

တၢ်ဂ့ၢ်နီၢ်နီၢ်

မၤစၢၤဒီးဆိၣ်ထွဲပူၤလၢအ သ့ၣ်ဒၣ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး

လၢအိးစၢၤလၢအပူၤတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးလၢဟံၣ်ဖိဃီဖိဒီးသ့ၣ်ထံးအဖီခိၣ်န့ၣ်တတူၢ်လိာ်အီၤလၢတၢ်အိၣ်သးနီၣ်တခါအဖီခိၣ်တသ့လ့ၤတက့ၤဘၣ်. ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးဒီးသ့ၣ်ထံးအတၢ်မၤတရီၤတပါန့ၣ်မ့ၢ်ကွီၢ်မ့ၢ်တဖၣ်ဖဲမ့ၢ်ကဲထီၣ်လၢဟံၣ်ပူၤဃီပူၤအခါဒၣ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

ပုၤကိးဂၤဒီးအိၣ်ဒီးခွဲးယၢ်လၢအပူၤဖျဲးဒီးအိၣ်မ့ၢ်ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ပျံၤတၢ်ဖျဲးဒီးတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး,ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်အိၣ်ဖျဲးလၢအိးစၢၤလၢအပူၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်မ့ၢ်တဖၣ်သးယၢ်လၢအိးစၢၤလၢအပူၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်သိၣ်တၢ်သီလၢအိးစၢၤလၢအပူၤမ့ၢ်တၢ်လၢဟံၣ်မ့ၢ်ဒီးဟံၣ်ခါတဖၣ်အဂီၢ်ပုၤသိးသးလီၤ. ပုၤကိးဂၤဒီးအိၣ်ဒီးခွဲးယၢ်လၢတၢ်ကအိၣ်ဒီးတၢ်ရဲလိာ်မ့ၢ်လိာ်လၢအဂ့ၢ်ဒီးအပူၤဖျဲးန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး

ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးမ့ၢ်သဲးစးကွီၢ်မ့ၢ်တခါလီၤ. တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ထီဒါတၢ်သိၣ်တၢ်သီဖဲတၢ်မ့ၢ်တဖၣ်သးသမူတၢ်သကိးတၢ်သ့ၣ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးလၢအဝဲသ့ၣ်အမၤမ့ၢ်တဖၣ်သးသမူတၢ်သကိးအလီၤန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးဟံၣ်ဃုာ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးအသကဲာ်ပဝးတဖၣ်လၢအိးမ့ၢ်တၢ်ဒိးသိးတၢ်မၤတရီၤတပါ,သ့ၣ်ထံးအတၢ်မၤတရီၤတပါ,တၢ်မၤပျံၤမၤဖျဲး,တၢ်မၤဆူၣ်မၤစိး,တၢ်မၤပျံၤတၢ်ဒိးသိးတၢ်န့ၣ်လီၤသးကတၢၢ်လီၤ,တၢ်တဲတရီၤတပါ,တၢ်ဖိခူသ့ၣ်,တၢ်လူၤကွၢ်ဟ့ၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ကျဲးစးမၤတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤန့ၣ်လီၤ.

ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်အါနီၢ်ခိၣ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးဒီးဟံၣ်ဃုာ်မ့ၢ်ကျိၤဝဲၤကွၢ်အတၢ်မၤတရီၤတပါ,သးဂ့ၢ်ဝဲၤအတၢ်မၤတရီၤတပါ,လူၤသ့ၣ်ခါပတၢ်ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးအတၢ်ကလုာ်တဖၣ်ဒီးတၢ်မၤဟးဂီၤဟံၣ်ဃီပီးလိတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.



