤတဖၣ်,
နံၤသဘျတဖၣ်ဒီး
လၢမ့ၢ်နၢၤခီ



ဘၣ်ဃးကီၢ်အိၣ်စၢၤတြၢလယါတၢ်ဆူးတၢ်ဆါတၢ်ကူစါ
ယါဘျါအသနူအံၤတၢ်နၢၤပၢၢ်ဘၣ်အီၤကီၢ်တခါန့ၣ်
လီၤ.နၢၤဒီးနဟံၣ်ဖိယိဖိမ့ၢ်ဆိးက့ဆါဘီ,တဘျီတခါ
မ့ၢ်ကသူတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤဖဲလဲၣ်တခါလဲၣ်,နသူအီၤသ့အခါ
ဖဲလဲၣ်ဒီးအပူၤကလၢၢ်ထဲလဲၣ်န့ၣ်ကကီၢ်ဖဲဒၣ်လၢနကသ့ၣ်
ညါအီၤလီၤ.တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤတဖၣ်အံၤမၤစၢၤနၢၤလၢနကနၢၤပၢၢ်
တၢ်ဂ့ၢ်တဆံးတက့ၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါအသနူတဖၣ်
လၢအိၣ်စၢၤတြၢလယါအပူၤလီၤ.

ဝံသးစူၤမၤနီၣ်န့ၣ်လၢနမ့ၢ်ပူၤလၢအမၤန့ၢ်ထံၣ်ကီၢ်သးတၢ်အိၣ်ကလုလၢ
ထံကီၢ်အံၤတခါနကဒီးန့ၢ်ဘၣ်တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်ကူစါယါဘျါလၢဂ့ၢ်
ဂီၤအူအဲၤကျိၤအလီၢ်လၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤသန့က့တၢ်ဆူးတၢ်ဆါအတၢ်တိစၢၤ
မၤစၢၤလၢအဂၤတခါနကဒီးန့ၢ်ဘၣ်အီၤအံၤဒီးသန့အသးလၢနတၢ်အိၣ်ကီၢ်
တၢ်ပျဲ (visa) နဲလဲၣ်တကလုၣ်အဖိခိၣ်လီၤ.အဲၤသ့ၣ်တဖၣ်ညိၣ်န့ၢ်ဆိတလဲအသး
တၢ်ဆါကတီၢ်တကတီၢ်အပူၤ,အယိပဟ့ၣ်သဆၣ်ထီၣ်န့ၢ်လၢနကမၤလီၤ
တံၢ်အီၤဒီးပူၤလူၤမၤန့ၢ်တၢ်လၢနဂီၢ်ဘၣ်ဃးတၢ်အိၣ်သးလၢခဲခဲအံၤမ့ၢ်မန့ၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဖဲနအိၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဒီးနကသံၣ်သရၣ်
အတၢ်ဆါဟံၣ်ဖိအံၤတၢ်မ့ၢ်တအိၣ်အီၤ

ဖဲနအိၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဒီးနလိၣ်ဘၣ်ကသံၣ်သရၣ်လၢမ့ၢ်နၢၤခီ,လၢမ့ၢ်ဘူၣ်နံၤ,
မ့ၢ်ဒီးနံၤဒီးနံၤသဘျတဖၣ်တခါန့ၣ်ဒဲဒၣ်တၢ်တိစၢၤမၤစၢၤလၢအဘၣ်
ထွဲဒီးတၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

- လၢလီၤတဲစိတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးအဂီၢ်-
- ပူၤက့ၢ်ပူၤဆါလၢအတူၢ်လိၣ်လီၤတဲစိတၢ်ကိးလၢလီၤတဲစိနီၢ်ဂံၢ်
1300 60 60 24 (လၢVictoria ကီၢ်ခဲၣ်အပူၤ)
 - ကသံၣ်သရၣ်လၢအမၤတၢ်ဖဲတၢ်ဖဲဒီးတၢ်မၤအဆါကတီၢ်ဝံၤအလီၢ်ခဲအတၢ်မၤစၢၤ
အလီၢ်ကျိၤ 1800 022 222

“ လၢအိၣ်စၢၤတြၢလယါအပူၤဟံၣ်ဖိယိဖိအကသံၣ်သရၣ်တဖၣ်
န့ၣ်တၢ်ကိးစ့ၢ်ကိးအိၣ်ဒီးပူၤကူစါယါဘျါတၢ်ထီၣ်ရီၤ(GP)န့ၣ်လီၤ.”

