



Australian Government
Department of Health

တၢ်သ့ဝဲဒၣ်နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢမၢ်တဖၣ်လၢပုၤတၢ်အပူၤ

တၢ်လၢအိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရၢးစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်

ခိၣ်ရီၣ်န့ၣ်ဘဲရၢးစံး (COVID-19) မ့ၢ်ကလံၤကျိၤအတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံၤလၢအရၤလီၤလၢပုၤတၢ်ဆူအဂၤ တၢ်ဂၤခိၣ်တၢ်ထံအဖျၢၣ်ဖိလၢအအိၣ်ဟဲဝဲဒၣ်လၢပုၤတၢ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအဃၢ်အတၢ်ကူးထီၣ်မ့တ မ့ၢ်ကဆဲးထီၣ်အကျိၤန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤရၤလီၤအသးခိၣ်တၢ်ဖိၣ်ဘၣ်တၢ်အပီးအလီတဖၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်အမဲၢ်ဖံးခိၣ်လၢအအိၣ်ဒီးတၢ်အထံ ဖျၢၣ်ဖိတဖၣ်လၢအအိၣ်ဟဲလၢပုၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအဃၢ်တၢ်မ့ၢ်ဝံၤထီးဘၣ်က့ၤထးခိၣ်မ့တမ့ၢ်အ မဲၢ်သ့ၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်ယၢၤကြၢးဖျိၣ်ဒဲဒၣ်နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢမၢ်တခါခါ.

မ့ၢ်လၢ COVID-19 တၢ်ဆါအတၢ်ရၤလီၤအသးအါထီၣ်ဝဲဒၣ်လၢအီးစၢၤတြၢလယါ အတၢ်လီၢ်တနီၤအ ပူၤအဃၢ်,ပဝဲဒၣ်တနီၤနီၤအခဲအံၤပဘၣ်ဖျိၣ်ဒဲဒၣ်နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢမၢ်တခါဖဲအိၣ်လၢကမ့ၢ်တၢ်လီၢ်အပူၤအခါ န့ၣ်လီၤတၢ်အံၤမ့ၢ်ဝဲတၢ်လီၢ်ဘၣ်လၢကဘၣ်မၤသ့ၣ်တၢ်မ့တမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢကမၤဝဲဒၣ်ခံခါအကျိၤ တခါခါလီၤ.အရ့ၣ်ဒိၣ်ဝဲဒၣ်လၢနမၤသ့ၣ်ညါနသးဒီးတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢခံကတၢ်လၢအဟဲဝဲဒၣ်လၢန လီၢ်ကဝီၤတၢ်လီၢ်န့ၣ်လီၤ.ဖဲနမ့ၢ်အိၣ်လၢကီၢ်စဲၣ်,ဟီၣ်ကဝီၤမ့တမ့ၢ်လီၢ်ကဝီၤပဒိၣ်မ့ၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲဒၣ်လၢန ကြၢးမ့တမ့ၢ်ကဘၣ်ဖျိၣ်နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢမၢ်လၢကမ့ၢ်အကျိၤန့ၣ်,ဝံသးစူၤလူၤပိၢ်ဘၣ်အဝဲသ့ၣ်အတၢ်န့ၣ်လီၤ တဖၣ်တက့ၢ်.သမံသမိးဘၣ်ကီၢ်စဲၣ်မ့တမ့ၢ်ဟီၣ်ကဝီၤပဒိၣ်အပုၤယဲၤဘျးစဲတဖၣ်မ့တမ့ၢ်လဲၤအိၣ်သကိး ကွၢ်ဘၣ် Australia.gov.au တက့ၢ်.