ဟံၣ်ဖိဃီဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးအဒိတဖၣ်ဟံၣ်ဃုာ်-

- မၤပျံၤန့ၣ်မ့ၢ်တဖၣ်သးသမူတၢ်သကိးလၢအဟံၣ်ဃုာ်တၢ်မၤပျံၤတဖၣ်လၢအဘၣ်သးဒီးခွဲးယၢ်လၢတၢ်ကအိၣ်ဆိးလၢအိးစၢၤလၢအပူၤ
- တၢ်ဖိၣ်အီၤစီၤအီၤ,တၢ်ဒိတီၢ်,တၢ်စံၢ်အကိာ်,တၢ်ထူမ့ၢ်တမ့ၢ်တမဲးအီၤ
- တၢ်ကွၢ်အီၤဒီးပီးလိတဖၣ်
- တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်ဒီးပူၤလၢအထံၣ်ဝဲဒၣ်သ့ဒီးတၢ်လၢအမၤဝဲဒၣ်သ့
- ဆိၣ်သနးအီၤလၢအကမံၤဃုာ်ဒီးန့ၣ်
- ဟံၣ်အီၤယံၤဒီးတၢ်သကိးတဖၣ်ဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်
- သမၤအီၤဒီးခွဲးယၢ်လၢတၢ်ကသုၤကျိၢ်စုမ့ၢ်တမ့ၢ်ကျိၢ်ဂ့ၢ်ဝဲၤစုဂ့ၢ်ဝဲၤ

သ့ၣ်ထံးအတၢ်မၤတရီၤတပါ

သ့ၣ်ထံးအတၢ်မၤတရီၤတပါဟံၣ်ဃုာ်သ့ၣ်ထံးအသကဲာ်ပဝးလၢအလဲၣ်အကွၢ်တခါလၢအမ့ၢ်တၢ်တအဲၣ်ဒီး,တၢ်တအၢၣ်လီၤတူၢ်လိာ်,လီၤပျံၤလီၤဖျဲးဒီးအမၤဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတၢ်တဖၣ်,ဟံၣ်ဃုာ်သ့ၣ်ထံးအတၢ်မၤတရီၤတပါ,တၢ်ဖိၣ်အီၤ,တၢ်မၤပျံၤတၢ်,သ့ၣ်ထံးအတၢ်မၤတရီၤတပါလၢအဘၣ်ဃုာ်တၢ်မၤဆူၣ်န့ၣ်လီၤ. သ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါန့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မၤကမ့ၢ်သးစးကွီၢ်မ့ၢ်န့ၣ်လီၤ.

မၤန့ၢ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤ,တၢ်မၤစၢၤဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

တၢ်မၤစၢၤဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကမၤစၢၤဒီးကဲထီၣ်တၢ်ဆိတလဲတဖၣ်လၢတၢ်လိာ်ဘၣ်အီၤမ့ၢ်ဒိးန့ၣ်တူၢ်ဘၣ်တၢ်ပူၤဖျဲးဖဲန့ၣ်အိၣ်ဘူးဒီးန့ၣ်တၢ်သကိးဒီးဟံၣ်ဖိဃီဖိတဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖိးတၢ်မၤတဖၣ်အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ,တၢ်မၤစၢၤဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤန့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်ယိာ်ဘၣ်သးပူၤလၢန့ၣ်ညါအီၤတဂၤဂၤအသကဲာ်ပဝးအယီၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆိၣ်ထွဲအတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖံး တၢ်မၤတဖၣ်

ဖဲန့ၣ်အဲၣ်ဒီးပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်တဂၤလၢကမၤစၢၤန့ၣ်လၢတၢ်က
ဆဲးကျိးတၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်,ကိးဘၣ်
Translating and Interpreting Service (TIS) (တၢ်ကျိးထံတၢ်
ဒီးပုၤကတိၤကျိးထံတၢ်အတၢ်ဖံးတၢ်မၤ)လၢ 131 450 န့ၣ်တက့ၢ်.

တၢ်ကိးခဲလၢန့ၣ်အကလီဒီးတၢ်ဟံၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ခူသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

လၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်အိၣ်သးတခါအပူၤ
ထီၣ်ကိးဘၣ် 000 တက့ၢ်



Men's Referral Service (တၢ်ဆုၤယီၤဟံၣ်ခွါအတၢ်မၤစၢၤအတၢ်
ဖံးတၢ်မၤ) 1300 766 491 အိၣ်ဝဲဒၣ်၂၄န့ၣ်ရံၣ်
လီၤတဲစိအတၢ်တၢ်ပီၣ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖး,တၢ်တဲသကိးမံၤသကိး
မံၤ,တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဒီးတၢ်ဆုၤယီၤတဖၣ်ဆူလီၤကဝီၤအတၢ်မၤစၢၤ
အတၢ်ဖံးတၢ်မၤတဖၣ်လီၤ.ပုၤကိးတၢ်တဖၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါအမံၤ
ဘၣ်.

www.ntv.org.au

Men Engaging New Strategies Program

1300 364 277 မုၢ်ဆၢၣ်တုၤမုၢ်ဖိဖးဂီၤစ့န့ၣ်ရံၣ်-၅န့ၣ်ရံၣ်
တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤအံၤဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အိၣ်ခီဖျိ Relationships
Australia Tasmania (တၢ်ရဲၣ်တၢ်မုၢ်လီၤအိၣ်ခီဖျိလၢယီၤထဲးစမ့န
ယီၤ) လၢဟံၣ်ခွါတဖၣ်လၢအမၤတရီၤတပါအသးသမူတံၤသကိးတ
ဖၣ်အဂီၢ်လီၤ.

Engender Equality

(03) 6278 9090 မုၢ်ဆၢၣ်တုၤမုၢ်ဖိဖးဂီၤစ့န့ၣ်ရံၣ်-၅န့ၣ်ရံၣ်
တၢ်တၢ်ပီၣ်တဲသကိးဒီးတၢ်ဆိၣ်ထွဲအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဟံၣ်ဃုာ်
ဟံၣ်မုၢ်လၢအသ့ဝဲဒၣ်တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်လီၤ.

www.engenderequality.org.au

MensLine Australia

1300 789 978 အိၣ်ဝဲဒၣ်၂၄န့ၣ်ရံၣ်
လီၤတဲစိဒီးပုၤယဲၤအဖီခိၣ်တၢ်တၢ်ပီၣ်တဲသကိးအတၢ်မၤစၢၤအ
တၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢဟံၣ်ခွါလၢအအိၣ်ဒီးသးအတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၤဂ့ၢ်
ဝီဒီးတၢ်ရဲၣ်တၢ်မုၢ်လီၤအတၢ်ဘၣ်ယိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

www.mensline.org.au

ဟံၣ်ဖိယိဖိဒီးသ့ၣ်ထံးအတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်တ
ဘၣ်ဝဲဒၣ်နီၣ်တဘျီဘၣ်.

ဖဲပုၤတဂၤလၢန့ၣ်ညါအတၢ်အိၣ်မူမ့ၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံး
ဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးန့ၣ်,ကိးဘၣ် Safe
at Home Family Violence Response and
Referral Line (တၢ်ပူၤဖျးလၢဟံၣ်ဃုာ်ဟံၣ်ဖိယိဖိအ
တၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးအတၢ်ခိၣ်ဆါဒီးတၢ်ဆုၤယီၤအလီ
ကျိၤ)လၢ 1800 633 937 န့ၣ်တက့ၢ်.

ဖဲန့ၣ်မ့ၢ်ပုၤတဂၤလၢန့ၣ်ညါန့ၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်
ထံးခီဖျိသ့ၣ်ထံးတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကးတခါ,ကိးဘၣ်
Statewide Sexual Assault Crisis Line (ကီၢ်စဲၣ်
ဒိတကဘျီသ့ၣ်ထံးတၢ်မၤတရီၤတပါအတၢ်သဘံၣ်သ
ဘၣ်အလီကျိၤလၢ 1800 697 877. လၢဂ့ၢ်ဂီၢ်အူတၢ်
အိၣ်သးတခါအဂီၢ်ထီၣ်ဘၣ်ကိးဘၣ် 000 တက့ၢ်.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါ

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဆူညါလၢတၢ်ကဆိၣ်ထွဲဟံၣ်မုၢ်ဒီးဟံၣ်ခွါလၢအဟံၣ်
ဆူအိၣ်စ့တြဲလၢယီၤ,ဟံၣ်ဃုာ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤလၢအိၣ်စ့တြဲလၢယီၤအ
တၢ်သိၣ်တၢ်သီအပူၤဘၣ်ဃးဒီးဟံၣ်ဖိယိဖိတၢ်စုဆူၣ်ခိၣ်တကး
,အိၣ်ဝဲဒၣ်လၢကျိၢ်၄၆ကျိၢ်ဖဲ www.dss.gov.au/family-safety-pack န့ၣ်လီၤ.