လၢတၢ်ကလုန့ၢ်ကသံၣ်သရၣ်လၢနဟဲဆူနဟံၣ်-
ဖဲနအိၣ်မ့ၢ်ဒီးပူၤကူစါယါဘျါတၢ်ထီၣ်ရီၤတဂၤတခါယုသ့ၣ်ညါမ့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ
အတၢ်ဖဲဒီးတၢ်မၤန့ၢ်တခါလဲၣ်လၢနပူၤကူစါယါဘျါတၢ်ထီၣ်ရီၤတဂၤအံၤသ့ၣ်ဒၣ်
လဲၣ်န့ၣ်တက့ၢ်-

တၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖဲဒီးတၢ်မၤအမံၤ- _____
နီၢ်ဂံၢ်- _____

ဖဲနမ့ၢ်တအိၣ်ဒီးပူၤကူစါယါဘျါတၢ်ထီၣ်ရီၤလၢနလဲၣ်ထံၣ်
ညိၣ်န့ၢ်အီၤတဂၤဘၣ်တခါ-

- ဟံၣ်အကသံၣ်သရၣ်လၢ 13 74 25 (လၢဘံးထီၣ်ရီၤကီၢ်ခဲၣ်အပူၤ)

နမ့ၢ်တကတီၢ်အဲးကလံးကျိၣ်တခါပူၤကျိးထံတၢ်ကမၤစၢၤနၢၤ
လၢနကန့ၢ်ဆဲးကျိးဒီးတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤလၢထးတဖၣ်အံၤတခါခါန့ၣ်လီၤ.

- 1 ကိးဘၣ်TIS ကီၢ်ခိဘျီအပတီၢ်လၢ 131 450 ဒီးယုအဲၤသ့ၣ်
လၢပူၤကျိးထံတၢ်တက့ၢ်.
- 2 မၤTIS အပူၤကျိးထံတၢ်လၢကကိးန့ၢ်နၢၤတၢ်တိစၢၤမၤစၢၤလၢနလိၣ်ဘၣ်လၢန
ကကတီၢ်တၢ်အဂီၢ်.

တၢ်ဆါဟံၣ်ဂ့ၢ်ဂီၤအူအဝဲၤကျိၤ

နမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်တၢ်ကကျိၤန့ၢ်လၢနတၢ်ဆါအတၢ်ဂ့ၢ်ကိတဖၣ်ဒ်တၢ်ကသါ,သ့ၣ်ယူၤလီၤလၢတအိၣ်ပတၢ်, ယံကံၤ,ခိၣ်သၣ်ယံဘၣ်ဒိမ့တမ့ၢ်သးနါပှၢ်ဆါတခါ,ကိးဘၣ် **000 လၢတၢ်ကမၤန့ၢ်သိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါ**မ့တမ့ၢ်လဲၤဘၣ်ဆူတၢ်ဆါဟံၣ်လၢအအိၣ်ဘူးကတၢ်ဒီးနၤတဖျၢၣ်အဂီၢ်ဂီၤအူအဝဲၤကျိၤန့ၣ်တက့ၢ်. သ့ၣ်ညါနဲဒၣ်လၢတဘျီတခိၣ်န့ၣ်နကဘၣ်ခိးတၢ်ဖးယံၣ်ညါန့ၣ်လီၤ.

ဂ့ၢ်ဂီၤအူအဝဲၤကျိၤတဖၣ်အံၤအိးထီၣ်အသးကိးဆၢကတီၢ်ဒီး (တသိ ၂၄န့ၣ်ရံၣ်,တနွံန့ၣ်သိလၢန့ၣ်လီၤ.)

