

တၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤဟဲလၢနီၤခိၣ်ပျၢ် ခိၣ်န့ၣ်ဒီးသးအတၢ်ဆိကမိၣ်တၢ်အိၣ်ဆူၣ် အိၣ်ချ့

လၢပၤဖိသ့ဒီးပုၤသးစၢ်တဖၣ်အဂီၢ် တၢ်အိၣ်ဝဲအိၣ်မဲၤလၢအသ့ၣ်ထီၣ် တၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤလၢအဂ့ၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ တၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤဟဲလဲသ့လၢ -

- တၢ်န့ၣ်ပၢ်ဒီးတၢ်ပၤဆူၣ်ကျဲၤအဝဲသ့ၣ်အသးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်တဖၣ်
- အိၣ်ဒီးတၢ်ရဲလိာ်မ့ၢ်လိာ်လၢအဂ့ၤ
- လဲၤခိၣ်ဖျိဘၣ်တၢ်မၤန့ၣ်တၢ်
- စူးကါပတၢ်ဂံၢ်ဆူၣ်တဖၣ်
- န့ၣ်လီၤပၣ်ဃုာ်လၢတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတဖၣ်အပူၤ အိၣ်ဒီးတၢ်မံတၢ်ဂဲၤအိၣ်ဒီးအိၣ်ဂ့ၤလၢ

တၢ်အိၣ်ဝဲအိၣ်မဲၤလၢန့ၣ်မၤအိၣ်သ့ဖဲဟံၣ်လၢကမၤစၢၤသ့ၣ်ထီၣ်ဒီးမၤဂၢၢ်မၤကျဲၤန့ၣ်ဖိအတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤန့ၣ်လီၤ

တၢ်စံးထီၣ်ပတြၢၤ, တၢ်ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါဒီးတၢ်သးစၢ်ဆၢလၢအဂ့ၤ

တၢ်စံးထီၣ်ပတြၢၤမၤစၢၤန့ၣ်ဖိလၢအကအိၣ်ဒီးတၢ်သးမ့ၢ်, လၢအကသ့ၣ်ညါလီၤ က့ၢ်နီၢ်ကစၢ်အလုၢ်အပူၤဒီးအိၣ်ဒီးတၢ်န့ၣ်လီၤသးန့ၣ်လီၤ တၢ်အံၤဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါစ့ၢ်ကိးတၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သးလၢအဂ့ၤန့ၣ်လီၤ

- န့-
- ပတၢ်န့ၣ်ဖိဖဲအဝဲသ့ၣ်မၤအသးလၢကျဲၤလၢန့ၣ်ဒီးဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါအိၣ်အပူၤ
 - ကန့ၣ်ဃုာ်န့ၣ်ဖိ ဂဲၤလိာ်ကွဲဒီးအဝဲသ့ၣ် မၤတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤတပူၤဃီဆူၣ်အဝဲသ့ၣ်ဒီးတၢ်ကစီၣ်လၢ အမၤမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်အသး, သံကွၢ်ဘၣ်ဃးဒီးအဝဲသ့ၣ်အတၢ်သးစဲတဖၣ်
 - ပတၢ်န့ၣ်ဖိလိၣ်ဘိသးစၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူၣ်တဖၣ်အဂီၢ်
 - ပျဲန့ၣ်ဖိသ့ၣ်ညါလၢန့ၣ်ဟံၣ်လၢသးဒီးအဝဲသ့ၣ်

တၢ်တဲလီၤနီၢ်ကစၢ်သးလၢအဂ့ၤတကပၤ

တၢ်တဲလီၤနီၢ်ကစၢ်သးန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲကျဲၤလၢပတဲလီၤပနီၢ်ကစၢ်အသးဒီးတၢ်ကလုာ်လၢ အအိၣ်လၢပပူၤန့ၣ်လီၤ တၢ်တဲလီၤနီၢ်ကစၢ်သးလၢအဂ့ၤတကပၤန့ၣ်မ့ၢ်ဝဲဖဲပတဲတၢ်လၢအဂ့ၤတကပၤ ဒီးပနီၢ်ကစၢ်န့ၣ်လီၤ တၢ်တဲလီၤနီၢ်ကစၢ်သးအိၣ်ဒီးတၢ်ဒိဘၣ်ဖးဒိၣ်လၢပတူၢ်ဘၣ်တၢ်ဒိလဲၣ်ဒီးပမၤ တၢ်မနုၤလဲၣ်န့ၣ်လီၤ

ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါန့ၣ်ဖိလၢကတဲလီၤက့ၢ်အနီၢ်ကစၢ်အသးလၢကျဲၤလၢအဂ့ၤဒီးအမ့ၢ်လၢအမၤဂ့ၤထီၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤဒီးမၤစၢၤအဝဲသ့ၣ်လၢကပၤဆူၣ်အသးတၢ်ဆီၣ်သန့ၣ်သ့ၣ်တက့ၢ် ဖဲန့ၣ်ဟူၤအဝဲသ့ၣ်တဲလီၤအသးလၢအတဂ့ၤတဝါဘၣ်အခါ, န့-

- ထုးန့ၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်သးစၢ်ဆၢ
- သံကွၢ်အဝဲသ့ၣ်လၢမ့ၢ်အဝဲသ့ၣ်တဲတၢ်န့ၣ်ဘၣ်ခါ
- မၤအဝဲသ့ၣ်ဆိကမိၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်လၢအကဲဘျးအါထီၣ်
- ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘါန့ၣ်ဖိလၢက "ကတိၤ" တၢ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အနီၢ်ကစၢ်အသးဒ်ကျဲၤလၢ အဝဲသ့ၣ်ကကတိၤတၢ်ဒီးအတံၤသကိးတၢ်နီၢ်အသး
- မၤသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်န့ၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတၢ်ဂံၢ်ဆူၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်မၤတၢ်ကဲထီၣ်လိၣ်ထီၣ်တဖၣ်ထီၣ်ဘိတက့ၢ်

ပၤဃာ်တၢ်ရဲလိာ်မ့ၢ်လိာ်လၢအဂ့ၤ

တၢ်ရဲလိာ်မ့ၢ်လိာ်လၢအဂ့ၤဒီးန့ၣ်ဖိန့ၣ် အရဲဒိၣ်ဝဲဒၣ်လၢနကဆီၣ်ထွဲမၤစၢၤအတၢ်အိၣ်ဘိၣ်အိၣ်ညါန့ၣ်လီၤ

- ဟ့ၣ်ခိၣ်ဟ့ၣ်နီၤလီၤဟံၣ်ဖိဃီတၢ်မၤအသးလၢအပူၤကွၢ်တဖၣ်ဒီးတၢ်စံၣ်ယဲၤတဲယဲၤတဖၣ်တပူၤဃီ
- အိၣ်သကိးတၢ်အိၣ်တပူၤဃီကိးန့ၣ်ဒဲး
- ဒူးအိၣ်ထီၣ်ဒီးပၤဃာ်ဟံၣ်ဖိဃီမူၤလီၤဆီတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤဒီးတၢ်လၢမၤညါန့ၣ်အိၣ်တဖၣ်
- ပၤတဝါပၢ်ဘျးစဲတဖၣ်အရဲဒိၣ်ဝဲဒၣ်လၢန့ၣ်ဖိအတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ မၤစၢၤန့ၣ်ဖိလၢကဆဲးကျိးဒီးအတံၤသကိးထီၣ်ဘိၣ်န့ၣ်အရဲဒိၣ်ဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ

ကွဲးနီၣ်ကွဲးယါ မ့တမ့ၢ် သ့ၣ်ညါဟံၣ်သ့ၣ်ဟံၣ်သး

တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်န့ၣ်မ့ၢ်ဝဲတၢ်ကန့ၣ်ဃုာ်န့ၣ်ဆိကမိၣ်တၢ်ဒိလဲၣ်ဒီးတၢ်လၢန့ၣ်ထံၣ်, န့ၣ်ဟူ, လ့ၣ်ကွၢ် ဒီး န့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ တၢ်အံၤခိၣ်ဆၢညါလိာ်အသးဒီးတၢ်မၤတၢ်ပစုာ်ပတုၤဒီးတၢ်မၤတၢ်သ့တဘျးမဲၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တကတီၢ်ဃီန့ၣ်လီၤ တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါန့ၣ်ပၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်လၢတၢ်မၤအသးအဝဲအံၤအကတီၢ်လၢတမ့ၢ်တၢ်ဆိကမိၣ်ဘၣ်ဃးဒီးခါဆူၣ်ညါ မ့တမ့ၢ် အပူၤကွၢ်ဘၣ်န့ၣ်လီၤ



တၢ်အံၤမၤဒ်သိးပကဟ်သ့ၣ်ဟ်သးအါထီၣ်ဒီးပတၢ်ဆိကမိၣ်ဒီးတၢ်တူၢ်ဘၣ် တဖၣ်ဒီးမၤ ၈၁ပုၤလၢပကမၤစုၤလီၤသးအတၢ်ဆိၣ်သနံၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ကီၢ်သးဂီၤ န့ၣ်လီၤ တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ် သးဆးဆ့ၣ်ဒ့ၣ်န့ၣ်မၤ၈၁ပုၤလၢပကမၤကယီၤလီၤပသးသ့ဒီးမၤဂံၢ်ထီၣ်မၤအါထီၣ်တၢ်အိၣ် ဘုးအိၣ်သိးဒီးတၢ်ကူၤဝါသိးဘျီန့ၣ်လီၤ

လၢနကမၤန့ၣ်အါထီၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ပးဒီးတၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သးဆးဆ့ၣ်ဒ့ၣ်ဒီး ပုၤဖိသ့ဒီးပုၤသးစၢ်န့ၣ်, ကွၢ် - [တၢ်ဆိကမိၣ်လၢအဂ့ၤ \(Smiling Minds\)](#).

အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ဂ့ၤသးဝါဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါဆၢတၢ်ဘျးတၢ်ဖိၣ်

တၢ်သ့ၣ်ညါဆၢကွၢ်တၢ်ဘျးတၢ်ဖိၣ်အံၤ ဘၣ်ပးဒီးတၢ်ဟံးန့ၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢ ကသ့ၣ်ညါဟ်ပနီၣ်ဒီးမၤလၢကပီၤပုၤဒီးတၢ်လၢပအဲၣ်ဒီးစံးဘျးစံးဖိၣ်အါန့ၣ်လီၤ တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ဖုၤသးညါန့ၣ်အိၣ်ဒီးတၢ်ဒိဘၣ်ဖးဒိၣ်လၢပတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤအ ဖိၣ်မ့ၢ်လၢတၢ်အံၤမၤဆူၣ်ထီၣ်တၢ်ရဲလိာ်မုၢ်လိာ်ဒီးကဒုးအိၣ်ထီၣ်ပုၤလၢပကဆိက မိၣ်တၢ်လၢအဂ့ၤတကပၤန့ၣ်လီၤ

နမၤ၈၁န့ၣ်ဖိသ့လၢကမၤလိသ့သးဒီးတၢ်သ့ၣ်ညါဆၢကွၢ်တၢ်ဘျးတၢ်ဖိၣ် ခီဖျိ တဲ သကိးတၢ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်ဘၣ်ပးဒီး -

- တၢ်လၢမၤသးခုအဝဲသ့ၣ်
- တၢ်လၢထီၣ်ဟူးထီၣ်ဂဲၤထီၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်သးသဟီၣ်
- ပုၤဒီးတၢ်လၢကဟုကယာ်အဝဲသ့ၣ်
- တၢ်လဲၤခီဖျိဒီးတၢ်ထီၣ်တၢ်ဆိကမိၣ်တဖၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အဲၣ်ဒီးလၢနက
- မၤ၈၁အဝဲသ့ၣ်ဟ်သ့ၣ်ဟ်သးဒီးတၢ်လၢအမၤမုၢ်မၤလၢအသးတဆဲးတက့ၢ် ဒ်အမ့ၢ် ကလံၤဖိန့ၣ်အု မ့တမ့ၢ် ကလံၤအုကသ့ၣ်ကသ့ၣ်န့ၣ်လီၤ

တၢ်ဂ့ၤလၢပုၤဂၤအဖိၣ်စ့ၢ်ကီးဆိၣ်ထွဲတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤန့ၣ်လီၤ တၢ်အံၤမၤဂ့ၤထီၣ်တၢ် တူၢ်ဘၣ်လၢတၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်မုၢ်သးမုၢ်ဟုၢ်ဒီးတၢ်အဲၣ် တၢ်သးကညါဒီးတၢ်ဒိသ့ၣ်ဒိသး န့ၣ်လီၤ တၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ်ဂ့ၤသးဝါမၤ၈၁ပုၤကသ့ၣ်ထီၣ်ပုၤတၢ်ဒီးမၤစုၤလီၤသးအတၢ် ဆိၣ်သနံၣ်န့ၣ်လီၤ

ဟုၢ်ဒီးန့ၣ် မၤကျိၤကျဲၤစ့ၢ်တဖၣ်လၢအဝဲသ့ၣ်အသးကဂ့ၤဒီးအဟံၣ်ဖိဖိ, တံၤသကိး ဒီးနပုၤတၢ်ဂ့ၤန့ၣ်လီၤ တပုၤပီၤ, ဃုထၢတၢ်စုၤမဲၤလၢကမၤလိသ့သးလၢတၢ်အိၣ်ဒီးတၢ်သ့ၣ် ဂ့ၤသးဝါ န့ၣ်တက့ၢ်