ဝံသးစူၤသ့ၣ်နီၣ်ဘၣ်တက့ၢ်,နီၣ်ကျၢၢ်ဘၢမၢ်တဖၣ်န့ၣ်မၤစၢၤတၢ်လၢတၢ်ကဟ်ပတုၢ်ပုၤလၢအအိၣ်ဒီးဘဲ ရၢးစံးတဖၣ်အတၢ်ကရၤလီၤတၢ်ဆါအဃၢ်ဆူပုၤအဂၤတဖၣ်လၢအအိၣ်လၢပုၤတၢ်ဆူအဂၤအဂီၢ်လီၤ. ဝံသးစူၤသ့ၣ်ညါနဲဒၣ်လၢတၢ်ဖျိၣ်တၢ်အံၤတုၤလီၤတီၤလီၤထဲဒၣ်ဖဲတၢ်မ့ၢ်သ့ၣ်အိၣ်ယုၢ်ဒီးတၢ်ဖိၣ်ဂၢၢ်တၢ်ဆူး တၢ်ဆါအတၢ်ဘၣ်ကူဘၣ်ကံၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢအဂၤတဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ.

ဖဲန့ၣ်ပဲၣ်ဒ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်တခါအခါဒ်လဲၣ်န့ၣ်ကြၢၢ်မၤပဲၣ်ဒ်တၢ်အိၣ်စီၤစ့ၤလိာ်သး, စ့ၤဒီးတၢ်ကသီထီၣ်
ကသီလီၤအတၢ်ကဆဲၣ်ကဆီၣ်အလုၢ်အလၢ်လၢအဂ့ၤဒီးအိၣ်ဆိးဘၣ်လၢဟံၣ်ဖဲမ့ၢ်တဆူၣ်တချ့အခါန့ၣ်လီၤ.

မ့ၢ်တၢ်သ့ၣ်ဒ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်တခါလၢကျဲဘၣ်ဘၣ်သ့ၣ်လၢကျဲဒ်လဲၣ်.

တၢ်အံၤအကါဒ်ပဲၣ်ဒ်လၢတၢ်ကဖျိၣ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်တခါဘၣ်ဘၣ်လၢတၢ်ကဟးဆွဲးတၢ်ဆါအတၢ်ရၤအ
တၢ်လီၤပျံၤလၢနဂီၢ်ဒီးပုၤအဂၤတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. တၢ်ဖျိၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဘၣ်လီၤကွံၣ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်မၤဘၣ်
အၢနစုတဖၣ်သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဝံသးစ့ၤသ့ၣ်ကဆီၣ်နစုတချ့ဖျိၣ်ထီၣ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်,တဘျီယီဖဲဘၣ်လီၤအီၤဝံၤအလီၢ်ခံဒီးတဘျီလၢ်လၢ်ဖဲ
နထိးဘၣ်အီၤဖဲန့ၣ်ဖျိၣ်အီၤအခါန့ၣ်တက့ၢ်.

ဖဲဖျိၣ်ပဲၣ်ဒ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်အခါ,မၤလီၤတၢ်အကးဘၢယၢ်နနီၣ်စ့ၤဒီးနထးခိၣ်ဒီးဘိၣ်ဘၢယၢ်အသးလၢနခၢ်
အဖီလၢ်,နနီၣ်စ့ၤအဘိၣ်ဒီးလဲၤသယဲၤအသးလၢနမဲၣ်သၣ်ခံကပၤလၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

တဘၣ်ထီၣ်လီၤကစဲၤယၢ်အီၤလၢနကိာ်ဘိအလိၤတဂ့ၤဒီးတဘၣ်ဖျိၣ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်အမဲၣ်ညါတကပၤနီၣ်
တဘျီတဂ့ၤ. ဖဲနီၣ်ကျၢ်ဘၢမ့ၢ်ဘၣ်စီၣ်န့ၣ်,နကဘၣ်ဆီတလဲၣ်အီၤဒီးအသီတခါန့ၣ်လီၤ.

ဖဲယသ့ၣ်ဒ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်တခါဝံၤအလီၢ်ခံယကဘၣ်မၤအီၤဒ်လဲၣ်.

ဖဲနီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်မ့ၢ်ထဲတၢ်သ့တဘျီအဂီၢ်တခါ,ဖျိၣ်ဘၣ်အီၤထဲတဘျီဒီးထၢန့ၣ်လီၤအီၤဆူတၢ်ကမ့ၢ်ဒၢပူၤ
တက့ၢ်.

ဖဲန့ၣ်အိၣ်ဒီးနီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်လၢအမ့ၢ်တၢ်ကံးညၢ်ဒီးတၢ်သ့ကဒါအီၤမ့ၢ်သ့တခါထၢန့ၣ်လီၤဆူဖလးစတံးဒါ
အပူၤတုၤလီၤလၢနသ့ၣ်ကဆီၣ်ကွံၣ်အီၤဝံၤတစုတက့ၢ်.

တၢ်ကံးညၢ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်တဖၣ်တၢ်ဆူၣ်ယုၣ်အီၤဒီးတၢ်ကူတၢ်ကၤအဂၤလၢစဲးဆူၣ်တၢ်အပူၤသ့ၣ်လီၤ.

နဆူၣ်အီၤလၢနစုယုၣ်ဒီးဆးပုၣ်ဒီးထံအကိာ်ကတၢ်လၢတၢ်ကံးညၢ်တူၢ်ပဲၣ်ဒ်န့ၣ်ဒီးတဟးဂီၤဘၣ်န့ၣ်တက့ၢ်.

မၤယုထီတၢ်ကံးညၢ်နီၣ်ကျၢ်ဘၢမဲၣ်အံၤလၢတၢ်မၤယုထီတၢ်ကံးညၢ်အပူၤမ့ၢ်တမ့ၢ်လၢကလံၤကဆီၣ်အကျါ
တချ့နက့ၤသ့ၣ်ကဒါက့ၤအီၤန့ၣ်တက့ၢ်.

အိတ်ဆိတ်ဘတ်ပူဖျေဒီး COVID

လၢတၢ်ကဒိသဒါပပုၤတၢ်တဖၣ်အဂီၢ်,ပုၤကိးဂၤဒဲးကြးမၤဝဲဒၣ်တၢ်အကါဒိတ်သၢမံၤဆူညါလၢတၢ်ကဟ် ပတုၣ်ဘဲရးစံအတၢ်ရၤလီၤအသးန့ၣ်လီၤ-

- အိတ်ဆိတ်ဘတ်အစ့ၤကတၢၢ် ၁.၅ မံထၢၣ်ယံၤဒီးပုၤအဂၤတဖၣ်ဖဲတၢ်လီၢ်တခါလၢလၢဒီးတၢ် ဆၢကတီၢ်တခါလၢလၢနမၤအီၤမ့ၢ်သ့အခါန့ၣ်တက့ၢ်.
- မၤဘၣ်တၢ်ကဆဲးကဆိအလုၢ်အလၢလၢအဂ့ၤခီဖျိတၢ်သ့စုတဖၣ်ခဲအံၤခဲအံၤဒီးထံဒီးဆးပုၣ်န့ၣ်တ က့ၢ်. ဖဲဆးပုၣ်ဒီးထံမ့ၢ်တအိတ်အခါသူဘၣ်ကသံၣ်ဒီးဒူးမၤကဆိစုလၢ အအိတ်ဒီးသံးအစီတဖၣ်န့ၣ် တက့ၢ်. တဘၣ်ဖိၣ်နမံၢ်သၣ်တဂ့ၤဒီးသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်လၢတၢ်ကကူးဒီးကဆဲးလီၤလၢနစုန့ၣ်ခံ အလီၤ လၢနစုအလီၢ်တက့ၢ်.
- ထဲးန့ၢ် COVIDSafe အဲးဖဲတက့ၢ်. အဲးဖဲအံၤကမၤစၢၤတၢ်ကကွၢ်စ့ၣ်ပုၤလၢနအိတ်ဘူးတ့ၢ် ဘၣ်ဒီး အီၤတဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

အါန့ၢ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်လၢညါအဲးအံၤန့ၢ်,အကါဒိတ်ဝဲဒၣ်လၢနကအိတ်လၢဟံၣ်ဖဲနမ့ၢ်အိတ်ဒီးတၢ်ဘၣ်တမ့ၢ် တိးကွၢ်တၢ်ဆါအပနီၣ်တဖၣ်အခါန့ၣ်လီၤ. ဖဲတၢ်ကိၢ်မ့ၢ်ထီၣ်န့ၣ်,ကူး,ကိၢ်ယုၢ်ဆါမ့ၢ်တမ့ၢ်ကသါတလၢကသါ အခါမၤကွၢ်ဘၣ်နသးလၢခိၣ်ရိန့ၣ်ဘဲရးစံအဂီၢ်တက့ၢ်. ပကမၤသကိးတၢ်လၢပမၤအီၤသ့လၢတၢ်ကမၤ စၢၤဒူးပတုၣ် COVID-19 တၢ်ဆါအတၢ်ရၤလီၤအသးန့ၣ်လီၤ.

မၤသီထီၣ် COVIDSafe အဲးဖဲ

လၢအဲးကလံးကျိၣ်အမဲၣ်ညါ COVIDSafe အဲးဖဲအခါအံၤအိတ်ဝဲဒၣ်လၢအၢ်ရါဘံးအကျိၣ်,တရူးကျိၣ်လၢ အသီဒီးအလီၢ်လံၤခံမံၤလၢက,ဘံၣ်ယဲးန့ၣ်မံးဒီးခိၣ်ရံၤအကျိၣ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ. အဲးဖဲအံၤတယံၢ်ဘၣ်ဒီးက အိတ် ဝဲဒၣ်လၢအံၤထီၣ်လံၤယံၢ်ဒီးဟ့ၣ်လ့ၣ်အကျိၣ်စ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.

COVIDSafe အဲးဖဲမၤစၢၤကမ့ၢ်တၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့အပဒိတ်ပပုၤတဖၣ်လၢအကဒူးသ့ၣ်ညါပုၤလၢအ အိတ်ဘူးဘၣ်ဒီးပုၤတဂၤလၢအအိတ်ဒီး COVID-19 န့ၣ်လီၤ. ဖဲနမ့ၢ်ထုးန့ၢ်အဲးဖဲအခါ,နယုထၢလၢ တၢ်က ဟ့ၣ်လီၤတၢ်အိတ်ဆူၣ်အိတ်ချ့အပဒိတ်တဖၣ်လၢအကမၤန့ၢ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၣ်လၢအအိတ်လၢအဲးဖဲအပူၤသ့ လီၤ. တၢ်အံၤကပျဲအဝဲသ့ၣ်လၢကထံၣ်သ့ၣ်ညါတၢ်ချ့ချ့ဒီးဆဲးကျိးဝဲဒၣ်ပုၤလၢအဘၣ်ဒီးဒိသဒါဘဲရးစံ အတၢ်ရၤလီၤအသးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၣ်ဆူညါဘၣ်သး COVID-19

တၢ်အံၤအကါဒိတ်ဝဲဒၣ်လၢတၢ်ကမၤသ့ၣ်ညါသးခီဖျိပဒိတ်ပပုၤအတၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ကစီၣ်အဂံၢ်ထံးတဖၣ်န့ၣ် လီၤ. လဲၤအိတ်သကိးကွၢ်ဘၣ် [health.gov.au](https://www.health.gov.au), ကိးဘၣ်ခိၣ်ရိန့ၣ်ဘဲရးစံအတၢ်မၤစၢၤအလီၢ်ကျိၣ်လၢ

1800 020 080 မှတမ့်တၢ်ကျိးထံဒီးတၢ်ကတိကျိးထံအတၢ်မၤစၢၤအတၢ်ဖံးတၢ်မၤလၢ 131 450
န့ၣ်တက့ၢ်.