မ့ၢ်နကဘၣ်လဲၤဆူဂ့ၢ်ဂီၤအူအဝဲၤကျိၤလၢအခါဒ်လဲၣ်-

- လဲၤစိၣ်နဲဒဲးခဲရဲအကးဒီးနဲထီၣ်လုၣ်တၢ်ဆိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်ချအတၢ်ကွၢ်ထွဲကဟုကယၢ်အကးဖဲနတၢ်မ့ၢ်ဆိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.
- ယုၤန့ၢ်ပှၢ်ကျိးထံတၢ်တဂၤဖဲနမ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်အီၤအခါဒီး.
- သံကွၢ်ပှၢ်မၤတၢ်ဖိဖဲန့ၣ်တချုးနအိၣ်တၢ်မ့တမ့ၢ်အိၣ်တၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

နီၣ်ဂံၢ် **000** နကိးအိၣ်ဒီးလိတဲစိတဖျၢၣ်ဂ့ၢ်တဖျၢၣ်ဂ့ၢ်သ့,ကမ့ၢ်အလီတဲစိဂီၢ်သ့, လိတဲစိလၢဟံၣ်မ့တမ့ၢ်လိတဲစိစိၣ်လၢစုလၢစုမ့ၢ်တအိၣ်လၢအပူၤန့ၣ်နသ့အီၤလၢတၢ်ကိးနီၣ်ဂံၢ်န့ၢ်သ့ဒီးတလိၣ်ဟ့ၣ်အပူၤဘၣ်.



သိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါ (အဲဘယူလဲးစံ)

နကြးကိးသိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါလၢ 000 ဖဲနအိၣ်လၢဂ့ၢ်ဂီၤအူတၢ်ဆါအခါန့ၣ်လီၤ.

ဂ့ၢ်ဂီၤအူတၢ်ဆါအံၤမ့ၢ်အခါဖဲနမ့တမ့ၢ်ပှၢ်တဂၤလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤချသးမ့ၢ်လၢတၢ်ဆိးက့ဆါဘိမ့တမ့ၢ်တၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးန့ၣ်နးဒိၣ်မးအခါလီၤ.

နတကြးကိးသိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါတဖၣ်ဖဲ-

- နတလိၣ်ဘၣ်တၢ်မၤစၢၤအံၤချသးဘၣ်,မ့တမ့ၢ်.
- နလိၣ်ဘၣ်တၢ်တီထီၣ်ဆူၤလီၤလၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်ဆိၣ်ချအတၢ်တီစၢၤမၤစၢၤအတၢ်သ့ၣ်နံၤဖးသိအဂီၢ်လၢအတမ့ၢ်ဂ့ၢ်ဂီၤအူဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- နလဲၤဆူဂ့ၢ်ဂီၤအူအဝဲၤကျိၤလၢနနီၣ်ကစၢ်န့ၣ်သ့ဝဲလီၤ.

သိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါအတၢ်ဖဲးတၢ်မၤအလဲတဖၣ်အပူၤဒိၣ်ဝဲဒၣ်သ့န့ၣ်လီၤ. တၢ်သူသိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါအလဲအံၤတၢ်တယုၤန့ၣ်လဲၣ်-

- နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးစထီၣ်လုၣ်ဆူၣ်ချအခး.
- နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးပှၢ်အိၣ်ပှၢ်စ့ၣ်တၢ်မၤစၢၤလီၤတၢ်အပူၤအခး.
- နမ့ၢ်သိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါအကရၢဖိ.
- နမ့ၢ်အိၣ်ဒီးနီၣ်တဂၤတၢ်အုၣ်ကီၤလၢနပှၢ်ဘၣ်အီၤလၢအကျိၢ်ဘၢန့ၢ်သိလ့ၣ်တီၣ်ပှၢ်ဆါအလဲ.

ပှၢ်အဂၤကိးဂၤဒဲးကဘၣ်တၢ်ယုၤအီၤအလဲဒီးမဲးခဲရဲတဟ့ၣ်န့ၢ်အီၤအလဲဘၣ်.



We would like to acknowledge the document 'Using health services in the ACT' produced by the ACT government which helped inform this resource.