မၤအါထီၣ်တၢ်ဃုမၤန့ၣ်တၢ်မၤ၈၁

တၢ်အံၤကကီၢ်ခဲဝဲဒၣ်လၢကယုတၢ်မၤ၈၁ ဘၣ်ဆၣ်တၢ်အံၤအရ့ၣ်ဒိၣ်လၢန့ၣ် သ့ၣ်ညါလၢတၢ် အံၤအိၣ်ခဲဝဲဒၣ်န့ၣ်လီၤ ဟ့ၣ်ဂံၢ်ဟ့ၣ်ဘိတၢ်ဃုကွၢ်တၢ်မၤ၈၁လၢန့ၣ်ဖိအပူၤခီဖျိ -

- သံကွၢ်တၢ်မၤအသးဒ်လဲၣ်
- တဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢတၢ်အံၤအိၣ်ခဲဝဲဒၣ်အဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်သးအုး မ့တမ့ၢ် သးဘၣ်တံၢ်အခါန့ၣ်လီၤ
- ဒိကန့ၣ်အီၤတအိၣ်ဒီးတၢ်စံၣ်ညီၣ်တံၢ်ဖဲအဝဲသ့ၣ်လိၣ်ဘၣ်နတၢ်ဆိၣ်ထွဲအခါ
- ဟ့ၣ်လီၤပုၤလိၣ်ဘိသးစံၣ်တဖၣ်ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအကလုာ်ကလုာ်ဘၣ်ပးဒီး ကလဲၤ မၤန့ၣ်တၢ်မၤ၈၁ဖဲအဝဲသ့ၣ်မ့ၢ်လိၣ်ဘၣ်ဝဲအခါန့ၣ်တက့ၢ်

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်အဂီၢ်, ကွၢ် - [အံၤထွဲကွၢ်ထွဲန့ၣ်ဖိအိၣ်ဒီးသးအတၢ်ဆိကမိၣ် တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ](#)

ဟ်လီၤတၢ်ဘျးတဖၣ်ဒီးတၢ်ဟ်ပနီၣ်တဖၣ်

တၢ်ဘျးဒီးတၢ်ဟ်ပနီၣ်လၢအဆ့ၣ်အပျီတဖၣ်န့ၣ် မၤ၈၁ဖိသ့ဒီးပုၤသးစၢ်တဖၣ် တူၢ်ဘၣ်လၢအပူၤဖျးန့ၣ်လီၤ

ဒုးပုၤဃုာ်န့ၣ်ဖိလၢတၢ်ဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဘျးတဖၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်ကတူၢ်လိာ်ဝဲတၢ်သ့ၣ် တဖၣ်အါထီၣ်န့ၣ်လီၤ တၢ်ဘျးလၢတၢ်တဲကျဲၤတဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ ကျဲၤလၢအဒုးန့ၣ်ဝဲဒၣ်လၢနဟ်ကဲ အဝဲသ့ၣ် အတၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ဒိၣ်တုာ်ခိၣ်ပုၤန့ၣ်လီၤ

လၢတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအါထီၣ်အဂီၢ်, ကွၢ် [တၢ်ကွၢ်ဒိၣ်ထီၣ်ပုၤဖိသ့ၣ်ဟ့ၣ်ဘျးစဲ \(Raising Children Network\)](#)

မၤန့ၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲဘၣ်ပးဒီးန့ၣ်

န့ၣ်မ့ၢ်ဘၣ်ယိၣ်တၢ်ဘၣ်ပးဒီးန့ၣ်ဖိအတၢ်အိၣ်မ့ၢ်အိၣ်ပၤန့ၣ်, ဆဲးကျဲၤန့ၣ်ဖိအကူၢ်တက့ၢ် စးထီၣ်ဒီးအဝဲသ့ၣ်အတီၤကူၤသရၣ် န့ၣ်တီၤပတီၢ်ပုၤလၢဆုၢ်ရဲၣ်ကျဲၤတၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်အိၣ်မ့ၢ် အိၣ်ပၤခိၣ်န့ၣ်တက့ၢ်

နဆဲးကျဲၤ [Parentline](#) 13 22 89 - လီၤတဲစိတၢ်မၤ၈၁ တၢ်ဖဲး တၢ်မၤတဖၣ်လၢပုၤဖိသ့ၣ် လၢအိၣ်ဖျၢၣ်ထီၣ်သီတုၤ 18 န့ၣ်အမိၢ်ပံၤဒီးပုၤကွၢ်ထွဲ တၢ်တဖၣ်သ့စ့ၢ်ကီးလီၤ ဟ့ၣ်လီၤတၢ် ဟ့ၣ်ကူၢ်တဲသကိးတၢ်လၢတၢ်ခူသ့ၣ်ဒီးတၢ်တဖၣ်ဖျိထီၣ်အမံၤဒီး တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤ၈၁လၢ တၢ်အံၤထွဲကွၢ်ထွဲတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ဟီၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ

